

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА И
ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

Волгоградский институт управления – