МИНОБРНАУКИ РОССИИ

ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ООП.10 Основы безопасности и защиты Родины

программы подготовки специалистов среднего звена

09.02.06 Сетевое и системное администрирование

Форма обучения: очная

Владивосток 2026

Рабочая программа учебного предмета ООП.10 Основы безопасности и защиты Родины разработана в соответствии с требованиями приказа Минобрнауки России от 17.05.2012 N 413 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования" с дополнениями от 12.02.2025, федеральной образовательной программой среднего общего образования, утвержденной приказом Министерства просвещения РФ от 18.05.2023 № 371, Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 09.02.06 Сетевое и системное администрирование, утвержденного приказом Минобрнауки России от 10.07.2023 №519

Разработчик(и): Малышева А.М., преподаватель ООД СПО АК ВВГУ
О.А.Шаповалова, преподаватель высшей категории КСД ВВГУ

Рассмотрена и одобрена на заседании ЦМК дисциплин общеобразовательного учебного цикла
Протокол № 9 от «__13__» мая 2026 г.

Председатель ЦМК _____ О.А. Шаповалова

СОДЕРЖАНИЕ

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	**4**
2 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	**4**
3 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	**9**
4 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	**17**
5 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	**19**

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Область применения программы

Рабочая программа учебного предмета ООП.10 Основы безопасности и защиты Родины является частью образовательной программы подготовки специалистов среднего звена, разработанной в соответствии с ФГОС СПО по специальности 09.02.06 Сетевое и системное администрирование

1.2 Место предмета в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Учебный предмет ООП.10 Основы безопасности и защиты Родины, изучается на **базовом уровне** в общеобразовательном цикле учебного плана основной профессиональной образовательной программы специальности 09.02.06 Сетевое и системное администрирование.

Профессионально-ориентированное содержание реализуется в прикладном модуле на материале теоретического обучения и практических занятий, ориентированных на формирование у обучающихся знаний и умений в области безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, навыки их применения в повседневной жизни и профессиональной деятельности.

1.3 Объем учебного предмета и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебного предмета	**78**
в том числе:	
Основное содержание:	**66**
в том числе:	
- теоретическое обучение	38
- практические занятия	40
Профессионально-ориентированное содержание (содержание прикладного модуля):	**12**
в том числе:	
- теоретическое обучение	4
- практические занятия	8
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	-

2 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения предмета у обучающихся должны быть сформированы личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты

Освоение программы предмета сопровождается формированием у обучающихся личностных результатов:

- готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;
- идейная убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу;
- способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности;
- сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;
- активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;
- готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни;
- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде.

Учитывая специфику предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» личностные результаты в программе конкретизированы как:

Л1 развитие личностных, в т.ч. духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

Л2 готовность к служению Отечеству, его защите;

Л3 формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

Л4 исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

Л5 воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;

Л6 освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

Для формирования этих результатов у обучающихся формируются универсальные учебные действия:

– готовность следовать этническим нормам поведения в повседневной жизни и производственной деятельности;

– осознание себя как члена общества на глобальном, региональном и локальном уровнях (житель планеты Земля, гражданин Российской Федерации, житель конкретного региона);

– умение оценивать с позиции социальных норм собственные поступки и поступки других людей;

– эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, необходимости ее сохранения и рационального использования.

Формирование УУД проводится при помощи решения следующих типовых задач:

– самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;

– поиск и выделение необходимой информации; применение методов информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств;

– структурирование знаний;

– осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной и письменной форме;

– выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;

– рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;

– постановка и формулирование проблемы, самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера.

Метапредметные результаты

Освоение программы предмета сопровождается формированием у обучающихся метапредметных результатов:

- выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;

- самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне;

- разрабатывать план решения проблемы с учетом анализа имеющихся материальных и нематериальных ресурсов;

- вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;

- владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления.

Учитывая специфику предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» метапредметные результаты в программе конкретизированы как:

М1 овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно–следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

М2 овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

М3 формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях, приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

М4 формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

М5 развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей, анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

М6 развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

М7 приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

М8 формирование установки на здоровый образ жизни, развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки.

Для формирования этих результатов у обучающихся формируются универсальные учебные действия:

Регулятивные

– саморегуляция и самоуправление собственным поведением и деятельностью — построение индивидуальной образовательной траектории;

– владение навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности;

– владение навыками познавательной рефлексии (осознание совершаемых действий и мыслительных процессов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достижения;

– владение практическими навыками первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.

Познавательные

– формулировать личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему (задачу);

– анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;

– выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

– генерировать идеи, моделировать индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

– определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

– выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

– находить, обобщать и интерпретировать информацию с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и других информационных ресурсов;

– применять теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни.

Коммуникативные

– взаимодействовать с окружающими, вести конструктивный диалог, понятно выражать свои мысли, слушать собеседника, признавать право другого человека на иное мнение;

– выполнять различные социальные роли в обычной и экстремальной ситуациях, в решении вопросов по обеспечению безопасности личности, общества, государства.

Формирование УУД проводится при помощи решения следующих типовых задач:

– овладение ключевыми понятиями и закономерностями, распознавание соответствующих им признаков и взаимосвязей, способность демонстрировать различные подходы к изучению явлений;

– умение решать, как некоторые практические, так и основные теоретические задачи, характерные для использования методов и инструментария;

– наличие представлений как целостной теории (совокупности теорий), об основных связях с иными смежными областями знаний.

Предметные результаты

Требования к предметным результатам освоения базового/углубленного курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

П1 сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;

П2 сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;

П3 сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте. Знание правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике, знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;

П4 знания о способах безопасного поведения в природной среде; умение применять их на практике; знать порядок действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;

П5 владение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знание мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера;

П6 знание основ безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;

П7 сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; знания о способах безопасного поведения в цифровой среде; умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;

П8 знание основ пожарной безопасности; умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности;

П9 сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знать роль государства в противодействии терроризму; уметь различать приемы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знать порядок действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знать порядок действий при

угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции;

П10 сформированность представлений о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знание основ обороны государства и воинской службы; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны;

П11 знание основ государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области;

П12 знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности.

П13 знать строевые приемы в движении без оружия; выполнять строевые приемы в движении без оружия;

П14 иметь представление об основах общевойскового боя; иметь представление об основных видах общевойскового боя и способах маневра в бою; иметь представление о походном, предбоевом и боевом порядке подразделений; понимать способы действий военнослужащего в бою;

П15 знать правила и меры безопасности при обращении с оружием; приводить примеры нарушений правил и мер безопасности при обращении с оружием и их возможных последствий; применять меры безопасности при проведении занятий по боевой подготовке и обращении с оружием; знать способы удержания оружия, правила прицеливания и производства меткого выстрела; иметь представление о современных видах короткоствольного стрелкового оружия;

П16 иметь представление об истории возникновения и развития робототехнических комплексов; иметь представление о конструктивных особенностях БПЛА квадрокоптерного типа; иметь представление о способах боевого применения БПЛА;

П17 иметь представление об истории возникновения и развития связи; иметь представление о видах, предназначении, тактико-технических характеристиках современных переносных радиостанций; иметь представление о назначении радиосвязи и о требованиях, предъявляемых к радиосвязи;

3 ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Основное содержание			
Раздел 1. Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства		**4**	
Тема 1.1. Государственная и общественная безопасность	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01,05 МР 01,02,03, 06 ПР 01,02, 04
	1. Российская Федерация в современном мире. Правовая основа обеспечения национальной безопасности. Принципы обеспечения национальной безопасности. Реализация национальных приоритетов как условие обеспечения национальной безопасности и устойчивого развития Российской Федерации. Взаимодействие личности, государства и общества в реализации национальных приоритетов. Государственные службы обеспечения безопасности, их роль и сфера ответственности, порядок взаимодействия с ними. Общественные институты и их место в системе обеспечения безопасности жизни и здоровья населения		
Тема 1.2. Роль личности, общества и государства в предупреждении и ликвидации чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01,05 МР 01,02,03, 06 ПР 01,02, 04
	2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), структура, режимы функционирования. Территориальный и функциональный принцип организации РСЧС. Её задачи и примеры их решения. Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Задачи гражданской обороны. Права и обязанности граждан Российской Федерации в области гражданской обороны		
Раздел 2. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе		**2**	
Тема 2.1. Современные представления о культуре безопасности	Содержание учебного материала		
	3. Понятие «культура безопасности», его значение в жизни человека, общества и государства. Соотношение понятий «опасность», «безопасность», «риск» (угроза). Соотношение понятий «опасная		

	ситуация», «чрезвычайная ситуация». Представление об уровнях взаимодействия человека и окружающей среды. Понятие «виктимность», «виктимное поведение», «безопасное поведение». Общие принципы (правила) безопасного поведения. Индивидуальный, групповой, общественно-государственный уровень решения задачи обеспечения безопасности. Влияние действий и поступков человека на его безопасность и благополучие. Действия, позволяющие предвидеть опасность. Действия, позволяющие избежать опасности. Действия в опасной и чрезвычайной ситуации.		
Раздел 3. Безопасность в быту		**6**	
Тема 3.1. Источники опасности в быту. Профилактика и первая помощь при отравлениях и травмах	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01, 06 МР 02, 04, 05, 07 ПР 02, 03, 04, 06, 07,08,09,11,12
	Источники опасности в быту, их классификация. Общие правила безопасного поведения. Причины и профилактика бытовых отравлений. Первая помощь, порядок действий в экстренных случаях в ситуациях бытового отравления. Предупреждение бытовых травм.		
	Практическое занятие №1. Правила безопасного поведения в ситуациях, связанных с опасностью получить травму (спортивные занятия, использование различных инструментов, стремянок, лестниц и другое). Первая помощь при ушибах переломах, кровотечениях.		
Тема 3.2. Пожарная безопасность в быту	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01,02 МР 02,08 ПР 01,06, 10,12
	Ключевые аспекты пожарной безопасности, распространенные причины возникновения пожаров и рекомендации по предотвращению пожаров Основные правила пожарной безопасности в быту. Термические и химические ожоги. Основные правила безопасного поведения при обращении и газовыми и электрическими приборами. Последствия электротравмы. Порядок проведения сердечно-легочной реанимации. Первая помощь при ожогах.		
	Практическое занятие №2. Разобрать ключевые аспекты пожарной безопасности. Исследовать распространенные причины возникновения пожаров в быту. Разработать рекомендации по предотвращению пожаров.		
Тема 3.3. Безопасное	Содержание учебного материала	2	ЛР 01,02

поведение в местах общего пользования	Современный мир насыщен возможностями посещения различных общественных пространств, что делает нашу жизнь интереснее, продуктивнее и разнообразнее. Однако, у любой медали есть две стороны. Обратная сторона больших возможностей – многочисленные риски. Полностью исключить опасность невозможно, но сделать так, чтобы наши поступки, поведение и решения не становились источником угрозы по силам каждому. Поэтому, находясь в общественных местах важно помнить правила безопасного поведения и меры предосторожности. Угроза безопасности в общественных местах может возникать из-за трагических случайностей, являться следствием чрезвычайных ситуаций техногенного характера, иметь криминогенный или даже антиобщественный характер, а порой может быть комбинацией указанных выше причин. Даже обычное мероприятие (концерт, спортивные соревнования, и т. д.) в случае плохой организации или непредвиденных обстоятельств может представлять угрозу.		МР 02,08 ПР 01,06, 10,12
	Практическое занятие №3 Правила безопасного поведения в местах общего пользования (подъезд, лифт, придомовая территория, детская площадка, площадка для выгула собак и др.). Коммуникация с соседями. Меры по предупреждению преступлений. Правила безопасного поведения в ситуации коммунальной аварии. Порядок вызова аварийных служб и взаимодействие с ними.		
Раздел 4. Безопасность на транспорте		**4**	
Тема 4.1. Безопасность дорожного движения	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01, 06 МР 02, 04, 05, 07 ПР 02, 03, 04, 06, 07,08,09,11,12
	История появления правил дорожного движения и причины их изменчивости. Риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности на транспорте. Безопасность пешехода в разных условиях (движение по обочине; движение в тёмное время суток; движение с использованием средств индивидуальной мобильности).		

	Практическое занятие № 4. Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях разного характера (при отсутствии пострадавших; с одним или несколькими пострадавшими; при опасности возгорания; с большим количеством участников)		
Тема 4.2. Правила безопасного поведения на разных видах транспорта	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01, 06 МР 02, 04, 05, 07 ПР 02, 03, 04, 06, 07,08,09,11,12
	Основные источники опасности на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности в метро. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности на транспорте. Правила безопасного поведения.		
	Практическое занятие №5 Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности на транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации		
Раздел 5. Безопасность в общественных местах		**4**	
Тема 5.1. Опасности социально-психологического характера	Содержание учебного материала	**2**	ОК 04; ОК 06
	Общественные места и их классификация. Основные источники опасности в общественных местах закрытого и открытого типа. Общие правила безопасного поведения.		
	Практическое занятие №6 Опасности в общественных местах социально-психологического характера (возникновение толпы и давки; проявление агрессии; криминальные ситуации; случаи, когда потерялся человек – ребенок, взрослый, пожилой человек, человек с ментальными нарушениями и т.п.)		
	Практическое занятие		
Тема 5.2. Действия при угрозе или совершении террористического акта, пожара в общественных местах, обрушении	Содержание учебного материала	**2**	
	Меры безопасности и порядок поведения при угрозе, в условиях совершения террористического акта. Порядок действий при угрозе возникновения пожара в различных общественных местах, на объектах с массовым пребыванием людей (лечебные, образовательные, культурные, торгово-развлекательные учреждения).		ЛР 01,02 МР 02,08 ПР 01,06, 10,12

конструкций	Меры безопасности и порядок действий при угрозе обрушения зданий и отдельных конструкций		
	Практическое занятие №7 Действия при угрозе или совершении террористического акта, пожара в общественных местах, обрушении конструкций		
Раздел 6. Безопасность в природной среде		**4**	
Тема 6.1. Основные правила безопасного поведения в природной среде	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01,02 МР 02,08 ПР 01,06, 10,12
	Источники опасности в природной среде. Основные правила безопасного поведения в лесу, в горах, на водоёмах. Общие правила безопасности в походе. Особенности обеспечения безопасности в лыжном походе. Особенности обеспечения безопасности в водном походе. Особенности обеспечения безопасности в горном походе. Ориентирование на местности. Карты, традиционные и современные средства навигации (компас, GPS). Порядок действий в случаях, когда человек потерялся в природной среде. Сооружение убежища. Получение воды и питания. Способы защиты от перегрева и переохлаждения в разных природных условиях. Первая помощь при перегревании, переохлаждении		
	Практическое занятие №8 Основные правила безопасного поведения в природной среде		
Тема 6.2. Природные чрезвычайные ситуации	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01, 06 МР 02, 04, 05, 07 ПР 02, 03, 04, 06, 07,08,09,11,12
	Природные чрезвычайные ситуации. Общие правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера (предвидеть; избежать опасности; действовать: прекратить или минимизировать воздействие опасных факторов; дождаться помощи). Природные пожары. Возможности прогнозирования и предупреждения. Правила безопасного поведения. Последствия природных пожаров для людей и окружающей среды. Опасные геологические явления и процессы: землетрясения, извержение вулканов, оползни, сели, камнепады. Опасные гидрологические явления и процессы: наводнения, паводки, половодья, цунами, сели, лавины. Опасные метеорологические явления и процессы: бури, ливни, град, мороз, жара. Чрезвычайные ситуации экологического характера, возможности прогнозирования, предупреждение		

	Практическое занятие №9 Природные чрезвычайные ситуации		
Раздел 7. Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи		**6**	
Тема 7.1. Факторы, влияющие на здоровье человека. Инфекционные заболевания	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01, 06 МР 02, 04, 05, 07 ПР 02, 03, 04, 06, 07,08,09,11,12
	4. Понятия «здоровье», «охрана здоровья», «здоровый образ жизни», «лечение», «профилактика». Биологические, социально-экономические, экологические (геофизические), психологические факторы, влияющие на здоровье человека. Составляющие здорового образа жизни: сон, питание, физическая активность, психологическое благополучие. Общие представления об инфекционных заболеваниях. Механизм распространения и способы передачи инфекционных заболеваний. Чрезвычайные ситуации биолого-социального характера. Меры профилактики и защиты. Роль вакцинации. Национальный календарь профилактических прививок. Вакцинация по эпидемиологическим показаниям. Значение изобретения вакцины для человечества		
	Практическое занятие №10 Факторы, влияющие на здоровье человека. Инфекционные заболевания		
Тема 7.2. Неинфекционные заболевания: факторы риска и меры профилактики	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01, 06 МР 02, 04, 05, 07 ПР 02, 03, 04, 06, 07,08,09,11,12
	5. Неинфекционные заболевания. Самые распространённые неинфекционные заболевания. Факторы риска возникновения сердечно-сосудистых заболеваний. Факторы риска возникновения онкологических заболеваний. Факторы риска возникновения заболеваний дыхательной системы. Факторы риска возникновения эндокринных заболеваний. Меры профилактики неинфекционных заболеваний. Роль диспансеризации в профилактике неинфекционных заболеваний. Признаки угрожающих жизни и здоровью состояний, требующие вызова скорой медицинской помощи (инсульт, сердечный приступ, острая боль в животе, эпилепсия, кровотечения и др.). Состояния, при которых оказывается первая помощь. Основные правила оказания первой помощи **Практическое занятие №11** Основные правила оказания первой помощи при признаках угрожающих жизни и здоровью состояний, требующие вызова скорой медицинской помощи (инсульт, сердечный приступ, острая боль в животе, эпилепсия, кровотечения и др.).		

Тема 7.3. Психическое здоровье и психологическое благополучие	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01, 06 МР 02, 04, 05, 07 ПР 02, 03, 04, 06, 07,08,09,11,12
	6. Психическое здоровье и психологическое благополучие. Критерии психического здоровья и психологического благополучия. Основные факторы, влияющие на психическое здоровье и психологическое благополучие. Основные направления сохранения и укрепления психического здоровья (раннее выявление психических расстройств; минимизация влияния хронического стресса: оптимизация условий жизни, работы, учёбы; профилактика злоупотребления алкоголя и употребления наркотических средств; помощь людям, перенёсшим психотравмирующую ситуацию). Меры, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья		
Раздел 8. Безопасность в социуме		**6**	
Тема 8.1. Конфликты и способы их разрешения	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01,05 МР 01,02,03, 06 ПР 01,02, 04
	Понятие «конфликт». Стадии развития конфликта. Конфликты в межличностном общении; конфликты в малой группе. Факторы способствующие и препятствующие эскалации конфликта. Способы поведения в конфликте. Деструктивное и агрессивное поведение. Конструктивное поведение в конфликте. Роль регуляции эмоций при разрешении конфликта, виды эмоциональной регуляции. Способы разрешения конфликтных ситуаций. Основные формы участия третьей стороны в процессе урегулирования и разрешения конфликта. Ведение переговоров при разрешении конфликта. Опасные проявления конфликтов. Способы противодействия проявлению насилия		
	Практическое занятие №12 Конфликты и способы их разрешения		
Тема 8.2. Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия	Содержание учебного материала	**2**	ОК 04; ОК 06; ОК 07; ОК 08
	7. Определение понятия «общение». особенности общения людей, принципы и показатели эффективного общения. Общие представления о понятиях «социальная группа», «большая группа», «малая группа». Способы психологического воздействия. Психологическое влияние в малой группе. Положительные и отрицательные стороны конформизма. Эмпатия и уважение к партнёру (партнёрам) по общению как основа коммуникации. Убеждающая коммуникация. Этапы убеждения. Подчинение и сопротивление влиянию. Манипуляция в общении. Цели,		

	технологии и способы противодействия. Манипулятивное воздействие в группе. Манипулятивные приёмы. Манипуляция и мошенничество		
Тема 8.3. Психологические механизмы воздействия на большие группы людей	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01,05 МР 01,02,03, 06 ПР 01,02, 04
	8. Психологическое влияние в больших группах. Способы воздействия на человека в большой группе (заражение; убеждение; внушение; подражание). Деструктивные и псевдопсихологические технологии. Противодействие вовлечению молодёжи в противозаконную и антиобщественную деятельность		
Раздел 9. Безопасность в информационном пространстве		**6**	
Тема 9.1. Безопасность в цифровой среде	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01,05 МР 01,02,03, 06 ПР 01,02, 04
	9. Понятия «цифровая среда», «цифровой след». Влияние цифровой среды на жизнь человека. Приватность, персональные данные. «Цифровая зависимость», её признаки и последствия. Опасности и риски цифровой среды, их источники. Правила безопасного поведения в цифровой среде. Кража персональных данных, паролей. Мошенничество, правила защиты от мошенников. Правила безопасного использования устройств и программ		
Тема 9.2. Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01,05 МР 01,02,03, 06 ПР 01,02, 04
	10. Поведенческие риски в цифровой среде и их причины. Опасные персоны, имитация близких социальных отношений. Неосмотрительное поведение и коммуникация в Сети как угроза для будущей жизни и карьеры. Травля в Сети, методы защиты от травли. Деструктивные сообщества и деструктивный контент в цифровой среде, их признаки. Механизмы вовлечения в деструктивные сообщества. Вербовка, манипуляция, воронки вовлечения. Радикализация деструктива. Профилактика и противодействие вовлечению в деструктивные сообщества. Правила коммуникации в цифровой среде		
	Практическое занятие №13 Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде		
Тема 9.3. Достоверность информации в цифровой среде	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01,02 МР 02,08 ПР 01,06, 10,12
	Достоверность информации в цифровой среде. Источники информации. Проверка на достоверность. «Информационный пузырь», манипуляция сознанием, пропаганда. Фальшивые аккаунты, вредные советчики, манипуляторы. Понятие		

	«фейк», цели и виды, распространение фейков. Правила и инструменты для распознавания фейковых текстов и изображений. Понятие прав человека в цифровой среде, их защита. Ответственность за действия в Интернете. Запрещённый контент. Защита прав в цифровом пространстве		
	Практическое занятие №14 Достоверность информации в цифровой среде. Источники информации		
Раздел 10. Основы противодействия экстремизму и терроризму		**6**	
Тема 10.1. Экстремизм и терроризм как угроза устойчивого развития общества	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01,02 МР 02,08 ПР 01,06, 10,12
	12. Экстремизм и терроризм как угроза устойчивого развития общества. Понятия «экстремизм» и «терроризм», их взаимосвязь. Варианты проявления экстремизма, возможные последствия. Преступления террористической направленности, их цель, причины, последствия. Опасность вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность: способы и признаки. Предупреждение и противодействие вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность		
Тема 10.2. Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01,02 МР 02,08 ПР 01,06, 10,12
	Формы совершения террористических актов. Уровни террористической угрозы. Правила поведения и порядок действий при угрозе или совершении террористического акта, проведении контртеррористической операции		
	Практическое занятие №15 Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта		
Тема 10.3 Противодействие экстремизму и терроризму	Содержание учебного материала	**2**	ЛР 01,02 МР 02,08 ПР 01,06, 10,12
	13. Правовые основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации. Основы государственной системы противодействия экстремизму и терроризму, ее цели, задачи, принципы. Права и обязанности граждан и общественных организаций в области противодействия экстремизму и терроризму		
	Практическое занятие №16 Противодействие экстремизму и терроризму		

Раздел 11. Основы военной подготовки		**8**	
Тема 11.1. Оборона страны как обязательное условие благополучного развития страны	Содержание учебного материала	*2*	ЛР 01,02 МР 02,08 ПР 01,06, 10,12,15
	14. Роль Вооружённых Сил Российской Федерации и других войск, воинских формирований и органов повышения мобилизационной готовности Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности. Воинские звания и военная форма одежды. Сущность единоначалия. Командиры (начальники) и подчинённые. Старшие и младшие. Приказ (приказание), порядок его отдачи и выполнения. Особенности прохождение службы по призыву, освоение военно-учетных специальностей. Особенности прохождение службы по контракту. Организация подготовки офицерских кадров для ВС РФ, МВД России, ФСБ России, МЧС России. Военно-учебные заведение и военно-учебные центры		
Тема 11.2. Виды, назначение и характеристики современного оружия	Содержание учебного материала	*2*	ЛР 01,02 МР 02,08 ПР 01,06, 10,12,15
	15. Стрелковое оружие. Назначение и тактико-технические характеристики современных видов стрелкового оружия (АК-12, ПЯ, ПЛ). Перспективы и тенденции развития современного стрелкового оружия		
Тема 11.3 Виды оружия массового поражения и поражающие факторы. Средства индивидуальной и коллективной защиты	Содержание учебного материала	*2*	ЛР 01,02 МР 02,08 ПР 01,06, 10,12,15
	16. Понятие оружия массового поражения. История его развития, примеры применения. Его роль в современном бою. Поражающие факторы ядерных взрывов. Отравляющие вещества, их назначение и классификация. Внешние признаки применения бактериологического (биологического) оружия. Основные виды средств индивидуальной и коллективной защиты. Требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами		
Тема 11.4. Беспилотные системы и радиосвязь	Содержание учебного материала	*2*	ЛР 01,02 МР 02,08 ПР 01,06, 10,12
	17. История возникновения и развития беспилотных авиасистем (БАС). Виды, предназначение, тактико-технические характеристики и общее устройство беспилотных летательных аппаратов (БПЛА). Способы боевого применения БПЛА. Конструктивные особенности БПЛА квадрокоптерного типа. Морские беспилотные аппараты (автономные необитаемые подводные аппараты (АНПА), безэкипажные катеры (БЭК).		

	История возникновения и развития радиосвязи. Радиосвязь, назначение и основные требования. Предназначение, общее устройство и тактико-технические характеристики переносных радиостанций		
Профессионально ориентированное содержание (содержание прикладного модуля) 12 час			
Прикладной модуль: Раздел 1. Особенности профессиональной деятельности в рамках получаемой специальности или профессии, потенциальные опасности и их последствия	Содержание учебного материала	4	ЛР 01,02 МР 02,08 ПР 01,06, 10,12, 13,14,16,17
	1. Изучаемая отрасль (по профессии или специальности) в России, ее перспективы и развитие. Объекты экономики страны, региона, изучаемой направленности. Сфера профессиональной деятельность, родственные профессии, классификация профессии, требования к индивидуальным особенностям специалиста, медицинские противопоказания, требования к профессиональной подготовке, область применения, требуемое профобразование, карьерный рост		
	Практическая работа №1 Условия труда, профессиональные риски, опасные и вредные производственные факторы, Методы уменьшения опасностей на рабочем месте, выбор средств индивидуальной и коллективной защиты. Типовые отраслевые нормы выдачи средств индивидуальной защиты		
Раздел 2. Мероприятия и алгоритм оказания первой помощи при возникновении несчастного случая на производстве	Содержание учебного материала	2	ЛР 01,02 МР 02,08 ПР 01,06, 10,12, 13,14,16,17
	2. Первая помощь, история возникновения скорой медицинской помощи и первой помощи. Состояния, при которых оказывается первая помощь. Оказания первой помощи в сложных случаях (травма глаза, «сложные кровотечения», иные несчастные случаи на производстве). Первая помощь с использованием подручных средств, первая помощь при нескольких травмах одновременно. Действия при прибытии скорой медицинской помощи		
	Практическая работа №2 Мероприятия и алгоритм оказания первой помощи при возникновении несчастного случая на производстве		
Прикладной модуль: Раздел 3. Знакомство с повседневным бытом военнослужащих	Содержание учебного материала	4	ЛР 01,02 МР 02,08 ПР 01,06, 10,12, 13,14,16,17
	Тематическая (виртуальная) экскурсия с показом учебных классов, казармы, специальной военной техники, посещение музея части. (прим: Экскурсия в Военный комиссариат в рамках акции «Есть такая профессия - Родину защищать», «День призывника»; организация встреч с		

	представителями воинских частей, участниками СВО)		
	Практическое занятие№3 Составление статьи-отчета об экскурсии в ВЧ (по плану); **Практическое занятие№4** Статья-отчёт об экскурсии в музей воинской славы (по плану);	4	
Промежуточная аттестация по дисциплине (дифференцированный зачёт)		**2**	
Всего:		**78**	

4 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

4.1 Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы учебного предмета предусмотрено наличие следующих специальных помещений:

Кабинет основ безопасности и защиты Родины:

количество посадочных мест – 68 шт., доска меловая – 1 шт., лабораторный стол – 1 шт., шкаф книжный – 2 шт., стол для преподавателя – 1 шт., стул для преподавателя – 1 шт.; количество персональных компьютеров с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации - 1 (монитор 17' Acer, системный блок: процессор Intel(R) Pentium(R) Dual CPU E2180 @ 2.00GHz , ОЗУ 2 Гб, HDD 250 Гб) 1 экран Draper, 1 проектор Sanyo PLC, настенные плакаты; Стенд «Беспроводная система речевого оповещения Орфей», Стенд «Внутриобъектовая охранно-пожарная радиосистема Стрелец с системой передачи», Стенд «Комплекс средств пожарной сигнализации и автоматики на базе приборов Радуга-2 и Радуга-4А с вариантом, Стенд «Прибор приемно-контрольный охранно-пожарный» АККОРД-512»

4.2 Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы учебного предмета библиотечный фонд ВВГУ укомплектован печатными и электронными изданиями.

Обучающиеся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и (или) электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Основная литература

1. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) : учебник для среднего профессионального образования / С. В. Белов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 638 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-16455-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/568497.

2. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 413 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-19943-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/560762

Дополнительная литература

1. Окутина, Н. Н. Противодействие терроризму : учебник для среднего профессионального образования / Н. Н. Окутина. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 173 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-19238-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/579591

2. Внуков, А. А. Основы информационной безопасности: защита информации : учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Внуков. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 161 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13948-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/587458

3. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 4-е изд.,

перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 335 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17843-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/560734

4. Резчиков, Е. А. Основы безопасности жизнедеятельности: 10—11 классы : учебник для среднего общего образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 636 с. — (Общеобразовательный цикл). — ISBN 978-5-534-17401-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/568402

Электронные ресурсы

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU: http:/www.eLIBRARY.RU 21
2. Ресурс Цифровые учебные материалы http://abc.vvsu.ru/
3. ЭБС «Руконт»: http://www.rucont.ru/
4. ЭБС «Юрайт»: http://www.biblio-online.ru/

Нормативные документы

1. Федеральный закон Российской Федерации «О защите населения и Территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (с изменениями на 1 апреля 2012 года)

2. Федеральный закон Российской Федерации «О пожарной безопасности» (с изменениями на 30 ноября 2011 года) (редакция, действующая с 1 января 2012 года)

3. Федеральный закон Российской Федерации «О безопасности дорожного движения» (с изменениями на 28 июля 2012 года)

4. Федеральный закон Российской Федерации «Об экологической безопасности»

5 Федеральный закон Российской Федерации «О радиационной безопасности населения» (с изменениями на 19 июля 2011 года)

6. Федеральный закон Российской Федерации «О санитарно- эпидемиологическом благополучии населения» (с изменениями на 25 июня 2012 года)

7. Федеральный закон Российской Федерации «О гражданской обороне» (с изменениями на 23 декабря 2010 года)

8. Федеральный закон Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе» (с изменениями на 1 января 2012 года)

9. Федеральный закон Российской Федерации «О статусе военнослужащих» (с изменениями на 15 октября 2012 года) 10. Федеральный закон Российской Федерации «Об альтернативной гражданской службе» (с изменениями на 30 ноября 2011 года).

5 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Контроль и оценка сформированности личностных, метапредметных и предметных результатов осуществляются в соответствии со следующими показателями:

Результаты обучения	**Раздел/Тема**	**Тип оценочных мероприятий**
Л1, Л2, Л,3 Л4, Л5, Л6 М1, М2, М3, М4, М5, М6, М7, М8 П1, П2, П3, П4, П5, П6, П7, П8, П9, П10, П11, П12, П13, П14, П15, П16, П17	Р 1, Тема 1.2; Р 2, Тема 2.1; Р 3, Тема 3.3; Р 4, Тема 4.1; Р 6, Тема 6.2; Р 11, Тема 11.2; ПМ Р1	- Кейс-задание; – Старт-задание; - Фронтальный опрос; - Задание-исследование; - Задание-эксперимент; – Тест-задание; - Ситуационные задачи - Выполнение заданий на дифференцированном зачете
Л1, Л2, Л,3 Л4, Л5, Л6 М1, М2, М3, М4, М5, М6, М7, М8 П1, П2, П3, П4, П5, П6, П7, П8, П9, П10, П11, П12, П13, П14, П15, П16, П17	Р 9, Тема 9.1; 9.2; 9.3 Р 11, Темы: 11.2; 11.3; ПМ Р1	
Л1, Л2, Л,3 Л4, Л5, Л6 М1, М2, М3, М4, М5, М6, М7, М8 П1, П2, П3, П4, П5, П6, П7, П8, П9, П10, П11, П12, П13, П14, П15, П16, П17	Р 1, Темы: 1.1; 1.2; Р 2, Тема 2.1; Р 5, Тема 5.2; Р 8, Тема 8.1; Р 9, Темы: 9.1; 9.2; 9.3; Р 10, Темы: 10.1; 10.2; 10.3; Р 11, Тема 11.1; ПМ Р1; Р3	
Л1, Л2, Л,3 Л4, Л5, Л6 М1, М2, М3, М4, М5, М6, М7, М8 П1, П2, П3, П4, П5, П6, П7, П8, П9, П10, П11, П12, П13, П14, П15, П16, П17	Р 4, Тема 4.2; Р 5, Тема 5.1; Р 7, Темы: 7.1; 7.3; Р 8, Темы: 8.1; 8.2; 8.3; Р 10, Темы: 10.1; 10.2; 10.3; Р 11, Темы: 11.1; ПМ Р1; Р3	
Л1, Л2, Л,3 Л4, Л5, Л6 М1, М2, М3, М4, М5, М6, М7, М8 П1, П2, П3, П4, П5, П6, П7, П8, П9, П10, П11, П12, П13, П14, П15, П16, П17	Р 1, Темы:1.1;1.2; Р 2, Тема 2.1; Р 3, Тема 3.1; Р 4, Тема 4.1; Р 5, Темы: 5.1; 5.2; Р 7, Темы: 7.1; 7.2; 7.3; Р 8, Темы: 8.2; 8.3; Р 9, Темы: 9.1; 9.2; 9.3; Р 10, Темы: 10.1;10.2;10.3; Р 11, Темы: 11.1; 11.2;	

	ПМ Р1; Р2; Р3	
Л1, Л2, Л,3 Л4, Л5, Л6 М1, М2, М3, М4, М5, М6, М7, М8 П1, П2, П3, П4, П5, П6, П7, П8, П9, П10, П11, П12, П13, П14, П15, П16, П17	Р 1, Тема 1.1; Р 2, Тема 2.1; Р 3, Темы: 3.1; 3.2; Р 4, Темы: 4.1; 4.2; Р 6, Темы: 6.1;6.2; Р 8, Темы: 8.2;8.3; Р 11, Темы: 11.1; 11.3 ПМ Р1	
Л1, Л2, Л,3 Л4, Л5, Л6 М1, М2, М3, М4, М5, М6, М7, М8 П1, П2, П3, П4, П5, П6, П7, П8, П9, П10, П11, П12, П13, П14, П15, П16, П17	Р 1, Тема 1.1; Р 6, Тема 6.1; Р 7, Темы: 7.1;7.2;7.3; Р 8, Темы: 8.2;8.3; Р 10, Темы: 10.1;10.2; 10.3; Р 11, Темы: 11.2;11.3 ПМ Р2; Р3	

Для оценки достижения запланированных результатов обучения по предмету разработан фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, которые прилагаются к рабочей программе предмета.

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ВЛАДИВОСТОКСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

ООП.10 Основы безопасности и защиты Родины
программы подготовки специалистов среднего звена

Форма обучения: очная

Владивосток 2026

1 Общие сведения

Фонд оценочных средств (далее – ФОС) предназначен для контроля и оценки образовательных достижений, обучающихся по программе учебного предмета ООП.10 Основы безопасности и защиты Родины

ФОС включают в себя контрольные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по предмету, которая проводится в форме дифференцированного зачёта (с использованием оценочного средства - устный опрос в форме ответов на вопросы билетов, устный опрос в форме собеседования, выполнение письменных заданий, тестирование)

2 Планируемые результаты обучения по предмету, обеспечивающие результаты освоения образовательной программы

Код результата обучения[1]	Наименование результата обучения[1]
Л1	развитие личностных, в т.ч. духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
Л2	готовность к служению Отечеству, его защите;
Л3	формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
Л4	исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
Л5	воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
Л6	освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.
М1	овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно–следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
М2	овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
М3	формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях, приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
М4	формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
М5	развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся

Код результата обучения[1]	Наименование результата обучения[1]
	обстановки и индивидуальных возможностей, анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
М6	развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
М7	приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
М8	формирование установки на здоровый образ жизни, развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки.
П1	сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;
П2	сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;
П3	сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте. Знание правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике, знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;
П4	знания о способах безопасного поведения в природной среде; умение применять их на практике; знать порядок действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;
П5	владение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знание мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера;
П6	знание основ безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;
П7	сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; знания о способах безопасного поведения в цифровой среде; умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;
П8	знание основ пожарной безопасности; умение применять их на практике

Код результата обучения[1]	Наименование результата обучения[1]
	для предупреждения пожаров; знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности;
П9	сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знать роль государства в противодействии терроризму; уметь различать приемы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знать порядок действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знать порядок действий при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции;
П10	сформированность представлений о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знание основ обороны государства и воинской службы; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны;
П11	знание основ государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области;
П12	знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности.
П13	знать строевые приемы в движении без оружия; выполнять строевые приемы в движении без оружия;
П14	иметь представление об основах общевойскового боя; иметь представление об основных видах общевойскового боя и способах маневра в бою; иметь представление о походном, предбоевом и боевом порядке подразделений; понимать способы действий военнослужащего в бою;
П15	знать правила и меры безопасности при обращении с оружием; приводить примеры нарушений правил и мер безопасности при обращении с оружием и их возможных последствий; применять меры безопасности при проведении занятий по боевой подготовке и обращении с оружием; знать способы удержания оружия, правила прицеливания и производства меткого выстрела; иметь представление о современных видах короткоствольного стрелкового оружия;
П16	иметь представление об истории возникновения и развития робототехнических комплексов; иметь представление о конструктивных особенностях БПЛА квадрокоптерного типа; иметь представление о способах боевого применения БПЛА;
П17	иметь представление об истории возникновения и развития связи; иметь представление о видах, предназначении, тактико-технических характеристиках современных переносных радиостанций; иметь представление о назначении радиосвязи и о требованиях, предъявляемых к радиосвязи;

3 Соответствие оценочных средств контролируемым результатам обучения

3.1 Средства, применяемые для оценки уровня теоретической и практической подготовки

Результаты обучения	Раздел/Тема	Тип оценочных мероприятий
Л1, Л2, Л,3 Л4, Л5, Л6 М1, М2, М3, М4, М5, М6, М7, М8 П1, П2, П3, П4, П5, П6, П7, П8, П9, П10, П11, П12, П13, П14, П15, П16, П17	Р 1, Тема 1.2; Р 2, Тема 2.1; Р 3, Тема 3.3; Р 4, Тема 4.1; Р 6, Тема 6.2; Р 11, Тема 11.2; ПМ Р1	- Кейс-задание; – Старт-задание; - Фронтальный опрос; - Задание-исследование; - Задание-эксперимент; – Тест-задание; - Ситуационные задачи - Выполнение заданий на дифференцированном зачете
Л1, Л2, Л,3 Л4, Л5, Л6 М1, М2, М3, М4, М5, М6, М7, М8 П1, П2, П3, П4, П5, П6, П7, П8, П9, П10, П11, П12, П13, П14, П15, П16, П17	Р 9, Тема 9.1; 9.2; 9.3 Р 11, Темы: 11.2; 11.3; ПМ Р1	
Л1, Л2, Л,3 Л4, Л5, Л6 М1, М2, М3, М4, М5, М6, М7, М8 П1, П2, П3, П4, П5, П6, П7, П8, П9, П10, П11, П12, П13, П14, П15, П16, П17	Р 1, Темы: 1.1; 1.2; Р 2, Тема 2.1; Р 5, Тема 5.2; Р 8, Тема 8.1; Р 9, Темы: 9.1; 9.2; 9.3; Р 10, Темы: 10.1; 10.2; 10.3; Р 11, Тема 11.1; ПМ Р1; Р3	
Л1, Л2, Л,3 Л4, Л5, Л6 М1, М2, М3, М4, М5, М6, М7, М8 П1, П2, П3, П4, П5, П6, П7, П8, П9, П10, П11, П12, П13, П14, П15, П16, П17	Р 4, Тема 4.2; Р 5, Тема 5.1; Р 7, Темы: 7.1; 7.3; Р 8, Темы: 8.1; 8.2; 8.3; Р 10, Темы: 10.1; 10.2; 10.3; Р 11, Темы: 11.1; ПМ Р1; Р3	
Л1, Л2, Л,3 Л4, Л5, Л6 М1, М2, М3, М4, М5, М6, М7, М8 П1, П2, П3, П4, П5, П6, П7, П8, П9, П10, П11, П12, П13, П14, П15, П16, П17	Р 1, Темы:1.1;1.2; Р 2, Тема 2.1; Р 3, Тема 3.1; Р 4, Тема 4.1; Р 5, Темы: 5.1; 5.2; Р 7, Темы: 7.1; 7.2; 7.3; Р 8, Темы: 8.2; 8.3; Р 9, Темы: 9.1; 9.2; 9.3; Р 10, Темы: 10.1;10.2;10.3;	

	Р 11, Темы: 11.1; 11.2; ПМ Р1; Р2; Р3	
Л1, Л2, Л,3 Л4, Л5, Л6 М1, М2, М3, М4, М5, М6, М7, М8 П1, П2, П3, П4, П5, П6, П7, П8, П9, П10, П11, П12, П13, П14, П15, П16, П17	Р 1, Тема 1.1; Р 2, Тема 2.1; Р 3, Темы: 3.1; 3.2; Р 4, Темы: 4.1; 4.2; Р 6, Темы: 6.1;6.2; Р 8, Темы: 8.2;8.3; Р 11, Темы: 11.1; 11.3 ПМ Р1	
Л1, Л2, Л,3 Л4, Л5, Л6 М1, М2, М3, М4, М5, М6, М7, М8 П1, П2, П3, П4, П5, П6, П7, П8, П9, П10, П11, П12, П13, П14, П15, П16, П17	Р 1, Тема 1.1; Р 6, Тема 6.1; Р 7, Темы: 7.1;7.2;7.3; Р 8, Темы: 8.2;8.3; Р 10, Темы: 10.1;10.2; 10.3; Р 11, Темы: 11.2;11.3 ПМ Р2; Р3	

4 Описание процедуры оценивания

Результаты обучения по дисциплине, уровень сформированности компетенций оцениваются по 4-х бальной шкале оценками: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно» (максимальная сумма баллов по дисциплине равна 60 баллам)

Текущая аттестация по дисциплине проводится с целью систематической проверки достижений обучающихся. Объектами оценивания являются: степень усвоения теоретических знаний, уровень овладения практическими умениями и навыками по всем видам учебной работы, качество выполнения самостоятельной работы, учебная дисциплина (активность на занятиях, своевременность выполнения различных видов заданий, посещаемость всех видов занятий по аттестуемой дисциплине).

При проведении промежуточной аттестации оценивается достижение студентом запланированных по дисциплине результатов обучения, обеспечивающих результаты освоения образовательной программы в целом. Оценка на зачете / экзамене выставляется с учетом оценок, полученных при прохождении текущей аттестации.

Критерии оценивания устного ответа

(оценочные средства: собеседование, устное сообщение, диспут, дискуссия, коллоквиум)

5 баллов - ответ показывает прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа; умение приводить примеры современных проблем изучаемой области.

4 балла - ответ, обнаруживающий прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность, явлений, процессов,

событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа. Однако допускается одна - две неточности в ответе.

3 балла – ответ, свидетельствующий в основном о знании процессов изучаемой предметной области, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы; знанием основных вопросов теории; слабо сформированными навыками анализа явлений, процессов, недостаточным умением давать аргументированные ответы и приводить примеры; недостаточно свободным владением монологической речью, логичностью и последовательностью ответа. Допускается несколько ошибок в содержании ответа; неумение привести пример развития ситуации, провести связь с другими аспектами изучаемой области.

2 балла – ответ, обнаруживающий незнание процессов изучаемой предметной области, отличающийся не глубоким раскрытием темы; незнанием основных вопросов теории, несформированными навыками анализа явлений, процессов; неумением давать аргументированные ответы, слабым владением монологической речью, отсутствием логичности и последовательности. Допускаются серьезные ошибки в содержании ответа; незнание современной проблематики изучаемой области.

Критерии оценивания письменной работы

(оценочные средства: реферат, эссе, конспект, контрольная работа, расчетно-графическая работа, письменный отчет по лабораторной работе, портфолио, доклад (сообщение), в том числе выполненный в форме презентации, творческое задание, курсовая работа).

5 баллов - студент выразил своё мнение по сформулированной проблеме, аргументировал его, точно определив ее содержание и составляющие. Проблема раскрыта полностью, выводы обоснованы. Приведены данные отечественной и зарубежной литературы, статистические сведения, информация нормативно-правового характера. Студент владеет навыком самостоятельной работы по заданной теме; методами и приемами анализа теоретических и/или практических аспектов изучаемой области. Фактических ошибок, связанных с пониманием проблемы, нет; графически работа оформлена правильно.

4 балла - работа характеризуется смысловой цельностью, связностью и последовательностью изложения; допущено не более 1 ошибки при объяснении смысла или содержания проблемы. Проблема раскрыта. Не все выводы сделаны и/или обоснованы. Для аргументации приводятся данные отечественных и зарубежных авторов. Продемонстрированы исследовательские умения и навыки. Фактических ошибок, связанных с пониманием проблемы, нет. Допущены одна-две ошибки в оформлении работы.

3 балла – студент проводит достаточно самостоятельный анализ основных этапов и смысловых составляющих проблемы; понимает базовые основы и теоретическое обоснование выбранной темы. Проблема раскрыта не полностью. Выводы не сделаны и/или выводы не обоснованы Проведен анализ проблемы без привлечения дополнительной литературы. Допущено не более 2 ошибок в смысле или содержании проблемы, оформлении работы.

2 балла - работа представляет собой пересказанный или полностью переписанный исходный текст без каких бы то ни было комментариев, анализа. Не раскрыта структура и теоретическая составляющая темы. Проблема не раскрыта. Выводы отсутствуют. Допущено три или более трех ошибок в смысловом содержании раскрываемой проблемы, в оформлении работы.

Критерии оценивания тестового задания

Оценка	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно	Неудовлетворительно
Количество правильных ответов	91 % и ≥	от 81% до 90,9 %	не менее 70%	менее 70%

Критерии выставления оценки студенту
(оценочные средства: устный опрос в форме ответов на вопросы билетов, устный опрос в форме собеседования, выполнение письменных разноуровневых задач и заданий, комплексная расчетно-графическая работа, творческое задание, кейс-задача, портфолио, проект и т.п.)

Оценка по промежуточной аттестации	Характеристика качества сформированности компетенций
«зачтено» / «отлично»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций на продвинутом уровне: обнаруживает всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.
«зачтено» / «хорошо»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций на базовом уровне: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.
«зачтено» / «удовлетворительно»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций на пороговом уровне: имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, в ходе контрольных мероприятий допускаются значительные ошибки, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении программного материала, испытывает затруднения при выполнении практических работ, при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.
«не зачтено» / «неудовлетворительно»	Студент демонстрирует сформированность дисциплинарных компетенций на уровне ниже порогового: выявляется полное или практически полное отсутствие знаний значительной части программного материала, студент допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы, умения и навыки не сформированы.

5. Примеры оценочных средств для проведения текущей аттестации

5.1 Вопросы для собеседования (устного опроса):

5.1 Вопросы для собеседования (устного опроса) Раздел 1. Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства:

1. Общие вопросы

Как вы определяете понятие «устойчивое развитие» и какую роль оно играет в современном обществе?

Какие, по вашему мнению, ключевые аспекты безопасного и устойчивого развития на уровне личности, общества и государства?

2. Личное развитие

Как личные ценности и привычки влияют на устойчивое развитие сообществ?

Какие действия вы предпринимаете, чтобы способствовать своему личному устойчивому развитию?

Как вы справляетесь с конфликтами или стрессовыми ситуациями в жизни, чтобы обеспечить свою безопасность и психологическое благополучие?

3. Общество

Какие социальные факторы вы считаете наиболее важными для обеспечения безопасного и устойчивого развития общества?

Как вы оцениваете роль образования в формировании устойчивых социальных практик?

Какие примеры успешного устойчивого развития общества вы могли бы привести?

4. Государство

Каковы, по вашему мнению, ответственность и роль государства в обеспечении безопасности и устойчивого развития страны?

Как государственная политика может поддерживать экологическую устойчивость?

Какие меры, на ваш взгляд, должны быть предприняты для того, чтобы улучшить взаимодействие между государством и гражданами в сфере устойчивого развития?

5. Экологические аспекты

Как вы видите влияние изменения климата на устойчивое развитие сообществ и государств?

Как личные действия могут содействовать охране окружающей среды?

Какие экологические инициативы вы считаете наиболее успешными и почему?

6. Экономические аспекты

Как экономическое развитие может сочетаться с принципами устойчивого развития?

В чем заключается разница между краткосрочной выгодой и долгосрочной устойчивостью в бизнесе?

Как вы считаете, следует ли правительству предоставлять преференции для компаний, ориентирующихся на устойчивое развитие?

7. Этические и социальные вопросы

Каковы этические дилеммы, связанные с устойчивым развитием?

Как социальная справедливость и равенство влияют на устойчивое развитие общества?

Как важны культурные аспекты в контексте устойчивого развития?

8. Будущее

Как вы видите будущее устойчивого развития в вашем регионе или стране?

Какие технологические или научные тенденции вы считаете наиболее перспективными для достижения устойчивого развития?

Как вы ожидаете, что ваши действия повлияют на ваше окружение и на более широкий контекст устойчивого развития?

Раздел 2. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе

I. Личное отношение и понимание:

Что для Вас означает "культура безопасности жизнедеятельности"? (Открытый вопрос для оценки общего понимания.)

Как бы Вы описали свою личную культуру безопасности? Приведите примеры из жизни, когда Вы сознательно уделяли внимание безопасности.

Какие, на Ваш взгляд, основные причины пренебрежения правилами безопасности в современном обществе?
Как Вы думаете, почему люди иногда сознательно идут на риск, несмотря на осознание опасности?
Какие качества, по Вашему мнению, необходимы человеку, чтобы быть ответственным и безопасным членом общества?
Как Вы оцениваете свой уровень осведомленности в вопросах безопасности (например, в области пожарной безопасности, дорожного движения, цифровой безопасности)?
Как Вы поддерживаете свои знания о безопасности актуальными?

II. Опыт и практические навыки:

Приведите пример ситуации, когда Вы или кто-то из Вашего окружения столкнулись с угрозой безопасности. Как Вы или они действовали? Какие уроки были извлечены?
Если бы Вы стали свидетелем нарушения правил безопасности, как бы Вы поступили?
Как Вы оцениваете важность обучения и информирования в формировании культуры безопасности? Какие методы обучения Вы считаете наиболее эффективными?
Расскажите о своем опыте участия в мероприятиях, направленных на повышение уровня безопасности (например, учения, тренинги, информационные кампании).
Какие инструменты или ресурсы Вы используете для обеспечения собственной безопасности или **безопасности своей семьи?**

III. Общественное и системное измерение:

Какова роль государства и общественных институтов в формировании культуры безопасности жизнедеятельности?
Как, на Ваш взгляд, современные технологии (социальные сети, интернет вещей, искусственный интеллект) влияют на культуру безопасности? Какие новые риски они создают, и какие возможности предоставляют?
Как Вы оцениваете уровень культуры безопасности в Вашем городе/регионе? Какие проблемы Вы видите?
Какие факторы способствуют формированию "синдрома ложной безопасности" в обществе?
Как бы Вы предложили повысить вовлеченность граждан в вопросы безопасности?
Какова роль средств массовой информации в формировании культуры безопасности? Какие примеры позитивного или негативного влияния Вы можете привести?
Как Вы считаете, должны ли компании и организации нести большую ответственность за культуру безопасности своих сотрудников и клиентов? Если да, то в какой форме?

IV. Прогнозирование и развитие:

Какими Вы видите основные вызовы для культуры безопасности жизнедеятельности в ближайшие 5-10 лет?
Какие новые направления в области безопасности, на Ваш взгляд, будут наиболее актуальны в будущем?
Как, по Вашему мнению, будет развиваться взаимодействие человека и систем безопасности в будущем?
Если бы у Вас была возможность внедрить одну инициативу для улучшения культуры безопасности в обществе, что бы это было и почему?

Раздел 3. Безопасность в быту

I. Общее понимание и личное отношение:

Что для Вас означает "безопасность в быту"? (Открытый вопрос для оценки общего понимания.)
Какие, на Ваш взгляд, самые распространенные бытовые опасности, о которых люди часто забывают?
Как бы Вы описали свою личную культуру безопасности в быту? Приведите примеры, когда Вы сознательно уделяли внимание безопасности дома.
Почему, по Вашему мнению, люди иногда пренебрегают правилами безопасности в собственном доме?

II. Знания и практические навыки (можно адаптировать под конкретную ситуацию):

А. Пожарная безопасность:
Какие основные причины бытовых пожаров Вы знаете?

Какие меры предосторожности необходимо соблюдать при использовании электроприборов, чтобы избежать пожара?
Что нужно делать в случае возникновения пожара в квартире/доме? (Порядок действий)
Какие средства пожаротушения должны быть в каждом доме и как ими пользоваться?

Б. Безопасность электроприборов и электричества:

Какие признаки неисправности электроприборов или проводки Вы бы заметили?
Что делать, если Вы почувствовали удар током от электроприбора или розетки?
Как обеспечить безопасность детей в отношении электричества (розетки, провода)?

В. Безопасность на кухне (газ, вода, острые предметы):

Какие меры предосторожности следует соблюдать при использовании газовой плиты?
Что делать при утечке газа?
Как обеспечить безопасность детей на кухне (горячая вода, ножи, плита)?
Какие правила безопасности при обращении с ножами и другими острыми предметами?

Общая безопасность и первая помощь:

Какие предметы первой помощи должны быть в каждой домашней аптечке?
Что делать при бытовых травмах (порезы, ожоги, ушибы)?
Как обеспечить безопасность при использовании бытовой химии?
Какие меры предосторожности следует соблюдать при хранении лекарств?
Как обезопасить дом от проникновения посторонних?

III. Ситуационные вопросы:

Представьте, что Вы видите, как ребенок пытается дотянуться до горячего чайника на плите. Ваши действия?
Вы заметили, что из-под стиральной машины сочится вода. Ваши действия?
Вы почувствовали запах гари от электроприбора. Ваши действия?
Ваш ребенок ударился головой о твердую поверхность. Каковы Ваши первые действия?

Раздел 4. Безопасность на транспорте

1. Что для Вас означает "безопасность на транспорте"? (Открытый вопрос для оценки общего понимания.)
2. Какие, на Ваш взгляд, основные причины дорожно-транспортных происшествий (ДТП) в современном обществе?
3. Как бы Вы описали свою личную культуру безопасности при использовании транспорта (как водителя, пассажира, пешехода)? Приведите примеры.
4. Почему, по Вашему мнению, люди иногда пренебрегают правилами дорожного движения?
5 Как Вы оцениваете свою готовность к экстренным ситуациям на дороге (например, потеря управления, экстренное торможение, поломка)?
6 Какие профилактические меры Вы предпринимаете для поддержания своего транспортного средства в исправном состоянии?
7. Как Вы оцениваете уровень усталости перед поездкой? Какие меры принимаете, если чувствуете усталость за рулем?
8. Какие правила безопасности Вы соблюдаете, будучи пассажиром автомобиля?
9. Как Вы оцениваете риск, связанный с выбором водителя? Какие сигналы могут Вас насторожить?
10. Насколько важно для Вас, чтобы водитель соблюдал ПДД?
11. Какие основные правила безопасности для пешеходов Вы знаете?
12. Где и как безопасно переходить дорогу?
13. Как обеспечить свою безопасность в темное время суток при передвижении пешком?
14. Представьте, что Вам приходится ехать с водителем, который явно превышает скорость и опасно маневрирует. Ваши действия?
15. Вы стали свидетелем ДТП. Ваши действия?

Раздел 5. Безопасность в общественных местах

1. Что вы понимаете под «безопасностью в общественных местах»? Какие ключевые аспекты она включает?
2. Какие основные угрозы безопасности могут возникать в общественных местах (например, в торговых центрах, парках, на вокзалах)?

3. Каковы ваши основные принципы обеспечения безопасности в местах массового скопления людей?
4. Опишите нормативные акты и стандарты, регулирующие безопасность в общественных местах в РФ.
5. Как вы оцениваете уровень безопасности конкретного общественного места? Какие факторы учитываете?

Раздел 6. Безопасность в природной среде

1. Что включает понятие «безопасность в природной среде»? Какие основные риски для человека существуют в дикой природе?
2. Какие виды чрезвычайных ситуаций природного характера вы знаете? Приведите 3–4 примера и кратко опишите каждый.
3. Назовите нормативные акты РФ, регулирующие правила поведения и безопасность в природной среде (например, при походах, на водоёмах).
4. Какие факторы влияют на выживание человека в условиях вынужденной автономии в природе? Расставьте их по степени важности.
5. Какие базовые навыки выживания в дикой природе вы считаете обязательными для любого человека?

Раздел 7. Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи

1. Что такое первая помощь? Каковы её цели и задачи?
2. Перечислите основные законодательные акты РФ, регламентирующие оказание первой помощи.
3. Каков порядок действий при обнаружении пострадавшего? Опишите алгоритм.
4. Как проверить наличие сознания, дыхания и пульса у пострадавшего?
5. В каких случаях необходимо вызывать скорую медицинскую помощь? Какие данные нужно сообщить диспетчеру?

Раздел 8. Безопасность в социуме

1. Что подразумевается под «безопасностью в социуме»? Какие основные угрозы безопасности в социальной среде вы можете назвать?
2. Какие виды социальных конфликтов существуют? Кратко охарактеризуйте каждый.
3. Назовите законодательные акты РФ, регулирующие вопросы общественной безопасности и профилактики правонарушений.
4. Какие группы населения наиболее уязвимы с точки зрения социальной безопасности? Почему?
5. Что такое культура безопасности личности? Как она формируется в обществе?

Раздел 9. Безопасность в информационном пространстве

1. Что подразумевается под «безопасностью в информационном пространстве»? Назовите её ключевые компоненты.
2. Какие основные угрозы информационной безопасности вы знаете? Кратко охарактеризуйте каждую (фишинг, DDoS-атаки, вредоносное ПО и т. д.).
3. Назовите ключевые законы РФ, регулирующие информационную безопасность (например, 152-ФЗ, 149-ФЗ).
4. В чём разница между понятиями «угроза», «уязвимость» и «риск» в контексте информационной безопасности?
5. Что такое CIA-триада? Раскройте каждый элемент (конфиденциальность, целостность, доступность).

Раздел 10. Основы противодействия экстремизму и терроризму

1. Дайте определения понятий «экстремизм» и «терроризм». В чём их принципиальные различия?
2. Назовите основные виды экстремизма (политический, религиозный, национальный и т. д.). Кратко охарактеризуйте каждый.
3. Какие положения Конституции РФ противоречат экстремистской деятельности?

4. Назовите ключевые законы РФ в сфере противодействия экстремизму и терроризму (например, 114-ФЗ, 35-ФЗ). Что они регулируют?
5. Что такое «Федеральный список экстремистских материалов»? Как он формируется и используется?
6. Какие организации в РФ признаны террористическими? Приведите 2–3 примера.
7. Что подразумевается под «профилактикой экстремизма и терроризма»? Какие уровни профилактики существуют?

Раздел 11. Основы военной подготовки

1. Назовите основные общевоинские уставы ВС РФ и кратко опишите, какие вопросы регулирует каждый из них.
2. Что такое воинская дисциплина? Каковы обязанности военнослужащего по её соблюдению?
3. Каков порядок принятия военной присяги? Когда она принимается в современных условиях?
4. Какие виды воинских званий существуют в ВС РФ? Перечислите их по старшинству (от рядового до высших офицеров).
5. Что такое суточный наряд? Назовите обязанности дежурного по роте и дневального.
6. В каком возрасте и в какие сроки осуществляется призыв граждан РФ на военную службу?
7. Какие категории граждан освобождаются от призыва на военную службу или имеют право на отсрочку?

Ключевые моменты при оценке ответов:

- **Глубина понимания:** Насколько кандидат демонстрирует не только знание терминов, но и понимание сути явлений.
- **Личная ответственность:** Насколько кандидат проявляет понимание своей роли и ответственности в вопросах безопасности.
- **Критическое мышление:** Способность анализировать причины и следствия, выявлять проблемы и предлагать решения.
- **Практический подход:** Наличие конкретных примеров и предложений.
- **Осведомленность о современных тенденциях:** Понимание влияния технологий и социальных факторов.
- **Проактивность:** Готовность действовать и предлагать улучшения.

Эти вопросы служат отправной точкой, и ход собеседования может потребовать их дальнейшей детализации и адаптации в зависимости от ответов кандидата и специфики вакансии.

5.1.2 Экспресс-опрос по теме: ЧС природного характера

1. К геофизическим природным опасным явлениям относятся ….
2. К геологическим природным опасным явлениям относятся:
3. Как называется интенсивный сравнительно кратковременный подъём уровня воды в реке, вызываемый обильными дождями, ливнями, иногда быстрым таянием снега при оттепелях?
4. Как называется сильный вихрь, втягивающий в себя воду, песок, пыль, а нередко и тяжёлые предметы, образующийся в жаркую погоду под хорошо развитым кучево-дождевым облаком и распространяющийся к поверхности земли в виде гигантского тёмного вращающегося столба или воронки, имеющего вертикальную (или слегка наклонённую к горизонту) ось вращения?
5. Основным поражающим фактором грозы является …

6. Как называется процесс переноса снега ветром с поверхности снежного покрова (приводящий к перераспределению снега и образованию сугробов), либо взвешенные в атмосфере частицы снега?

7. Как называется процесс переноса снега ветром с поверхности снежного покрова (приводящий к перераспределению снега и образованию сугробов), либо взвешенные в атмосфере частицы снега?

8. К речным гидрологическим природным опасным явлениям относятся:

9. Природные пожары бывают: …

10. Геологические образования, возникающие над каналами или трещинами в земной коре, по которым на поверхность Земли и в атмосферу извергаются раскаленная лава, пепел, горячие газы, пар, вода, обломки горных пород - это:

11. Смещение масс горных пород по склону под воздействием собственной силы тяжести - это:

12. Внезапно возникающий в горных реках поток воды с высоким уровнем содержания (до 75%) камней, грязи, песка, грунта - это:

13. Центр очага землетрясения называется …

14. Эпицентр землетрясения и прилегающая к нему территория называется …

15. Прибор, регистрирующий энергию землетрясения, называется …

16. К принципам защиты населения в военное время относятся:

17. Способы защиты населения:

18. Средства индивидуальной защиты классифицируются по …

19. Как называется оружие массового поражения, основанное на использовании энергии, выделяющейся при цепных реакциях деления тяжелых ядер некоторых изотопов урана и плутония?

20. Как называется оружие массового поражения, поражающие свойства которого основаны на токсическом воздействии отравляющих веществ и токсинов на организм человека и животных?

21. Как называется оружие, стрельба из которого ведется артиллерийскими, зенитными, авиационными, стрелковыми и инженерными боеприпасами и огненными смесями?

22. Как называется поражающий фактор ядерного взрыва, который представляет собой электромагнитное излучение оптического диапазона в видимой, ультрафиолетовой и инфракрасной областях спектра?

23. Как называется поражающий фактор ядерного взрыва, который представляет собой радиоактивное загрязнение воздуха, местности, акватории и расположенных на них объектов происходит в результате выпадения радиоактивных веществ из облака ядерного взрыва?

24. Как называется территория, в пределах которой в результате применения ядерного оружия произошли массовые поражения и гибель людей, сельскохозяйственных животных и растений, разрушения и повреждения зданий и сооружений, коммунально-энергетических и технологических сетей и линий, транспортных коммуникаций и других объектов?

25. Как называются отравляющие вещества, поражающие нервную систему через органы дыхания, при проникновении в парообразном и капельно-жидком состоянии через кожу, а также при попадании в желудочно-кишечный тракт вместе с пищей и водой?

26. Как называются отравляющие вещества, поражающие весь организм человека только при вдыхании им воздуха, зараженного их парами?

27. Как называются отравляющие вещества, воздействующие на центральную нервную человека и вызывающие психические и физические расстройства?

28. К отравляющим веществам нервно-паралитического действия относятся …

29. К отравляющим веществам нервно-паралитического действия относятся …

30. К отравляющим веществам психохимического действия относятся…

31.Сооружения, наиболее надежно защищающие укрываемых от всех поражающих факторов ядерного взрыва, отравляющих веществ и бактериальных средств, высоких температур и вредных газов.

32.Сигнал, подаваемый при обнаружении начала выпадения радиоактивных веществ на территории населенного пункта.

33.От каких лучей можно защититься только в убежище:

34.От каких лучей можно защититься листом бумаги:

35.Дегазацией называется

36.Биологическое оружие обладает:

37.Биологическое оружие - это …

38.Зараженных грызунов применяют при (указать способ):

39.В комплекс противоэпидемических и санитарно-гигиенических мероприятий по предотвращению распространения инфекционных заболеваний среди населения, подвергшегося воздействию бактериальных (биологических) средств, входят:

40.Безопасность жизнедеятельности это:

5.1.3 Экспресс – опрос по теме: ЧС биологического характера.

1. Раскройте понятие ЧС биологического характера.

2. Расскажите об общих сведениях об эпидемиях.

3. Укажите 3-х основных элемента эпидемической цепи.

4. Что такое пандемии, эпидемии, эпизоотии, эпифитотии?

5. Объект, который является местом естественного пребывания и размножения возбудителей и в котором идет процесс их накопления, называется _____.

6. Укажите группы инфекционных болезней.

7. Как называется группа инф. болезней, при которой источником возбудителя заболевания является только человек?

8. Что такое антропонозы?

9. Как называется группа инфекционных болезней, при которой источником возбудителя заболевания является животное, и болезнь переходит к человеку?

10. Классификация болезнетворных микроорганизмов.

11. Как называется период времени при всех инфекционных заболеваниях от момента заражения до проявления первых видимых признаков заболевания?

12. Как называются эпидемии растений?

13. Как называются эпидемии животных?

14. Что такое зоонозы?

15. Что принято называть под непрерывной цепью следующих друг за другом заражений и заболеваний?

16. Каким свойством обладают возбудители наиболее опасных инфекционных болезней?

17. Непрерывную цепь следующих друг за другом заражений и заболеваний принято называть?

18. Укажите основные причины возникновения эпидемических очагов

19. Как называется массовое распространение инф. заболеваний, связанных общими источниками инфекции?

20. Как называется длительность периода при различных инфекциях, является неодинаковой от нескольких часов до нескольких месяцев?

21. Как называются эпидемии, охватывающие несколько стран и материков?

22. Понятия «карантин» и «обсервация».

23. Как называется полная изоляция эпидемического очага заражения с вооруженной охраной, постоянное медицинское наблюдение и лечение?

24. Как называется учение об эпидемиях?

25. Какие последствия могут вызвать инф. Болезни?

26. Что понимают под источником возбудителя инфекции?

27. Что понимают под механизмами передачи инфекции?

28. Перечислите пути передачи инфекции?

29. Как называются массовые заболевания населения?

30. Как называется невосприимчивость, который вырабатывает организм к возбудителю?

31. Какие инф. заболевания стоят на первом месте по распространенности?

32. Какими путями возбудитель проникает в организм при воздушно-капельных инфекциях?

33. Перечислите наиболее распространенные воздушно-капельные инфекции.

34. Укажите синоним воздушно-капельных инфекций.

35. Какие инф. заболевания стоят на втором месте по распространенности?

36. Какими путями возбудитель проникает в организм при водно-пищевых заболеваниях?

37. Что в организме поражается в большинстве случаев при водно-пищевых заболеваниях?

38. Перечислите наиболее распространенные кишечные инфекции.

39. Как называются инф. болезни, при которых заражение человека происходит при укусе насекомых и клещей?

40. Какие инфекции передаются трансмиссивным путем?

41. Как называются инфекционные болезни, при которых возбудитель заболевания передается от больного к здоровому при непосредственном контакте?

42. Что поражается в первую очередь при контактных инфекциях.

43. Перечислите наиболее распространенные контактные инфекции.

44. Как называются заболевания (дизентерия, брюшной тиф, дифтерия и др.) источником возбудителя заболевания является только человек?

45. Перечислите такие заболевания?

46. Как называются заболевания, где источником возбудителя заболевания являются животные, от которых происходит заражение человека?

47. Перечислите такие заболевания?

48. Как называется уничтожение членистоногих переносчиков возбудителей болезней (нас. и клещей)?

49. Что принято называть *эпидемическим процессом?*

50. Как называется определенное время от момента заражения до проявления первых видимых признаков заболевания?

51. В чем состоит опасность находящегося в инкуб. периоде человека?

52. Каких видов бывает восприимчивость людей к инфекциям?

53. Что такое абсолютная восприимчивость людей к инфекциям?

54. Что такое частичная восприимчивость людей к инфекциям?

55. К каким инфекциям человек абсолютно восприимчив? Частично?

56. Какие мероприятия нужно проводить в эпидемическом очаге?

57. Что такое карантин?

58. Что такое обсервация?

59. Что такое дезинсекция, дезинфекция, дератизация?

60. Какими способами проводят дезинфекцию?

61. Для чего принимают усиление мер санитарно-гигиенических мероприятий?

62. В каких случаях проводят внеплановые прививки?

63. В чем заключается санитарно-просветительская работа?

64. Как называется заболевание, которое передается от животных к человеку и оно протекает в трех формах: легочной, кишечной и кожной?

65. Какими путями проникает в организм возбудитель сибирской язвы? Как называется возбудитель?

66. Что обозначает текущая дезинфекция? Полная? Профилактическая?

67. Какие инф. заболевания можно назвать у растений и животных?

5.2 Темы рефератов

Тематика рефератов по теме Аварии и катастрофы техногенного характера.

1. «Плавные» техногенные катастрофы.
2. «Взрывчатые» техногенные катастрофы (Бхопал в Индии).
3. Радиационные катастрофы.
4. Атомные станции как объекты повышенной радиационной опасности.
5. Классификация атомных станций России.
6. Системы безопасности АС.
7. Естественный радиационный фон. Источники, воздействие.
8. зона вокруг АС.
9. Пожары на объектах зрелищных и культурно-просветительских учреждениях: театры, кинотеатры, клубы, цирки, библиотеки, спортивные сооружения и др.
10. Пожары на объектах зрелищных и культурно-просветительских учреждениях: Музеи, выставки, и др. подобные учреждения.
11.
12. Пожары: Высшие учебные заведения, учреждения повышения квалификации.
13. Профилактика возникновения взрывов и пожаров.
14. Химические катастрофы.
15. Характер воздействия химического заражения на окружающую среду.
16. Катастрофы на транспорте: железнодорожном.
17. Бытовые катастрофы.
18. Гидродинамические аварии: прорыв плотин с затоплением их волной, прорыв плотин с их затоплением из-за паводка.
19. Аварии на очистных сооружениях.
20. Аварии на коммунальных сетях.
21. Аварии на электроэнергетических системах.
22. Пожары, взрывы в шахтах.

5.3 Примеры тестовых заданий

Раздел 1. Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства

1. Что такое безопасность в широком смысле слова?
   А) Отсутствие любой опасности вокруг.
   Б) Состояние защищённости жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз.
   В) Возможность учиться, отдыхать, трудиться, получать необходимую медицинскую помощь.
2. Что такое чрезвычайная ситуация?
   А) Обстановка на определённой территории, которая может повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности.
   Б) Чрезвычайное событие техногенного характера, происшедшее по эксплуатационным причинам и заключающееся в разрушении технических устройств и сооружений.
   В) Способность объектов, процессов и живых существ при определённых условиях наносить вред здоровью и жизни человека.
3. Что обозначает понятие «устойчивое развитие»?
   А) Постоянное экономическое развитие без учёта экологических последствий.
   Б) Развитие, которое удовлетворяет потребности настоящего времени, не ставя под угрозу способность будущих поколений удовлетворять свои потребности.
   В) Быстрое развитие технологий независимо от социальных последствий.

4. Составными частями национальной безопасности РФ являются:
   А) Безопасность регионов РФ.
   Б) Безопасность от внешних и внутренних угроз, безопасность каждого гражданина РФ.
   В) Экономическая, политическая, военная, социальная, экологическая, информационная безопасность.
5. Как называется система, созданная в России для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций?
   А) Система сил и средств для ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
   Б) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС).
   В) Система наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды.
6. Сколько уровней имеет структура РСЧС?
   А) 3.
   Б) 4.
   В) 5.
7. Какой режим **не** является режимом функционирования РСЧС?
   А) Режим повседневной деятельности.
   Б) Режим повышенной готовности.
   В) Режим особого положения.
8. Что такое средства коллективной защиты?
   А) Инженерные сооружения гражданской обороны для защиты от оружия массового поражения и других современных средств нападения.
   Б) Лёгкие сооружения для защиты населения от побочного действия атмосферы.
   В) Средства защиты органов дыхания и кожи.
9. Что означает сигнал оповещения «Внимание всем!»?
   А) Угроза химического заражения.
   Б) Завывание сирены и мощных акустических систем длительностью до 3 минут, предупреждающее о необходимости получить информацию о чрезвычайной ситуации.
   В) Начало военных действий.
10. Что является основной целью системы национальной безопасности?
    А) Экономическое процветание любой ценой.
    Б) Защита суверенитета и территориальной целостности, обеспечение реализации конституционных прав и свобод граждан.
    В) Развитие международных отношений.
11. Какие интересы относятся к жизненно важным интересам личности?
    А) Право на труд, образование, охрану здоровья и медицинскую помощь.
    Б) Возможность неограниченного потребления ресурсов.
    В) Право на владение оружием.
12. Что из перечисленного относится к внутренним угрозам национальной безопасности?
    А) Международные конфликты.
    Б) Терроризм, экстремизм, организованная преступность.
    В) Изменение климата.
13. Что такое гражданская оборона?
    А) Система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей от опасностей, возникающих при военных конфликтах или вследствие этих конфликтов, а также при ЧС природного и техногенного характера.
    Б) Добровольное объединение граждан для охраны общественного порядка.
    В) Военные учения.
14. Что включает в себя культура безопасности жизнедеятельности?
    А) Знание правил дорожного движения.
    Б) Совокупность знаний, умений и навыков, направленных на обеспечение безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях.
    В) Умение оказывать первую помощь.
15. Что является важнейшим условием устойчивого развития общества?
    А) Быстрый экономический рост без учёта экологии.
    Б) Баланс между экономическим развитием, социальной справедливостью и экологической устойчивостью.
    В) Изоляция от международных проблем.

Ключ к тесту

Вопрос	**Правильный ответ**
1	Б

Вопрос	Правильный ответ
2	А
3	Б
4	В
5	Б
6	Б (4 уровня: федеральный, региональный, территориальный, местный)
7	В
8	А
9	Б
10	Б
11	А
12	Б
13	А
14	Б
15	Б

Раздел 2. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе

1. Что такое культура безопасности жизнедеятельности?
   А) Совокупность правил поведения в быту.
   Б) Определённый уровень развития человека и общества, характеризующийся значимостью задачи обеспечения безопасности в системе ценностей, распространённостью стереотипов безопасного поведения и степенью защиты от угроз.
   В) Знание правил дорожного движения.
2. Какие уровни формирования культуры безопасности выделяют?
   А) Личный, семейный, общественный.
   Б) Индивидуальный, корпоративный, общественно-государственный.
   В) Школьный, вузовский, профессиональный.
3. Какой принцип **не** относится к общим принципам поведения в критических обстоятельствах?
   А) Предвидение опасностей.
   Б) Уклонение от угроз.
   В) Игнорирование потенциальных рисков.
4. Что является ключевым навыком в современной культуре безопасности?
   А) Физическая сила.
   Б) Умение анализировать риски и оценивать ситуацию.
   В) Знание иностранных языков.
5. Что лежит в основе принятия решений в критических ситуациях?
   А) Эмоции и интуиция.
   Б) Знания и навыки безопасного поведения.
   В) Случайный выбор.
6. Какое качество помогает человеку избежать неприятностей в повседневной жизни?
   А) Беспечность.
   Б) Внимательность и осмотрительность.
   В) Агрессивность.
7. Что характеризует ответственного человека в контексте безопасности?
   А) Способность предвидеть последствия своих действий.
   Б) Стремление переложить ответственность на других.
   В) Избегание любых действий из-за страха перед рисками.
8. Что поможет защитить личные данные в цифровом пространстве?
   А) Размещение всей личной информации в соцсетях.
   Б) Использование сложных паролей и двухфакторной аутентификации.
   В) Передача логинов и паролей друзьям.
9. Какой подход характеризует разумное самосохранение?
   А) Чрезмерная тревожность и паника.
   Б) Здравая осмотрительность и готовность к действиям.
   В) Полное отрицание любых угроз.
10. Что является основным результатом высокой культуры безопасности в обществе?
    А) Полное отсутствие угроз.

Б) Готовность к вызовам и способность минимизировать риски.
В) Изоляция от внешнего мира.

11. Какие меры профилактики помогают снизить риск бытового травматизма?
А) Игнорирование правил эксплуатации техники.
Б) Соблюдение правил пожарной безопасности, осторожное обращение с электроприборами.
В) Хранение опасных веществ в доступных для детей местах.
12. Что включает в себя понятие «опасность»?
А) Только природные катастрофы.
Б) Любые факторы, способные нанести вред здоровью или жизни человека, ущерб имуществу или окружающей среде.
В) Только техногенные аварии.
13. Как правильно действовать при обнаружении подозрительного предмета в общественном месте?
А) Подойти и проверить, что это.
Б) Отойти на безопасное расстояние, предупредить окружающих и сообщить в полицию или МЧС.
В) Сделать фото и выложить в соцсети.
14. Что такое риск в контексте безопасности жизнедеятельности?
А) Вероятность возникновения опасной ситуации и её последствий.
Б) Гарантированное наступление неблагоприятного события.
В) Отсутствие каких-либо угроз.
15. Какие действия помогут повысить уровень безопасности в образовательной организации?
А) Регулярные тренировки по эвакуации, инструктажи, установка систем видеонаблюдения.
Б) Отказ от проведения учений из-за экономии времени.
В) Игнорирование требований пожарной безопасности.

Вопрос	Правильный ответ
1	Б
2	Б
3	В
4	Б
5	Б
6	Б
7	А
8	Б
9	Б
10	Б
11	Б
12	Б
13	Б
14	А
15	А

Раздел 3. Безопасность в быту

1. Что нужно сделать в первую очередь при обнаружении запаха газа в квартире?
А) Зажечь спичку, чтобы проверить источник запаха.
Б) Открыть окна и двери для проветривания, перекрыть кран подачи газа, не включать/выключать электроприборы, вызвать аварийную службу.
В) Включить вытяжку и подождать, пока запах исчезнет.
2. Как правильно тушить возгорание масла на сковороде?
А) Залить водой.
Б) Накрыть крышкой или противнем, отключить плиту.
В) Посыпать солью или мукой.
3. На каком расстоянии от стен и мебели следует устанавливать обогреватель?
А) 10 см.
Б) 50 см и более.
В) Расстояние не имеет значения.
4. Что делать, если электроприбор загорелся?
А) Сразу залить водой.

Б) Отключить от сети (если безопасно), накрыть плотной тканью, вызвать пожарных.
В) Оставить гореть — само потухнет.

5. Какое средство наиболее эффективно для тушения небольшого бытового возгорания (например, на кухне)?
   А) Мокрое полотенце.
   Б) Огнетушитель (порошковый или углекислотный), плотная ткань, пищевая сода.
   В) Одеяло из синтетики.
6. Как безопасно работать с режущими инструментами (ножами, ножницами)?
   А) Держать лезвие к себе, передавать остриём вперёд.
   Б) Держать лезвие от себя, передавать ручкой вперёд, использовать защитные перчатки при необходимости.
   В) Работать мокрыми руками для лучшего захвата.
7. Что делать при поражении человека электрическим током?
   А) Немедленно оттащить пострадавшего за руку.
   Б) Отключить источник тока (выключить рубильник, выдернуть вилку), вызвать скорую, оказать первую помощь.
   В) Облить пострадавшего водой.
8. Какие действия запрещены при использовании лестницы-стремянки?
   А) Работать вдвоём на одной стремянке.
   Б) Устанавливать на ровную твёрдую поверхность.
   В) Проверять устойчивость перед использованием.
9. Как предотвратить падение ребёнка из окна?
   А) Оставлять окно открытым на проветривание без присмотра.
   Б) Установить блокираторы или фиксаторы, не ставить мебель у окон.
   В) Надеяться на москитную сетку как защиту.
10. Что нельзя делать при затоплении квартиры?
    А) Отключать электричество в щитке (если есть контакт воды с проводами).
    Б) Перекрывать воду, если это возможно.
    В) Включать электроприборы в зоне затопления.
11. Как хранить бытовую химию?
    А) В оригинальной упаковке, в недоступном для детей и животных месте.
    Б) В любых ёмкостях рядом с продуктами питания.
    В) На открытых полках в ванной комнате.
12. Что предпринять, если разбился ртутный термометр?
    А) Собрать ртуть пылесосом.
    Б) Открыть окна, надеть перчатки, собрать шарики ртути липкой лентой или шприцем без иглы в банку с водой, вызвать МЧС.
    В) Оставить всё как есть — ртуть испарится сама.
13. Какой номер телефона следует использовать для вызова пожарной службы?
    А) 102.
    Б) 103.
    В) 101.
14. Как избежать ожогов при работе с горячей посудой?
    А) Брать кастрюли и сковородки голыми руками.
    Б) Использовать прихватки или кухонные полотенца, открывать крышки ёмкостей от себя.
    В) Охлаждать посуду под струёй холодной воды сразу после готовки.
15. Что делать, если в доме сработала пожарная сигнализация?
    А) Игнорировать сигнал.
    Б) Проверить наличие возгорания, при угрозе — эвакуироваться и вызвать пожарных.
    В) Отключить сигнализацию и продолжить заниматься своими делами.

Вопрос	**Правильный ответ**
1	Б
2	Б
3	Б
4	Б
5	Б
6	Б
7	Б
8	А

Вопрос	Правильный ответ
9	Б
10	В
11	А
12	Б
13	В
14	Б
15	Б

Раздел 4. Безопасность на транспорте

1. Какое место в легковом автомобиле считается самым безопасным для пассажира?
   А) Переднее пассажирское сиденье рядом с водителем.
   Б) Центральное место на заднем сиденье.
   В) Заднее сиденье за водителем.
2. До какого возраста ребёнок обязан ездить в автомобиле в специальном детском кресле?
   А) До 5 лет.
   Б) До 7 лет.
   В) До 12 лет.
3. Что категорически запрещено делать во время движения в общественном транспорте?
   А) Держаться за поручни.
   Б) Передвигаться по салону, высовываться из окон.
   В) Уступать места пожилым людям.
4. Как правильно переходить железнодорожные пути?
   А) В любом месте, убедившись, что нет приближающегося поезда.
   Б) Только по специально оборудованным переходам, мостам, тоннелям.
   В) По настилам в местах, где нет шлагбаума.
5. Что означает мигание красных огней на железнодорожном переезде?
   А) Можно переходить/переезжать переезд.
   Б) Запрещено переходить/переезжать переезд, ожидается прохождение поезда.
   В) Идёт ремонт путей, нужно искать объезд.
6. Какие действия запрещены на борту самолёта во время полёта?
   А) Пользование туалетом.
   Б) Вставание с места во время работы табло «Пристегните ремни».
   В) Чтение книг и журналов.
7. Что нужно сделать в первую очередь при аварийной посадке самолёта?
   А) Немедленно бежать к выходу.
   Б) Принять безопасную позу (наклониться вперёд, обхватить голову руками), ждать команды бортпроводника.
   В) Открыть аварийный выход самостоятельно.
8. Как действовать при пожаре в поезде?
   А) Оставаться на месте и ждать помощи.
   Б) Эвакуироваться в передние вагоны.
   В) Эвакуироваться в противоположную от огня сторону, в соседние вагоны или наружу через аварийные выходы.
9. Что нельзя брать с собой в ручную кладь на борт самолёта?
   А) Документы и деньги.
   Б) Жидкости объёмом более 100 мл в отдельных ёмкостях, острые предметы, взрывоопасные вещества.
   В) Ноутбук и фотоаппарат.
10. Как вести себя пассажиру на остановке общественного транспорта?
    А) Стоять у края тротуара, чтобы первым войти в транспорт.
    Б) Стоять подальше от края тротуара, дождаться полной остановки транспорта, не толкаться при посадке.
    В) Переходить дорогу перед подъезжающим автобусом или троллейбусом.
11. Что делать, если в метро вы упали на пути?
    А) Постараться быстро выбраться на платформу самостоятельно.
    Б) Лечь в углубление между рельсами лицом вниз, головой к прибывающему поезду, и ждать помощи.
    В) Бежать вдоль путей в сторону ближайшей станции.

12. Как правильно вести себя в салоне автобуса при резком торможении?
    А) Встать и держаться за поручень над головой.
    Б) Упереться руками в спинку переднего сиденья, согнуть ноги, напрячь мышцы.
    В) Ничего не делать, это безопасно.
13. Какой номер телефона следует использовать для вызова экстренных служб с мобильного телефона?
    А) 01.
    Б) 02.
    В) 112.
14. Что делать при обнаружении бесхозного предмета в общественном транспорте?
    А) Переместить предмет в другое место.
    Б) Сообщить водителю, бортпроводнику или сотруднику службы безопасности, не трогать предмет.
    В) Игнорировать предмет, если он выглядит безобидно.
15. Какие меры предосторожности следует соблюдать при поездке на велосипеде по дороге?
    А) Ехать навстречу движению транспорта.
    Б) Двигаться по правому краю проезжей части или по велодорожке, использовать световые сигналы и светоотражатели.
    В) Ездить без шлема, если расстояние небольшое.

Вопрос	Правильный ответ
1	В
2	В
3	Б
4	Б
5	Б
6	Б
7	Б
8	В
9	Б
10	Б
11	Б
12	Б
13	В
14	Б
15	Б

Раздел 5. Безопасность в общественных местах

1. Что делать, если вы заметили подозрительный предмет в торговом центре?
   А) Подойти и проверить, что это.
   Б) Сообщить сотрудникам охраны или администрации, не трогать предмет.
   В) Сделать фото и выложить в соцсети.
2. Как вести себя в толпе при возникновении паники?
   А) Постараться пробиться к выходу как можно быстрее.
   Б) Сохранять спокойствие, избегать центра толпы, двигаться вместе с потоком людей, защищая грудную клетку.
   В) Упасть на землю и прикрыться руками.
3. Какое место в общественном транспорте считается наиболее безопасным?
   А) Возле дверей.
   Б) В центре салона, рядом с поручнями.
   В) В конце салона.
4. Что делать при обнаружении пожара в общественном месте?
   А) Немедленно бежать к выходу, толкая людей.
   Б) Сохранять спокойствие, оценить ситуацию, следовать указаниям эвакуационных знаков и персонала.
   В) Оставаться на месте и ждать помощи.
5. Как защитить свои вещи от карманников в местах массового скопления людей?
   А) Держать сумку открытой, чтобы быстро достать нужные вещи.

Б) Держать сумку перед собой, застёгивать карманы, не демонстрировать ценные вещи.
В) Положить кошелёк в задний карман брюк.

6. Что делать, если незнакомец в общественном месте настойчиво пытается завести разговор?
   А) Вступить в беседу из вежливости.
   Б) Вежливо, но твёрдо отказаться от общения, отойти в людное место.
   В) Проигнорировать и сделать вид, что не слышите.
7. Как безопасно передвигаться по городу в тёмное время суток?
   А) Идти кратчайшим путём через тёмные дворы и парки.
   Б) Выбирать освещённые улицы с камерами наблюдения, держать телефон наготове.
   В) Слушать музыку в наушниках на полной громкости.
8. Что делать, если вас пытаются ограбить?
   А) Оказывать активное сопротивление любой ценой.
   Б) Отдать требуемое, постараться запомнить приметы нападающего, немедленно сообщить в полицию.
   В) Бежать, не оглядываясь, ничего не предпринимая.
9. Какие места в городе следует избегать в вечернее и ночное время?
   А) Торговые центры и кинотеатры.
   Б) Пустыри, заброшенные здания, плохо освещённые дворы.
   В) Кафе и рестораны.
10. Как действовать при угрозе террористического акта?
    А) Игнорировать предупреждения и продолжать свои дела.
    Б) Следовать инструкциям правоохранительных органов, избегать подозрительных мест и предметов.
    В) Распространять тревожные сообщения в соцсетях без проверки информации.
11. Что делать, если вы почувствовали запах гари в общественном здании?
    А) Игнорировать — возможно, это что-то жарят на кухне.
    Б) Немедленно сообщить персоналу или охране, начать эвакуацию согласно плану.
    В) Пойти искать источник запаха самостоятельно.
12. Как обезопасить себя при использовании бесплатного Wi-Fi в кафе или аэропорту?
    А) Подключаться без раздумий — это безопасно.
    Б) Избегать ввода паролей и платёжной информации, использовать VPN.
    В) Разрешить все запросы на подключение к сети.
13. Что делать, если ребёнок потерялся в толпе?
    А) Бегать и кричать, создавая панику.
    Б) Обратиться к сотрудникам охраны, полиции или администрации, оставаться на месте.
    В) Уйти искать ребёнка самостоятельно, оставив вещи без присмотра.
14. Какой номер телефона следует использовать для вызова экстренных служб с мобильного телефона?
    А) 01.
    Б) 02.
    В) 112.
15. Что делать, если в общественном месте началась драка?
    А) Вмешаться и разнимать дерущихся.
    Б) Отойти на безопасное расстояние, при необходимости вызвать полицию.
    В) Снимать происходящее на видео.

Вопрос	**Правильный ответ**
1	Б
2	Б
3	Б
4	Б
5	Б
6	Б
7	Б
8	Б
9	Б
10	Б
11	Б
12	Б

Вопрос	Правильный ответ
13	Б
14	В
15	Б

Раздел 6. Безопасность в природной среде

1. Что делать, если вы заблудились в лесу?
   А) Бегать в разные стороны в поисках выхода.
   Б) Остановиться, успокоиться, оценить ситуацию, подать сигнал бедствия, оставаться на месте.
   В) Идти вперёд, не останавливаясь, пока не выйдете к людям.
2. Как правильно разводить костёр в лесу?
   А) В любом месте, где удобно.
   Б) На открытой площадке, очищенной от травы, листьев и веток, вдали от деревьев и кустарников.
   В) Рядом с сухими деревьями для быстрого розжига.
3. Какой из способов ориентирования на местности считается наиболее надёжным?
   А) По мху на деревьях.
   Б) С помощью компаса и карты.
   В) По расположению муравейников.
4. Что делать при встрече с диким кабаном?
   А) Постараться убежать от животного.
   Б) Забраться на дерево или спрятаться за толстым стволом дерева, не провоцировать животное.
   В) Громко кричать и размахивать руками, чтобы напугать зверя.
5. Как обезопасить себя от укусов клещей во время похода?
   А) Носить светлую одежду, заправлять брюки в носки, использовать репелленты, проводить самоосмотры каждые 2–3 часа.
   Б) Носить открытую одежду, чтобы было прохладнее.
   В) Не обращать внимания — клещи не опасны.
6. Что делать, если вас укусила змея?
   А) Наложить жгут выше места укуса.
   Б) Обеспечить покой, ограничить движение конечности, немедленно обратиться за медицинской помощью.
   В) Выдавить яд из ранки и обработать её зелёнкой.
7. Как правильно пить воду из природных источников (ручьёв, озёр)?
   А) Сразу пить, если вода выглядит чистой.
   Б) Прокипятить или обработать специальными таблетками/фильтрами.
   В) Пить только из быстрых горных ручьёв — там вода безопаснее.
8. Что делать при укусе пчелы или осы?
   А) Выдавить жало и яд из ранки.
   Б) Аккуратно удалить жало, продезинфицировать место укуса, приложить холодный компресс.
   В) Ничего не делать — укус не опасен.
9. Как избежать переохлаждения в лесу в холодную погоду?
   А) Постоянно двигаться, носить многослойную сухую одежду, беречь ноги и голову.
   Б) Сидеть на одном месте, чтобы не тратить энергию.
   В) Снять лишнюю одежду, если стало жарко.
10. Что делать, если начался лесной пожар?
    А) Бежать в направлении ветра.
    Б) Двигаться перпендикулярно направлению распространения огня, к открытой местности или водоёму.
    В) Залечь в яму и накрыться курткой.
11. Какие грибы можно собирать в лесу?
    А) Все, которые похожи на съедобные.
    Б) Только те, в которых вы уверены на 100 %, избегая незнакомых и сомнительных видов.
    В) Грибы, растущие рядом с дорогами и промышленными объектами.
12. Как подавать сигнал бедствия в лесу?
    А) Кричать без остановки.
    Б) Использовать свисток, зеркало для отражения солнечного света, развести костёр с густым дымом.
    В) Ждать, пока вас найдут.
13. Что делать, если на вас напала стая волков?
    А) Броситься бежать.

Б) Сохранять спокойствие, не поворачиваться спиной, медленно отступать, издавать громкие звуки.
В) Лечь на землю и притвориться мёртвым.

14. Как выбрать место для ночлега в лесу?
А) У подножия большого дерева — там теплее.
Б) На возвышенности, вдали от сухих деревьев, рядом с источником воды, но не слишком близко.
В) В низине или овраге — там защищено от ветра.
15. Что взять с собой в однодневный поход в лес?
А) Только воду и бутерброды.
Б) Карту/компас, воду, еду, нож, аптечку, спички/зажигалку, фонарик, свисток.
В) Фотоаппарат и плеер — главное запечатлеть красоту.

Вопрос	Правильный ответ
1	Б
2	Б
3	Б
4	Б
5	А
6	Б
7	Б
8	Б
9	А
10	Б
11	Б
12	Б
13	Б
14	Б
15	Б

Раздел 7. Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи

Что такое рана? А) Открытое повреждение кожи, глубоколежащих тканей и внутренних органов. Б) Нарушение анатомической целостности тканей или органов с расстройством их функций. В) Истечение крови из повреждённого кровеносного сосуда.

Определите вид кровотечения по следующим признакам: кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струёй. А) Артериальное. Б) Венозное. В) Капиллярное.

Как называется кровотечение, возникающее при повреждении печени и селезёнки? А) Паренхиматозное. Б) Внутреннее. В) Смешанное.

Укажите самый простой и доступный способ временной остановки кровотечения. А) Придание повреждённой конечности возвышенного положения. Б) Максимальное сгибание конечности. В) Прижатие пальцами артериального сосуда выше раны.

На каком расстоянии от места ранения накладывается кровоостанавливающий жгут? А) На 3–5 см выше места ранения. Б) На 3–5 см ниже места ранения. В) Непосредственно на место ранения.

Максимальное время наложения жгута не должно превышать: А) 1,5 часа. Б) 2 часа. В) 1 час.

При кровотечении из носа, в каком положении следует транспортировать пострадавшего к врачу, если кровотечение не останавливается? А) В лежачем. Б) В сидячем. В) На боку.

Что прикладывают к переносице при кровотечении? А) Холод. Б) Тепло. В) Носовой платок, смоченный в растворе нашатырного спирта.

Первая помощь при ожоге включает: А) Нанесение масла или жира на поражённый участок. Б) Промывание ожога холодной водой (при 1–2 степени) или наложение чистой влажной ткани (при более глубоких поражениях). В) Прокалывание пузырей.

- **При отравлении кислотами или щелочами нельзя:** А) Промывать желудок водой. Б) Давать пострадавшему молоко. В) Пытаться нейтрализовать яд с помощью соды или кислоты. bobrmedcollege.by +1
- **При подозрении на перелом позвоночника пострадавшего следует транспортировать:** А) В положении сидя. Б) На твёрдой ровной поверхности. В) В полусидячем положении.
- **При обморожении нельзя:** А) Укрывать пострадавшего в тёплом помещении. Б) Давать тёплое питьё. В) Растирать поражённые участки или использовать горячую воду для согревания. ipo5.ru +1

- **При отсутствии сознания у пострадавшего без признаков травмы шеи или позвоночника следует:** А) Положить его на спину. Б) Придать ему устойчивое боковое положение. В) Придать ему сидячее положение. tcmk47.ru +1
- **При укусе змеи запрещено:** А) Обработать рану антисептиком. Б) Наложить жгут выше места укуса. В) Дать пострадавшему обезболивающее.

При подозрении на отравление угарным газом необходимо: А) Немедленно вынести пострадавшего на свежий воздух. Б) Дать пострадавшему нашатырный спирт. В) Оставить пострадавшего в помещении и открыть окна.

Вопрос	Правильный ответ
1	Б
2	А
3	А
4	В
5	А
6	В
7	Б
8	А
9	Б
10	В
11	Б
12	В
13	Б
14	Б
15	А

Раздел 8. Безопасность в социуме

1. **Что делать, если незнакомый человек настойчиво пытается завести с вами разговор на улице?**
   А) Вступить в беседу из вежливости.
   Б) Вежливо, но твёрдо отказаться от общения и отойти в людное место.
   В) Проигнорировать и сделать вид, что не слышите.
2. **Как обезопасить себя при общении в социальных сетях?**
   А) Размещать полную информацию о себе, включая адрес и расписание дня.
   Б) Ограничить круг друзей, не публиковать личные данные, использовать настройки приватности.
   В) Добавлять в друзья всех, кто присылает запрос.
3. **Что делать, если вам поступают угрозы в интернете?**
   А) Ответить агрессией.
   Б) Сохранить доказательства (скриншоты), заблокировать отправителя, сообщить родителям/администрации платформы/в полицию.
   В) Игнорировать — сами прекратятся.
4. **Как вести себя, если вас провоцируют на конфликт в школе или на улице?**
   А) Отвечать агрессией на агрессию.
   Б) Сохранять спокойствие, избегать прямого конфликта, обратиться за помощью к взрослым.
   В) Сразу применить физическую силу.
5. **Что такое буллинг?**
   А) Однократная ссора между сверстниками.
   Б) Систематическое унижение, травля, запугивание одного человека группой или одним лицом.
   В) Спор на уроке.
6. **Что делать, если вы стали свидетелем буллинга?**
   А) Присоединиться к обидчикам.
   Б) Снять на видео и выложить в соцсети.
   В) Сообщить учителю, родителям или другому взрослому, поддержать жертву.
7. **Как избежать вовлечения в сомнительные группы или организации?**
   А) Принимать все приглашения в закрытые сообщества.
   Б) Критически оценивать предложения, обсуждать их с родителями или доверенными взрослыми.
   В) Доверять всем, кто обещает лёгкую прибыль или успех.

8. **Что делать при встрече с агрессивно настроенной группой людей?**
   А) Постараться пройти мимо, не привлекая внимания, при необходимости — бежать в людное место или звать на помощь.
   Б) Вступить в спор, чтобы доказать свою правоту.
   В) Начать снимать на телефон.
9. **Какой номер телефона следует использовать для вызова экстренных служб с мобильного телефона?**
   А) 01.
   Б) 02.
   В) 112.
10. **Как защитить свои личные данные при онлайн-покупках?**
   А) Сообщать номер карты и CVV-код по телефону или в сообщениях.
   Б) Совершать покупки только на проверенных сайтах, не передавать конфиденциальные данные.
   В) Сохранять пароли в браузере на общедоступных компьютерах.
11. **Что делать, если в общественном месте кто-то ведёт себя неадекватно и угрожает окружающим?**
   А) Попытаться самостоятельно успокоить человека.
   Б) Отойти на безопасное расстояние, сообщить сотрудникам охраны, полиции или позвонить в экстренные службы.
   В) Сделать фото и выложить в соцсети с комментарием.
12. **Какие действия помогут избежать мошенничества при общении с незнакомцами?**
   А) Доверять обещаниям быстрого обогащения.
   Б) Не передавать деньги или личные данные незнакомцам, проверять информацию.
   В) Соглашаться на предложения, если они звучат убедительно.
13. **Как правильно реагировать на фейковые новости или провокационные сообщения в соцсетях?**
   А) Сразу пересылать друзьям.
   Б) Проверять источник информации, не распространять непроверенные данные.
   В) Писать гневные комментарии под постом.
14. **Что делать, если вас пригласили встретиться с интернет-знакомым, которого вы никогда не видели?**
   А) Прийти на встречу в одиночку.
   Б) Сообщить родителям или друзьям о встрече, выбрать людное место, желательно — в присутствии взрослого.
   В) Отказаться от встречи, так как это может быть опасно.
15. **Какое поведение снижает риск стать жертвой преступления в вечернее время?**
   А) Ходить по тёмным улицам в наушниках, опустив голову.
   Б) Выбирать освещённые маршруты, держаться людных мест, держать телефон наготове.
   В) Идти кратчайшим путём через пустыри и дворы.

Вопрос	Правильный ответ
1	Б
2	Б
3	Б
4	Б
5	Б
6	В
7	Б
8	А
9	В
10	Б
11	Б
12	Б
13	Б
14	Б
15	Б

Раздел 9. Безопасность в информационном пространстве

1. **Что такое фишинг?**
   А) Вид компьютерных игр онлайн.
   Б) Способ мошенничества с целью получения логинов, паролей и данных банковских карт через поддельные сайты и письма.
   В) Метод защиты информации.
2. **Какой пароль считается надёжным?**
   А) 123456.
   Б) qwerty.
   В) P@ssw0rd_2024!.
3. **Что делать, если вы получили письмо с вложением от неизвестного отправителя?**
   А) Открыть вложение, чтобы посмотреть, что там.
   Б) Удалить письмо, не открывая вложение.
   В) Переслать друзьям, чтобы они тоже посмотрели.
4. **Что означает значок замка в адресной строке браузера (HTTPS)?**
   А) Сайт заблокирован.
   Б) Соединение защищено, данные передаются в зашифрованном виде.
   В) На сайте есть платная подписка.
5. **Как защитить свои аккаунты от взлома?**
   А) Использовать один и тот же пароль для всех сервисов.
   Б) Включать двухфакторную аутентификацию и создавать сложные пароли.
   В) Сохранять пароли в заметках на телефоне.
6. **Что такое кибербуллинг?**
   А) Регулярная травля, оскорбления и угрозы в интернете.
   Б) Игра в онлайн-шутеры.
   В) Обмен смешными мемами в чате.
7. **Что делать, если вас оскорбляют в соцсетях?**
   А) Отвечать оскорблениями.
   Б) Игнорировать, заблокировать обидчика, сообщить администрации платформы.
   В) Рассказать всем друзьям, чтобы они поддержали вас в конфликте.
8. **Как безопасно пользоваться публичным Wi-Fi?**
   А) Подключаться без раздумий и сразу оплачивать покупки онлайн.
   Б) Избегать ввода паролей и платёжной информации, использовать VPN.
   В) Разрешать все запросы на подключение к сети.
9. **Что такое социальная инженерия?**
   А) Наука о социальных сетях.
   Б) Метод получения конфиденциальной информации путём манипуляции людьми (обман, провокация).
   В) Технология создания социальных проектов.
10. **Что делать при обнаружении фейковой новости?**
    А) Сразу переслать всем контактам.
    Б) Проверить источник информации, не распространять непроверенные данные.
    В) Написать гневный комментарий под постом.
11. **Как избежать утечки личных данных при регистрации на сайтах?**
    А) Указывать реальные имя, адрес, номер телефона и дату рождения везде.
    Б) Использовать вымышленные данные там, где это не критично, проверять политику конфиденциальности.
    В) Давать доступ ко всем данным, если сайт предлагает бонусы за регистрацию.
12. **Что такое спам?**
    А) Массовая рассылка нежелательных сообщений рекламного или мошеннического характера.
    Б) Официальное уведомление от госорганов.
    В) Личное сообщение от друга.
13. **Как реагировать на предложение «быстрого заработка» в интернете?**
    А) Согласиться — вдруг повезёт.
    Б) Отказаться, проверить репутацию компании, обсудить с родителями или доверенными взрослыми.
    В) Перевести деньги, чтобы «активировать» аккаунт.
14. **Что нельзя публиковать в соцсетях?**
    А) Фото с путешествий.
    Б) Точный домашний адрес, номер школы, расписание занятий, фото документов.
    В) Рецепты блюд.
15. **Что делать, если ваш аккаунт взломали?**
    А) Ничего не делать — сам восстановится.

Б) Сменить пароль, включить двухфакторную аутентификацию, сообщить в поддержку сервиса.
В) Создать новый аккаунт и забыть про старый.

Вопрос	Правильный ответ
1	Б
2	В
3	Б
4	Б
5	Б
6	А
7	Б
8	Б
9	Б
10	Б
11	Б
12	А
13	Б
14	Б
15	Б

Раздел 10. Основы противодействия экстремизму и терроризму

1. **Что такое экстремизм?**
   А) Преступления, совершаемые группой лиц.
   Б) Действия, направленные на разжигание межнациональной, расовой, религиозной розни, а также иные действия, подрывающие безопасность общества и государства.
   В) Нарушение правил дорожного движения.
2. **Что является примером террористического акта?**
   А) Митинг в поддержку прав человека.
   Б) Взрыв в общественном месте с целью запугивания населения и воздействия на органы власти.
   В) Акция протеста против повышения цен.
3. **Какая организация в России занимается борьбой с терроризмом?**
   А) Министерство здравоохранения РФ.
   Б) Федеральная служба безопасности (ФСБ) РФ.
   В) Федеральная налоговая служба.
4. **Что такое контртеррористическая операция?**
   А) Операция по ликвидации последствий террористического акта.
   Б) Комплекс специальных мероприятий по пресечению террористического акта, обезвреживанию террористов, обеспечению безопасности граждан.
   В) Операция по поиску пропавших людей.
5. **Какие меры предпринимаются в России для противодействия экстремизму и терроризму?**
   А) Усиление контроля на границах.
   Б) Проведение профилактических бесед с молодёжью.
   В) Создание специальных подразделений правоохранительных органов.
   Г) Все перечисленные меры.
6. **Что делать, если вы обнаружили подозрительный предмет (сумку, коробку, пакет), который может быть взрывным устройством?**
   А) Открыть и проверить содержимое.
   Б) Отойти на безопасное расстояние, предупредить окружающих, немедленно сообщить в полицию (112).
   В) Переместить предмет в безопасное место самостоятельно.
7. **Какие последствия могут быть у человека, признанного виновным в экстремизме или терроризме?**
   А) Штраф.
   Б) Лишение свободы.
   В) Депортация (для иностранных граждан).
   Г) Всё перечисленное.

8. **Что такое профилактика терроризма?**
   А) Меры по предотвращению террористических актов (выявление и устранение причин и условий, способствующих их совершению).
   Б) Меры по ликвидации последствий террористических актов.
   В) Меры по поиску и аресту террористов после совершения теракта.
9. **Какие факторы могут способствовать возникновению экстремизма и терроризма?**
   А) Экономические проблемы (безработица, бедность).
   Б) Социальные проблемы (неравенство, дискриминация).
   В) Политические проблемы (отсутствие диалога, ограничение прав).
   Г) Все перечисленные факторы.
10. **Что делать, если вам в интернете предлагают присоединиться к группе с радикальными взглядами?**
   А) Принять предложение — может быть интересно.
   Б) Отказаться, заблокировать отправителя, сообщить родителям или в правоохранительные органы.
   В) Обсудить предложение с друзьями.
11. **Какой закон РФ устанавливает правовые и организационные основы профилактики терроризма и борьбы с ним?**
   А) Федеральный закон «О безопасности».
   Б) Федеральный закон «О противодействии терроризму».
   В) Уголовный кодекс РФ.
12. **Что означает термин «вербовка» в контексте терроризма?**
   А) Набор добровольцев в армию.
   Б) Процесс привлечения людей к участию в террористической деятельности.
   В) Приём на работу в организацию.
13. **Что нельзя делать при захвате в заложники?**
   А) Сохранять спокойствие, выполнять требования террористов (если они не угрожают жизни), не провоцировать их.
   Б) Оказывать активное сопротивление, пытаться бежать без оценки ситуации.
   В) Запоминать приметы преступников и их поведение.
14. **Как распознать экстремистские материалы в интернете?**
   А) Они содержат призывы к насилию, ненависти, вражде по признакам расы, национальности, религии и т.д.
   Б) Они рекламируют товары и услуги.
   В) Они публикуют новости о спорте.
15. **Что делать, если вы стали свидетелем распространения экстремистских материалов (листовки, видео, посты в соцсетях)?**
   А) Сделать репост, чтобы предупредить друзей.
   Б) Игнорировать — это не ваше дело.
   В) Сообщить в правоохранительные органы (через сайт МВД или по телефону 112).

Вопрос	Правильный ответ
1	Б
2	Б
3	Б
4	Б
5	Г
6	Б
7	Г
8	А
9	Г
10	Б
11	Б
12	Б
13	Б
14	А
15	В

Раздел 11. Основы военной подготовки

1. **Кто является Верховным Главнокомандующим Вооружёнными Силами РФ?**
   А) Министр обороны РФ.
   Б) Президент РФ.
   В) Начальник Генерального штаба ВС РФ.
2. **Сколько видов Вооружённых Сил РФ существует?**
   А) Два.
   Б) Три.
   В) Четыре.
3. **К видам Вооружённых Сил РФ относятся:**
   А) Сухопутные войска, Военно-воздушные силы, Военно-морской флот.
   Б) Ракетные войска стратегического назначения, Воздушно-десантные войска.
   В) Войска национальной гвардии, Пограничные войска.
4. **Что такое воинская дисциплина?**
   А) Соблюдение правил поведения в общественных местах.
   Б) Строгое и точное соблюдение всеми военнослужащими порядка и правил, установленных законами, воинскими уставами и приказами командиров.
   В) Выполнение распорядка дня в воинской части.
5. **Какой устав определяет права и обязанности военнослужащих, взаимоотношения между ними?**
   А) Устав внутренней службы ВС РФ.
   Б) Дисциплинарный устав ВС РФ.
   В) Строевой устав ВС РФ.
6. **Что означает команда «Смирно!»?**
   А) Встать в строй.
   Б) Принять положение стоя по стойке «смирно», не шевелясь и не разговаривая.
   В) Начать движение строевым шагом.
7. **Какова продолжительность сна, отведённая военнослужащим по призыву?**
   А) 6 часов.
   Б) 7 часов.
   В) 8 часов.
8. **Где хранятся стрелковое оружие и боеприпасы в воинской части?**
   А) В прикроватных тумбочках.
   Б) В комнате для чистки оружия.
   В) В комнате (складе) для хранения оружия.
9. **Что такое караул?**
   А) Группа военнослужащих, выполняющая хозяйственные работы.
   Б) Вооружённое подразделение, назначенное для выполнения боевой задачи по охране и обороне объектов.
   В) Дежурная смена в казарме.
10. **Кто такой часовой?**
    А) Военнослужащий, несущий внутреннюю службу.
    Б) Вооружённый караульный, выполняющий боевую задачу по охране порученного ему поста.
    В) Дежурный по столовой.
11. **Что называется постом в караульной службе?**
    А) Территория воинской части.
    Б) Место несения службы часовым, а также всё, что поручено ему для охраны и обороны.
    В) Штаб караула.
12. **Как часто проводится уборка помещений в воинской части?**
    А) Ежедневно.
    Б) Еженедельно.
    В) По мере загрязнения.
13. **Где разрешается курение военнослужащим?**
    А) В любом месте казармы.
    Б) В специально отведённых и оборудованных местах, обеспечивающих пожарную безопасность.
    В) В спальных помещениях после отбоя.
14. **Что хранится в прикроватной тумбочке военнослужащего?**
    А) Патроны.
    Б) Еда.
    В) Туалетные принадлежности.
15. **Чем определяется продолжительность служебного времени военнослужащих по призыву?**
    А) Распорядком дня воинской части.

Б) Военной присягой.
В) Приказом командира роты.

16. **Какое количество увольнений в город положено военнослужащему по призыву в неделю?**
А) Одно.
Б) Два.
В) Три.
17. **Что такое мотострелковое отделение (МСО)?**
А) Низшее тактическое подразделение, входящее в состав мотострелкового взвода.
Б) Тактическая единица, равная по численности мотострелковой роте.
В) Отдельная боевая группа специального назначения.
18. **Какую позицию обороняет мотострелковое отделение?**
А) До 50 метров.
Б) До 100 метров.
В) До 200 метров.
19. **Какой из перечисленных предметов входит в стандартное вооружение МСО на БМП?**
А) Ручной пулемёт Калашникова.
Б) Гранатомёт РПГ-7.
В) Снайперская винтовка ОСВ-96.
20. **Что такое боевые возможности подразделения?**
А) Количество личного состава в подразделении.
Б) Количественные и качественные показатели, характеризующие способность выполнять боевые задачи в установленные сроки.
В) Наличие современной техники и вооружения.

Вопрос	Правильный ответ
1	Б
2	Б
3	А
4	Б
5	А
6	Б
7	В
8	В
9	Б
10	Б
11	Б
12	А
13	Б
14	В
15	А
16	А
17	А
18	Б
19	А
20	Б

6. Примеры оценочных средств для проведения дифференцированного зачета

6.1 Варианты

Тестовые задания с выбором одного правильного ответа помогают быстро оценить уровень знаний по ключевым темам. Примеры вопросов:

- Что такое национальная безопасность? (Варианты ответов: система политических, экономических, военных, социальных, правовых и иных мер по подготовке к вооружённой защите государства; состояние защищённости социальной сферы жизнедеятельности общества от угроз; состояние защищённости национальных интересов государства от внешних и внутренних угроз и т. д.).

Какие органы отвечают за защиту Отечества? (Варианты ответов: Министерство обороны, Федеральная служба безопасности, МЧС, Правительство). Что входит в состав Вооружённых сил России? (Варианты ответов: армия, Воздушно-космические силы, Военно-морской флот, внутренние войска). Какой документ является основным для регулирования деятельности военнослужащих? (Варианты ответов: Конституция России, Уголовный кодекс, общевоинские уставы, Гражданский кодекс). Каждый правильный ответ может оцениваться в 1 балл.

Задания с открытым ответом

Обучающимся предлагается дать развёрнутый ответ на вопрос. Примеры заданий:

- Опишите порядок первой помощи при пищевом отравлении, отравлении угарным газом, алкоголем и медицинскими препаратами, средствами бытовой химии и средствами для уничтожения грызунов.

Перечислите современные средства поражения. Дайте краткую характеристику. Назовите цель оружия массового поражения. Опишите принцип действия ядерного и термоядерного оружия. Что такое виктимность? Дайте определение этому термину. Сформулируйте понятия «терроризм» и «экстремизм».

6.2 Практические работы

Практическое занятие №1.

Правила безопасного поведения в ситуациях, связанных с опасностью получить травму (спортивные занятия, использование различных инструментов, стремянок, лестниц и другое). Первая помощь при ушибах переломах, кровотечениях.

Цели занятия

1. Ознакомить участников с основными правилами безопасности при спортивных занятиях и использовании инструментов.
2. Научить правилам оказания первой помощи при ушибах, переломах и кровотечениях.

Часть 1: Правила безопасного поведения

1. Безопасность при спортивных занятиях

- **Разогрев и разминка**: Перед началом физических упражнений делать разминку для подготовки мышц.
- **Правильная техника выполнения упражнений**: Изучите технику выполнения упражнений, чтобы избежать травм.
- **Используйте защитное снаряжение**: Научите участников важности использования шлемов, налокотников, наколенников и других защитных средств в зависимости от вида спорта.
- **Следите за своим окружением**: Обращайте внимание на других спортсменов и объекты вокруг вас.
- **Не перегружайте себя**: Избегайте чрезмерных нагрузок и усталости.

2. Безопасность при использовании инструментов

- **Знакомьтесь с инструментами**: Перед использованием инструмента ознакомьтесь с его предназначением и мануалом.
- **Используйте защитные средства**: Очки, маски, перчатки и наушники защищают от возможных травм.
- **Держите рабочую зону в порядке**: Убирайте лишние предметы, чтобы избежать спотыкания.
- **Следите за состоянием инструментов**: Регулярно проверяйте инструменты на предмет повреждений.

3. Безопасность на лестницах и стремянках

- **Правильное использование**: Поднимайтесь и спускайтесь медленно, держитесь за перила или верхнюю часть стремянки.
- **Убедитесь в устойчивости**: Проверяйте, что лестница или стремянка стоят на ровной поверхности и надёжно закреплены.

- **Не перегружайте**: Избегайте перегрузки, следите за рекомендуемым весом для лестницы или стремянки.

Часть 2: Оказание первой помощи

1. Ушибы

- **Признаки**: Боль, отёк и возможное изменение цвета кожи.
- **Первая помощь**:

Приложите к месту ушиба холодный компресс (лед в полотенце), чтобы уменьшить отёк.
Дайте пострадавшему отдохнуть и избегать нагрузки на повреждённую часть тела.
Если отёк и боль не проходят, обратитесь к врачу.

2. Переломы

- **Признаки**: Сильная боль, невозможность двигать конечностью, деформация.
- **Первая помощь**:

Не пытайтесь выравнивать перелом. Обеспечьте неподвижность повреждённой конечности.
Используйте подручные средства для фиксации (платки, деревяшки) и станьте вдали от места травмы.
Если имеется открытый перелом, накройте рану стерильной повязкой и остановите кровотечение (если оно есть).
Немедленно вызовите скорую помощь.

3. Кровотечения

- **Признаки**: Выделение крови из раны.
- **Первая помощь**:

Прижмите чистую марлю или ткань к ране, чтобы остановить кровотечение.
Если кровь продолжает вытекать, не убирайте первую повязку, а добавьте новую на неё.
Если кровотечение не останавливается, поднимите раненую конечность выше уровня сердца и продолжайте прижимать.
Нужна скорая помощь, если кровь не останавливается или если рана глубокая.

Практическая часть

1. **Ролевая игра**:

Разделите участников на группы и предложите им смоделировать ситуационные сценарии (например, войти в спортзал и получить ушиб, упасть с лестницы и т.д.).
После этого одна группа должна оказать первую помощь, а другая – оценить действия, предложить улучшения.

2. **Работа в парах**:

Один участник имитирует ситуацию травмы (например, ушиб, перелом), а другой оказать первую помощь, согласно инструкциям, обсудить и исправить ошибки.

Заключение

Научившись соблюдать правила безопасности и оказывать первую помощь, вы сможете снизить риск получения травм

Практическое занятие №2.

Разобрать ключевые аспекты пожарной безопасности. Исследовать распространенные причины возникновения пожаров в быту. Разработать рекомендации по предотвращению пожаров.

Цели

1. Изучить ключевые аспекты пожарной безопасности.
2. Исследовать распространенные причины возникновения пожаров в быту.
3. Разработать рекомендации по предотвращению пожаров.

Часть 1: Ключевые аспекты пожарной безопасности

1.1. Объяснение ключевых аспектов

- **Дымовые извещатели**:

Убедитесь, что в каждом помещении установлен исправный дымовой извещатель.
Регулярно проверяйте их работоспособность (раз в месяц).

- **Эвакуационные пути**:

Знайте, где находятся выходы из жилья и альтернативные маршруты эвакуации.
Обозначьте пути и выходы от препятствий.

- **Пожарные огнетушители**:

Разместите не менее одного огнетушителя на каждом этаже и в помещениях, где есть риск возгорания (кухня, гараж).
Знайте, как пользоваться огнетушителем (правило PASS: Pull, Aim, Squeeze, Sweep).

1.2. Обсуждение в группах

Разделите участников на небольшие группы и обсудите, какие из перечисленных аспектов являются наиболее важными в вашем окружении и почему.

Часть 2: Исследование распространенных причин возникновения пожаров

2.1. Групповая работа

1. Разделите классы на группы по 3-4 человека.
2. Каждой группе дайте задание:

Найдите информацию о 3-5 распространенных причинах возникновения пожаров в быту (например, кухонные пожары, перегрев электроприборов, неосторожное обращение с огнем, неисправность электросетей и т. д.).
Подготовьте краткий доклад о каждой из причин с примерами и статистикой.

2.2. Презентация результатов

- Каждая группа представляет свои исследования класса. Убедитесь, что они охватывают:

Причины возникновения пожаров.
Как и почему они происходят.
Возможно, трагические или опасные ситуации, произошедшие из-за каждой причины.

Часть 3: Рекомендации по предотвращению пожаров

3.1. Разработка рекомендаций в группах

- На основе проведенных исследований группы должны разработать рекомендации по предотвращению пожаров, которые должны включать в себя:

Правила противопожарной безопасности на кухне (например, не оставлять без присмотра готовящуюся пищу, не курить в помещении, избегать использования неисправных электроприборов).
Советы по безопасному использованию электрических приборов и инструментов (не перегружать сети, использовать сертифицированные устройства).
Рекомендации по хранению горючих материалов (отдельное и защищенное место для легковоспламеняющихся веществ).

Заключение

Обсудите важность предотвращения пожаров и поддержки культуры безопасности в доме.
Убедитесь, что все участники завершают занятие с четкими знаниями о пожарной безопасности, их индивидуальной ответственности и действиях в экстренных ситуациях.

Практическое занятие №3

Правила безопасного поведения в местах общего пользования (подъезд, лифт, придомовая территория, детская площадка, площадка для выгула собак и др.). Коммуникация с соседями. Меры по предупреждению преступлений. Правила безопасного поведения в ситуации коммунальной аварии. Порядок вызова аварийных служб и взаимодействие с ними.

Цели:

1. Ознакомить участников с правилами безопасного поведения в местах общего пользования.
2. Обучить основам коммуникации с соседями и мерам по предупреждению преступлений.
3. Обсудить правила поведения в ситуациях коммунальных аварий.
4. Научить порядок вызова аварийных служб и взаимодействия с ними.

Часть 1: Правила безопасного поведения в местах общего пользования

1.1. Безопасность в подъезде и лифте

- **Подъезд**:

Избегайте общения с незнакомцами.
Если вам кто-то кажется подозрительным, не заходите в лифт с ним.
Убедитесь, что двери подъезда и квартиры закрыты и заперты.

- **Лифт**:

Не перегружайте лифт, следите за максимальной допустимой нагрузкой.
Если лифт застрял, сохраняйте спокойствие, не пытайтесь выходить. Наберите номер аварийной службы через панель вызова.

1.2. Придомовая территория и детская площадка

- **Придомовая территория**:

Не оставляйте личные вещи без присмотра.
Следите за детьми и животными; старайтесь не позволять им играть с незнакомыми людьми.

- **Детская площадка**:

Используйте игровое оборудование по назначению.
Убедитесь, что площадка безопасна (отсутствие острых предметов, поврежденных игрушек и т.д.).

1.3. Площадка для выгула собак

- Убедитесь, что ваша собака на поводке.
- Убирайте за своей собакой, чтобы избежать конфликта с другими владельцами.
- Обратите внимание на других собак и их поведение; если собака агрессивна, проявляйте осторожность.

Часть 2: Коммуникация с соседями

2.1. Налаживание отношений

- Поздоровайтесь и представьтесь своим соседям.
- Участвуйте в общих мероприятиях (субботники, собрания жильцов).

2.2. Решение конфликтов

- Обсуждайте возникающие проблемы открыто и спокойно.
- Слушайте мнения соседей и старайтесь находить компромиссы.

Часть 3: Меры по предупреждению преступлений

3.1. Задействование сообщества

- Создайте группы по интересам или взаимодействия для обмена информацией о местных происшествиях и безопасности.

3.2. Использование технологий

- Установите камеры видеонаблюдения или системы сигнализации в подъезде или на придомовой территории при необходимости.

3.3. Предупреждение

- Сообщайте соседям о подозрительных явлениях. Будьте внимательны к вашему окружению и обращайте внимание на изменения.

Часть 4: Правила поведения в ситуации коммунальной аварии

4.1. Поведение при коммунальной аварии:

- При утечке газа: закройте вентиль газа, покиньте помещение и вызовите аварийную службу.
- При потопе или прорыве водопровода: постарайтесь перекрыть воду, предупредите жильцов, если необходимо, и позвоните в аварийную службу.
- При отключении электричества: проверьте электроприборы и отключите их, чтобы избежать перегрузок.

Часть 5: Порядок вызова аварийных служб и взаимодействие с ними

5.1. Как правильно вызвать аварийную службу

- Подготовьте следующую информацию:

Своё имя и контактные данные.
Адрес.
Краткое описание проблемы (например, утечка воды, запах газа и т.д.).

- Звоните на номер, который соответствует вашей ситуации:

Газовая служба – 104.
Водоканал – 8-800-555-00-00 (линейный телефон в России).
Электрическая служба – 220.

5.2. Взаимодействие с аварийными службами

- Слушайте указания диспетчера.

- Не закрывайте телефон, пока вам не подтвердят, что вас поняли.
- Будьте готовы помочь прибывшим специалистам: укажите место аварии, покажите необходимые документы, если это требуется.

Практическое занятие № 4.
Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях разного характера (при отсутствии пострадавших; с одним или несколькими пострадавшими; при опасности возгорания; с большим количеством участников)
Цели:

1. Познакомить участников с основными правилами поведения в случае ДТП.
2. Обучить правильному реагированию при различных сценариях ДТП.
3. Развить навыки оказания первой помощи и взаимодействия с экстренными службами.

Часть 1: Общие действия при ДТП
1.1. Первые шаги при любом ДТП:

- **Оцените ситуацию**: Убедитесь в безопасности своей и окружающих.
- **Если возможно, переместите транспортные средства на обочину**: Это поможет избежать вторичных аварий.
- **Включите аварийную сигнализацию** и выставите предупреждающие знаки.

Часть 2: Порядок действий при ДТП без пострадавших

- **Обменяйтесь данными**: Водители должны обменяться именами, адресами, номерами телефонов, номерами водительских удостоверений, а также данными страховых полисов.
- **Запишите обстоятельства происшествия**: Сделайте заметки о времени, месте, погодных условиях, а также особенностях дорожной обстановки.
- **Сделайте фотографии**: Запечатлите место аварии, повреждения транспортных средств и любые другие важные моменты.
- **Сообщите в страховую компанию**: Сообщите о происшествии и получите рекомендации относительно дальнейших действий.

Часть 3: Порядок действий при ДТП с пострадавшими

- **Оцените уровень травм**: Если кто-то пострадал, не трогайте пострадавшего, чтобы избежать ухудшения его состояния.
- **Вызовите скорую помощь**: Позвоните в службу экстренной помощи (обычно 112 или 103, в зависимости от country).
- **Обеспечьте безопасность**: Если это возможно, создайте обстановку для комфортного ожидания скорой помощи (если есть угроза вторичных аварий).
- **Окажите первую помощь**: Если у вас есть навыки первой помощи, проверьте дыхание и пульс госпитализированного, при необходимости проведите сердечно-легочную реанимацию (СЛР).
- **Поддерживайте пострадавшего**: Оставайтесь с ним до прихода помощи, избегайте паники, успокойте пострадавшего.

Часть 4: Порядок действий при ДТП с опасностью возгорания

- **Если вы видите дым или огонь**: Убедитесь, что вы и другие участники происшествия на безопасном расстоянии от автомобиля.
- **Убедитесь, что никто не находится в транспортных средствах**. Если это безопасно, попытайтесь избавить людей от машины.
- **Вызовите экстренные службы**: Сообщите о пожаре, укажите точное местоположение и информацию о ситуации.
- **Если у вас есть огнетушитель**: Например, попробуйте потушить дым или огонь, но только если это безопасно для вас.
- **Не пытайтесь тушить пламя, если оно сильно**: Сохраните расстояние и ждите прибытия пожарных.

Часть 5: Порядок действий при ДТП с большим количеством участников

- **Соблюдайте спокойствие**: Сохраняйте контроль над ситуацией, избегайте паники.
- **Вызовите экстренные службы**: Сообщите о ДТП с участием нескольких участников, укажите количество автомобилей и пострадавших.
- **Обеспечьте безопасность**: Если возможно, поместите знаки аварийной остановки и включите аварийные огни.
- **Как можно скорее начните записывать информацию** о числовой модели, марки, опыте и повреждениях участвующих автомобилей.
- **Не покидайте место происшествия**, даже если вы не участник; вам может понадобиться дать показания.

Часть 6: Практическое задание

1. **Сценарные ролевые игры**: Разделите участников на группы и задайте каждой группе сценарий (ДТП без пострадавших, ДТП с пострадавшими, ДТП с опасностью возгорания, ДТП с большим количеством участников).
2. **Отработка действий**: Каждая группа должна отработать порядок действий, представив свои реакции в роли водителей, пассажиров и свидетелей.
3. **Обсуждение**: Обсудите, как каждая группа действовала, что было выполнено правильно, а что можно улучшить.

Практическое занятие №5

Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности на транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации

Цели:

1. Ознакомить участников с основными источниками опасности на транспорте.
2. Научить правилам безопасного поведения в случае опасной или чрезвычайной ситуации.
3. Разработать порядок действий в различных ситуациях, связанных с безопасностью на транспорте.

Часть 1: Основные источники опасности на транспорте

1.1. Опасности на автомобильном транспорте

- **Дорожно-транспортные происшествия (ДТП)**: столкновения, наезды, перевороты.
- **Неисправности автомобилей**: тормоза, шины, управление.
- **Климатические условия**: дождь, снег, туман, гололед.

1.2. Опасности на общественном транспорте

- **Переполненность**: вероятность травм при резком торможении или старте.
- **Кибербуллинг и насилие**: возможные случаи агрессии.
- **Системные неисправности**: поломки, затопления или опасные ситуации.

1.3. Опасности в авиации и железнодорожном транспорте

- **Аварии и катастрофы**: самолетов, поездов, влияние системы слежения.
- **Пожары и взрывы**: в салоне или на путях.

Часть 2: Правила безопасного поведения

2.1. Общие рекомендации

- **Не отвлекайтесь**: избегайте использования телефона и наушников во время поездки.
- **Следите за окружающими**: обращайте внимание на подозрительное поведение других пассажиров.
- **Используйте ремни безопасности**: всегда пристегивайтесь в автомобиле, на самолете, поезде.

2.2. Поведение в ситуации угрозы

- **Сохраняйте спокойствие**: обдумайте свои действия и принимайте меры.
- **Будьте готовы к быстрой эвакуации**: знайте расположение выходов и аварийных выходов.

- **Слушайте указания персонала**: следуйте инструкциям водителей, стюардесс и других должностных лиц.

Часть 3: Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации

3.1. ДТП (Дорожно-транспортное происшествие)

1. **Оцените ситуацию**: убедитесь, что вы в безопасности.
2. **Включите аварийную сигнализацию** и, если возможно, переместите автомобиль на обочину.
3. **Если есть пострадавшие**, вызовите скорую помощь (номер 112 или 103 в зависимости от вашей страны).
4. **Обменяйтесь данными** с другими участниками ДТП (имя, номер телефона, страховка).
5. **Задокументируйте происшествие** (фото, видео, заметки).

3.2. Опасная ситуация на общественном транспорте

- **Слушайте объявления** и следуйте указаниям.
- **При необходимости покиньте транспорт**: если вы чувствуете опасность, выходите, не ждите конца поездки.
- **Сообщите о ситуации** водителю или другим работникам.

3.3. Пожар в автомобиле или общественном транспорте

1. **Если заметили запах или видите дым**, немедленно сообщите водителю.
2. **Если пламя начинает распространяться**, используйте аптечку (если есть), чтобы попытаться затушить огонь с помощью огнетушителя.
3. **Знайте правила эвакуации**: наберите аварийный номер и сообщите о месте происшествия.

3.4. Чрезвычайная ситуация на борту самолета

1. **Следите за указателями безопасности**: знайте, где расположены аварийные выходы и кислородные маски.
2. **Слушайте инструкции экипажа** и следуйте им.
3. **При аварийной посадке**: следуйте инструкциям о том, как правильно расположиться (например, наклонитесь над коленями).

Часть 4: Практическая часть

1. **Сценарные ролевые игры**:

Разделите участников на группы и дайте каждой группе ситуационный сценарий (например, ДТП, пожар, авария на общественном транспорте).
Попросите группы обсудить и подготовить свои действия по этому сценарию

Практическое занятие №6

Опасности в общественных местах социально-психологического характера (возникновение толпы и давки; проявление агрессии; криминальные ситуации; случаи, когда потерялся человек – ребенок, взрослый, пожилой человек, человек с ментальными нарушениями и т.п.)

Цели:

1. Ознакомить участников с основными социально-психологическими опасностями в общественных местах.
2. Научить правильным действиям в случае возникновения различных ситуаций (толпа и давка, агрессия, криминальные ситуации, исчезновение людей).
3. Развить навыки безопасного поведения и оказания помощи.

Часть 1: Опасности в общественных местах

1.1. Возникновение толпы и давки

- **Определение**: Такое состояние возникает, когда большое количество людей находится в ограниченном пространстве и стремится к общему выходу, что создает риск несчастных случаев.
- **Причины**: массовые мероприятия, концерты, спортивные события, распродажи.
- **Рекомендации для избежания давки**:

Оценивайте обстановку и избегайте мест с сильным скоплением людей.

Поддерживайте спокойствие и старайтесь не поддаваться панике.
Если вы не можете избежать толпы, старайтесь оставаться на краю и следите за выходами.

1.2. Проявление агрессии

- **Определение**: Агрессивное поведение может проявляться в форме конфликтов между индивидуумами или группами людей.
- **Примеры**: словесные оскорбления, драки, угрозы.
- **Рекомендации по безопасному поведению**:

Если вам угрожает агрессия, старайтесь уйти от ситуации.
Не вступайте в конфликты, избегайте эскалации напряженности.
В случае необходимости обратитесь за помощью к служителям порядка или охране.

1.3. Криминальные ситуации

- **Примеры**: ограбления, кражи, нападения.
- **Рекомендации**:

Будьте внимательны к своему окружению.
Не используйте ценные вещи (например, смартфоны) на видном месте.
Если вы стали свидетелем или жертвой преступления, немедленно обращайтесь в полицию.

1.4. Исчезновение людей

- **Ситуации**:

Потеря ребенка: в крупном торговом центре или на ярмарке.
Исчезновение пожилого человека или человека с ментальными нарушениями.

- **Рекомендации**:

Если вы заметили исчезновение, оставайтесь спокойными и начните поиск на ближайшей территории.
Попросите помощи у сотрудников заведения или охраны.
Подключите окружающих, без паники сообщите, что человек потерялся.
Если это возможно, используйте общественные объявления или охранные команды.

Часть 2: Практические задания

1. **Сценарная работа по ситуациями**:

Разделите группы участников на подгруппы и дайте каждой группе одну из описанных выше ситуаций (толпа и давка, агрессия, криминальные ситуации, исчезновение человека).
Каждая группа обсуждает, как они будут действовать в данной ситуации, и разрабатывает план действий.
После 15 минут обсуждения, каждая команда представляет свои идеи с помощью короткой сценки или ролевого представления.

2. **Методы избегания паники**:

Проведите мастер-класс по дыхательным упражнениям и техникам расслабления.
Обсудите, как поддерживать спокойствие и уверенность в стрессовых ситуациях.

3. **Ролевые игры**:

Проведите ролевые игры в малых группах, где один участник играет роль потерявшегося человека (ребенка, пожилого человека и т.д.), а остальные – людей, которые его ищут или свидетельствуют о ситуации.

Часть 3: Обсуждение и заключение

- Проведите обсуждение о том, какой опыт участники получили из практического занятия.
- Подчеркните важность взаимопомощи в чрезвычайных ситуациях и готовность к действию.
- Запланируйте возможные последующие действия или дополнительные занятия, если это необходимо.

Итог

Обсуждение, какие меры компетентные личности могут предпринять для улучшения безопасности в общественных местах. Напомните участникам, что знание правил безопасного поведения и готовность к действию – это ключ к снижению рисков возникновения опасных ситуаций.

Практическое занятие №7 Действия при угрозе или совершении террористического акта, пожара в общественных местах, обрушении конструкций

Цели: подготовка к экстренным ситуациям.
Обсуждение значимости знаний и навыков в области безопасности.

Часть 1: Действия при угрозе или совершении террористического акта

1. **Определение террористического акта**:

Что такое террористический акт.
Примеры возможных сценариев.

2. **Действия при столкновении с террористом**:

Сохранять спокойствие.
Определить безопасный маршрут для эвакуации.
Использовать укрытия, если это возможно.
Не вступать в конфронтацию.

3. **Обращение за помощью**:

Как и когда звонить в полицию (номер служб экстренной помощи).
Как сообщить о ситуации (что сказать в звонке).

4. **Эвакуация**:

Знание мест расположения выходов.
Правила поведения при эвакуации (не толкаться, помогать другим).

5. **Первые действия после эвакуации**:

Убедиться, что все присутствующие в безопасности.
Регистрация на безопасном месте.

Часть 2: Действия при пожаре

1. **Признаки пожара**:

Дым, запах гари, огонь.

2. **Правила поведения при пожаре**:

Нельзя паниковать.
Не использовать лифты.
Открывать двери (проверять на наличие дыма и жара).

3. **Убежище и эвакуация**:

Как искать выходы на случай тушения огня (знание плана здания).
Использование средств защиты дыхательных путей (шарф, одежда).

4. **Сообщение о пожаре**:

Как и кому сообщить о происшествии.

5. **Первая помощь пострадавшим от пожара**:

Действия при ожогах.
Устранение дыхательной недостаточности.

Часть 3: Действия при обрушении конструкций

1. **Определение обрушения конструкций**:

Общие признаки обрушения (треск, вибрации).

2. **Действия при обрушении**:

Если это возможно, сразу покинуть здание.
Найти укрытие от падающих предметов (телефон, стол).

3. **Что делать, если вы оказались под обломками**:

Не паниковать.
Не включать свет и не разжигать огонь.
Подавать сигнал о помощи (стучать по металлу, кричать).

4. **Первая помощь пострадавшим**:

Основы оказания первой помощи в случае травм (кровотечения, переломы).

Заключение

- Подведение итогов занятия.
- Ответы на вопросы участников.
- Напоминание о важности регулярной практики и подготовки к экстренным ситуациям.

Практическая часть

- Проведение тренировки по эвакуации.
- Моделирование различных экстренных ситуаций.
- Ролевая игра для отработки действий в различных сценариях.

Такой подход позволит сформировать у участников уверенность в своих действиях при возникновении экстренных ситуаций и повысит уровень общей безопасности.

Практическое занятие №8
Основные правила безопасного поведения в природной среде
Цели занятия: Обучить участников основам безопасности в природной среде, повысить уверенность в собственных силах и навыках.

Часть 1: Теоретическая часть

1. **Общие принципы безопасности**

Подготовка к выходу в природу: планирование маршрута, изучение карты и погодных условий.
Информирование других о ваших планах.

2. **ОВО (опасные виды организмов)**

Обсуждение: ядовитые растения, насекомые, змеи и другие опасные животные.
Как идентифицировать и избегать опасных видов.

3. **Погода климатические условия**

Как погодные условия могут повлиять на вашу безопасность (дождь, снег, жара, холод).
Обсуждение способов укрытия от неблагоприятных погодных условий.

4. **Первая помощь**

Основы оказания первой помощи в дикой природе: укусы, порезы, ожоги.
Уметь использовать подручные средства.

Часть 2: Практическая часть

1. Обучение навыкам навигации

- Использование карты и компаса.
- Практика поиска месторасположения и определения направления движения.

2. Распознавание опасных растений и животных

- Применение диктофонов или мобильных приложений для фотографирования и распознавания видов.
- Создание «полного сейф-пакета» о местной флоре и фауне.

3. Разбор инструментов и средств безопасности

- Демонстрация необходимых предметов для безопасности: аптечка, фонарик, сигнализация, свисток и др.
- Практика сборки рюкзака с учетом безопасности.

4. Упражнения по первой помощи

- Проведение ролевых игр, где участники смогут отрабатывать навыки первой помощи на практике.
- Ситуации: укус змеи, порез; как вызвать помощь.

Часть 3: Экологические аспекты

- **Принципы «Не оставляй следов»**:

Соблюдение общего порядка (не оставлять мусор).
Как заботиться о природе: устойчивое использование ресурсов.

Заключение
Рефлексия: обсуждение того, что участники узнали и как они могут применять знания на практике.
Ответы на вопросы участников.
Подведение итогов занятия.

Заключительная практическая часть
Проработка сценариев экстренных ситуаций и последующее их обсуждение.
Такой подход позволит максимально эффективно обучить участников безопасному поведению в природе и создать уверенность в их действиях в различных условиях.

Практическое занятие №9
Природные чрезвычайные ситуации
Цель занятия: Познакомить участников с природными чрезвычайными ситуациями и научить их правильным действиям в таких ситуациях.
Виды природных чрезвычайных ситуаций (землетрясения, наводнения, ураганы, лесные пожары и др.).

Часть 1: Теоретическая часть

1. Введение в виды природных чрезвычайных ситуаций

- **Землетрясения**

Причины и последствия.
Как подготовиться: резервные запасы, планы эвакуации.

- **Наводнения**

Причины (природные дожди, таяние снега).
Знаки предвестия наводнений и действия при их возникновении.

- **Ураганы и торнадо**

Признаки приближения.
Правила укрытия и эвакуации.

- **Лесные пожары**

Как предотвратить лесные пожары и реагировать на них.
Знаки приближения пожара.

2. Основные правила поведения в чрезвычайной ситуации
Оценка ситуации: понимать, когда необходимо покинуть помещение или место.
Как сообщить о состоянии.
Оказание первой помощи.
Часть 2: Практическая часть
1. Ситуационные упражнения
Имитированное землетрясение:
Участники учатся, как защитить себя в здании (укрытие под столом, защита головы).

- **Наводнение:**

Моделирование ситуации: как реагировать, какие пути эвакуации выбирать.

- **Лесной пожар:**

Создание маршрутов эвакуации из условной зоны возможного пожара.

- **Ураган:**

Участие в учениях по подготовке безопасного укрытия (выбор места, создание укрытия).
2. Первичная помощь
Обучение оказанию первой помощи, моделирование ситуаций (ушибы, порезы).
Практика обращения с аптечкой, использование подручных средств.

Заключение
Рефлексия: Обсуждение полученного опыта и знаний, что было сложным, что удалось.
Вопросы и ответы: Участники могут задать вопросы по темам занятия.
Подведение итогов: Напоминание о важности знаний безопасности и готовности к природным ЧС.

Практическое занятие №10
Факторы, влияющие на здоровье человека. Инфекционные заболевания

Цель данного занятия — познакомить участников с факторами, влияющими на здоровье человека, а также рассмотреть инфекционные заболевания, их причины, способы передачи и методы профилактики. Занятие состоит из теоретической и практической частей.

Введение

1. **Цель занятия:** Понять, какие факторы влияют на здоровье человека и как инфекционные заболевания могут оказывать влияние на общее состояние.
2. **Обсуждение тем:** Основные факторы, влияющие на здоровье, общее понимание инфекционных заболеваний.

Часть 1: Теоретическая часть
1. Факторы, влияющие на здоровье человека
Генетические факторы: Наследственные заболевания, предрасположенность к заболеваниям.
Внешние факторы: Экологическое состояние, образ жизни, физическая активность, питание.
Социальные факторы: Образование, уровень дохода, доступ к медицинской помощи.
Психологические факторы: Стресс, эмоциональное состояние, социальные связи.
2. Инфекционные заболевания

Определение: Что такое инфекционные заболевания.
Патогенные организмы: Вирусы, бактерии, грибы, паразиты.
Способы передачи инфекции: Воздушно-капельный, контактный, пищевой, через воду, половой путь.
3. Ознакомление с распространёнными инфекционными заболеваниями
Грипп: Симптомы, профилактика, вакцинация.
Острые инфекции органов дыхания: Причины, заболевания, профилактика.
Кишечные инфекции: Причины, пути передачи, меры профилактики.
ВИЧ/СПИД: Условия передачи, важность тестирования и профилактики.
4. Профилактика инфекционных заболеваний
Вакцинация.
Личная гигиена (мытье рук, использование антисептиков).
Здоровый образ жизни (правильное питание, физическая активность).
Избегание контактов с больными.
Часть 2: Практическая часть
1. Групповая работа: Исследование факторов здоровья
Участники делятся на группы и исследуют, как определенные факторы (питание, физическая активность, стресс) влияют на здоровье.
Каждая группа презентует свое исследование и выводы.
2. Анализ инфекционных заболеваний
Участники изучают конкретные инфекции (например, грипп, кишечные инфекции).
Сбор информации о симптомах, путях передачи и профилактике.
Подготовка короткой презентации для других участников группы.
3. Упражнения по профилактике
Разработка видеороликов или плакатов, наглядно демонстрирующих меры профилактики инфекционных заболеваний (мытье рук, использование масок и т.д.).
Обсуждение, как личные привычки могут влиять на распространение инфекций.
4. Ситуационные задачи
Участники сталкиваются с различными сценариями (например, кто-то заболел гриппом, как реагировать, что делать?).
Обсуждение допустимых действий и роль каждого участника в предотвращении распространения инфекции.
5. Оказание первой помощи
Обсуждение, что делать при инфекционных заболеваниях (когда обращаться к врачу, какие меры принимать).
Основы оказания первой помощи (например, при высоких температурах или обезвоживании).
Заключение

1. **Рефлексия:** Обсуждение того, что участники узнали, какие факторы оказались наиболее важными для здоровья.
2. **Вопросы и ответы:** Ответы на вопросы, возникшие на протяжении занятия.
3. **Подведение итогов:** Обсуждение значимости профилактики инфекционных заболеваний и здоровья в целом.

Практическое занятие №11
Основные правила оказания первой помощи при признаках угрожающих жизни и здоровью состояний, требующие вызова скорой медицинской помощи (инсульт, сердечный приступ, острая боль в животе, эпилепсия, кровотечения и др.).

Цель данного занятия — обучить участников основам первой помощи в экстренных ситуациях, когда требуется немедленный вызов скорой медицинской помощи. Занятие включает теоретическую часть, демонстрации и практические упражнения.

Введение

1. **Цель занятия:** Научить участников основам оказания первой помощи при опасных состояниях, требующих вызова скорой помощи.
2. **Обсуждение тем:** Основные угрожающие жизни состояния (инсульт, сердечный приступ, острая боль в животе, эпилепсия, кровотечения и др.).

Часть 1: Теоретическая часть

1. Обзор угрожающих состояний

- **Инсульт:**

Признаки: асимметрия лица, слабость в одной стороне тела, трудности с речью.
Действия: вызвать скорую, обеспечить покой, записать время появления симптомов.

- **Сердечный приступ:**

Признаки: сильная боль в груди, одышка, потливость, тошнота.
Действия: вызвать скорую, успокоить пациента, при наличии — дать аспирин.

- **Острая боль в животе:**

Признаки: резкая или постоянная боль, возможное вздутие, тошнота.
Действия: вызвать скорую, не давать еду или питьё, обеспечить покой.

- **Эпилепсия:**

Признаки: судороги, потеря сознания, временная дезориентация.
Действия: вызвать скорую, убрать опасные предметы, положить пациента на бок после судорог.

- **Кровотечения:**

Признаки: сильные кровотечения из раны, носа, десен.
Действия: остановить кровотечение с помощью давления, при необходимости вызвать скорую.

2. Общие действия при вызове скорой помощи

Как правильно сообщить о ситуации (где, что произошло, количество пострадавших).
Важные пункты, которые нужно указать (название заболевания, симптомы, базовая информация о пострадавшем).

Часть 2: Практическая часть

1. Ролевые игры и сценарии

Разделение участников на группы, каждая из которых получает сценарий экстренной ситуации (инсульт, сердечный приступ и др.).
Подготовка и презентация действия по оказанию первой помощи.
Обсуждение корректности и уместности действий.

2. Демонстрация первой помощи

Инсульт: Действия по оказанию первой помощи при инсульте, разбор визуальных признаков.
Сердечный приступ: Демонстрация, как правильно успокоить пострадавшего и предоставить помощь (симуляция).
Кровотечения: Практика остановки кровотечения с использованием бинтов и повязок.

3. Обучение алгоритмам

Инструкции по выполнению непрямого массажа сердца (по желанию и при наличии времени).
Как проводить искусственное дыхание в сочетании с массажем сердца.

4. Оказание первой помощи при эпилепсии

Участники отрабатывают, как правильно действовать во время и после судорог.

5. Острая боль в животе

Ролевые игры, в которых одни участники изображают больного, а другие — оказывают помощь и решают, вызывать ли скорую.

Заключение

1. **Рефлексия:** Обсуждение того, что узнали участники, что было сложным, что полезного они извлекли.
2. **Вопросы и ответы:** Участники могут задать любые вопросы по темам занятия.
3. **Подведение итогов:** Напоминание о важности знания первой помощи и своевременного обращения за медицинской помощью.

Практическое занятие №12 Конфликты и способы их разрешения

Цель занятия: Познакомить участников с основами конфликтологии, определить природу конфликтов и обучить способам их разрешения.
Что такое конфликт, типы конфликтов, этапы конфликта, стратегии разрешения.

Часть 1: Теоретическая часть

1. Определение конфликта

Что такое конфликт?
Причины возникновения конфликтов: личные, культурные, информационные, эмоциональные.

2. Типы конфликтов
Межличностные конфликты.
Групповые конфликты.
Конфликты на уровне организаций.
Социальные конфликты.
3. Этапы конфликта
Предконфликтная ситуация.
Конфликтный инцидент.
Эскалация конфликта.
Разрешение конфликта.
Постконфликтная ситуация.
4. Способы разрешения конфликтов
Компромисс: обе стороны идут на уступки.
Сотрудничество: совместное решение проблемы.
Изоляция: уход от конфликта.
Агрессия: недопустимый метод, который только усугубляет ситуацию.
Посредничество: привлечение третьей стороны для разрешения конфликта.
Часть 2: Практическая часть
1. Исследование конфликтов через ролевые игры

- **Сценарии конфликтов:**

Межличностные: конфликт между коллегами.
Групповые: несогласие в команде по выбору проекта.
Семейные: разногласия между родителями и подростком.
Роли участников: Один игрок — инициатор конфликта, другой — мнимый оппонент, третья сторона (посредник) может попробовать вмешаться.
Обсуждение: после каждой игры участники делятся своими впечатлениями о том, что они чувствовали, как реагировали, что можно было сделать иначе.
2. Обучение навыкам активного слушания

- Участники разбиваются на пары и отрабатывают техники активного слушания:

Установление зрительного контакта.
Подтверждение понимания (перефразирование).
Задавание вопросов для уточнения.
3. Разработка стратегий разрешения конфликтов
Участники в группах обсуждают реальную конфликтную ситуацию из своей жизни и разрабатывают план разрешения.
Презентация каждой группы, обсуждение предложений и рекомендаций.
Заключение
Рефлексия: Обсуждение полученного опыта, что нового узнали, какие стратегии оказались полезными.
Вопросы и ответы: Ответы на возникшие вопросы участников.
Подведение итогов: Напоминание о важности конструктивного разрешения конфликтов и применения полученных навыков в жизни.

Практическое занятие №13 Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде
Цель данного занятия — обучить участников основам безопасной коммуникации в цифровой среде, выявить потенциальные угрозы и способы их предотвращения. В ходе занятия участники познакомятся с основными опасностями, с которыми они могут столкнуться при использовании интернета и цифровых технологий.

Введение
Цель занятия: Научить участников распознавать и минимизировать риски, связанные с цифровой коммуникацией.
Опасности интернета (кибербуллинг, фишинг, утечка личных данных, мошенничество, дезинформация и др.).
Часть 1: Теоретическая часть
1. Основные опасности в цифровой среде

Кибербуллинг: Оскорбления, травля и их последствия. Способы предотвращения и выхода из ситуации.
Фишинг: Уловки мошенников для получения личной информации. Как распознать фишинг и что делать в случае попадания в ловушку.
Утечка личных данных: Риски хранения данных в интернете (социальные сети, облачные сервисы). Как защитить свои данные и практики безопасной работы с ними.
Мошенничество: Различные формы обмана, включая online-покупки, инвестиционные схемы и лотереи. Как не стать жертвой мошенников.
Дезинформация: Как распознать ложную информацию и пропаганду. Важность критического мышления и проверки фактов.
2. Принципы безопасного общения в цифровой среде
Использование сильных паролей и их регулярная смена.
Включение двухфакторной аутентификации.
Правила общения в социальных сетях и мессенджерах.
Как защитить себя от нежелательной информации и учетных записей.
Часть 2: Практическая часть
1. Групповая работа: Анализ реальных случаев
Участники разбиваются на группы и анализируют реальные примеры кибербуллинга, фишинга и других опасностей.
Каждая группа должна представить свое исследование и предложить способы предотвращения таких ситуаций.
2. Упражнения по распознаванию фишинга
Разработка примеров электронных писем или сообщений, некоторые из которых будут содержать элементы фишинга. Участники должны определить, какие из них являются мошенническими.
Дискуссия о том, какие признаки указывают на фишинг и что делать при получении таких сообщений.
3. Ролевые игры: Ответы на различные сценарии
Участники получают сценарии, основанные на реальных ситуациях: например, кибербуллинг в социальных сетях, предложение о «выигрыше» в лотерее.
Они должны отыграть свои роли и предложить решения по данной ситуации (как реагировать, к кому обращаться за помощью и т.д.).
4. Обучение основам создания сильного пароля
Участникам предлагается создать свои пароли по заданным критериям (длина, сложности и уникальность).
Обсуждение, почему важно использовать разные пароли для различных аккаунтов и как можно безопасно их хранить.
Заключение

1. **Рефлексия:** Обсуждение того, что узнали участники, какие методы самой безопасной коммуникации считают наиболее эффективными.
2. **Вопросы и ответы:** Участники могут задавать вопросы по темам занятия.
3. **Подведение итогов:** Напоминание о важности осознанного и безопасного общения в цифровой среде, оценка своих рисков и защитных мер.

Практическое занятие №14 Достоверность информации в цифровой среде. Источники информации
Цель занятия: Научить участников идентифицировать достоверные источники информации, оценивать факты и развивать критическое мышление.
Значение цифровой грамотности, виды источников информации и признаки достоверности.
Часть 1: Теоретическая часть
1. Обзор цифровой среды
Как информация распространяется в Интернете (социальные сети, блоги, новостные сайты, Википедия и др.).
Проблема дезинформации и фейковых новостей.
2. Виды источников информации
Первичные источники: исследования, оригинальные статьи, интервью.

Вторичные источники: статьи, основанные на первичных источниках.
Терции источники: сводки и репортажи.
Надежные и ненадежные источники: признаки качественной информации.
3. Признаки достоверной информации
Проверка фактов (актуальность, точность, источники).
Анализ автора: его квалификация и опыт, репутация.
Объективность и отсутствие предвзятости в подаче информации.
Ссылки на источники и возможность проверки данных.
Часть 2: Практическая часть
1. Групповая работа: анализ информации
Участники разделены на группы и получают разные примеры онлайн-источников (статьи, видео, посты в социальных сетях).
Задача группы: определить, является ли достоверной или нет, и объяснить свои выводы, используя признаки достоверности.
2. Упражнение по проверке фактов
Участникам предложить выбрать распространенную новость за последние несколько месяцев.
Провести исследование, используя сайты для проверки фактов (например, Snopes, FactCheck.org, и др.) и другие источники.
Представить результаты своей работы и выводы о правдивости новостей.
3. Ролевые игры: «Создание и опровержение фейков»
Участники разбивают на группы и получают задание создать «фейковую» новость (смешная, абсурдная или предвзятая).
Затем другие группы должны использовать собранные знания и навыки, чтобы разоблачить фейк, представить аргументы и использовать источники информации для этого.
4. Инструменты и ресурсы
Обзор полезных онлайн-инструментов для проверки фактов и достоверности информации (Google Scholar, PubMed, FactCheck.org и др.).
Обсуждение важности критического мышления и цифровой грамотности в повседневной жизни.
Заключение
Рефлексия: Обсуждение того, что участники узнали, какие навыки были наиболее полезными.
Вопросы и ответы: Участники могут задать любые вопросы по темам занятия.
Подведение итогов: Напоминание о значимости критического мышления и проверки информации в цифровую эпоху.

Практическое занятие №15 Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта

Цель данного занятия — подготовить участников к действиям в случае угрозы или фактического совершения террористического акта. Занятие включает теоретическую и практическую части, где участники будут обучаться правильному поведению в экстренных ситуациях.
Часть 1: Теоретическая часть
1. Определение терроризма
Что такое террористический акт?
Признаки и виды террористических актов.
Основные цели террористов.
2. Признаки угрозы
Как распознать потенциальную угрозу (подозрительные действия, предметы, люди).
Психология поведения террористов и их методы.
3. Общие правила безопасности
Оценка ситуации: слушайте инстинкты, обращайте внимание на нелогичные вещи.
Обозначение выходов: знать, как быстро покинуть здание или район.

Часть 2: Практическая часть
1. Обучение действиям при угрозе террористического акта
- **Сценарий «Угроза на территории»:**

Участники делятся на группы и получают задачу реагировать на сценарий, где объявлена угроза.

Действия по эвакуации: обеспечить безопасность, принять меры по укрытию (если эвакуация невозможна).

2. Игровое моделирование «Террористический акт»

Создание сценариев с учетом различных типов террористических актов (например, захват заложников, взрывное устройство, стрельба).

Участникам предлагается реагировать на ситуацию: что делать, чтобы обеспечить безопасность себе и другим.

3. Ролевые игры

Участники играют роли (жертвы, террористы, спасатели), чтобы лучше понять каждую позицию.

Разбор действий и реакций в ходе игры: что получилось, что можно улучшить.

4. Обращение за помощью

Как звонить в экстренные службы (номер, что говорить, как вести себя).

Участники учатся эффективно сообщать о ситуации, передавая важную информацию.

5. Оказание первой помощи

Основы первой помощи (при травмах, сердечно-сосудистых проблемах).

Практическое занятие по оказанию первой помощи на примерах.

6. Обсуждение вопросов безопасности

Что делать после покушения или террористического акта (психологическая помощь, травма).

Заключение

Рефлексия: Обсуждение полученного опыта, что участники узнали, какие навыки были полезны.

Вопросы и ответы: Участники могут задавать вопросы по материалу занятия.

Подведение итогов: Напоминание о важности готовности к чрезвычайным ситуациям и необходимости действий в условиях угрозы.

Практическая работа№16: Противодействие экстремизму и терроризму

Цель работы: Изучить методы и стратегии противодействия экстремизму и терроризму, а также разработать практические рекомендации для повышения безопасности в обществе.

Задание 1: Исследование причин экстремизма и терроризма

Шаги:

Групповая работа: Разделитесь на группы по 3-5 человек.

Исследуйте: Каждая группа выбирает одну из причин экстремизма (социальные, экономические, политические, идеологические).

Подготовьте доклад: Опишите, как выбранная причина может способствовать радикализации, и приведите примеры из реальной жизни.

Выход: Презентация (5-7 минут) о причинах экстремизма и терроризма.

Задание 2: Анализ случаев

Шаги:

1. **Выбор случая:** Каждая группа выбирает известный случай террористического акта или экстремистской деятельности.
2. **Анализ:** Ответьте на следующие вопросы:

Каковы были причины и мотивация участников?

Какие меры были предприняты для предотвращения акта?

Каковы были последствия для общества и государства?

3. **Подготовьте отчет:** Напишите краткий отчет (1-2 страницы) о выбранном случае.

Задание 3: Разработка инициативы

Шаги:

1. **Идея:** Каждая группа должна разработать инициативу, направленную на противодействие экстремизму в своем сообществе.

Это может быть образовательная программа, социальный проект или кампания по повышению информированности.

2. **План действий:** Опишите, как вы будете реализовывать свою инициативу, какие ресурсы нужны и какую целевую аудиторию вы хотите охватить.
3. **Презентация:** Подготовьте презентацию (5-7 минут) вашей инициативы для представления остальным участникам.

Выход: Презентация, включающая план реализации инициативы.

Заключение
После выполнения всех заданий проведите обсуждение:
Какие выводы можно сделать о противодействии экстремизму и терроризму?
Как вы можете применить полученные знания в своей жизни?
Что еще можно сделать для повышения безопасности в обществе?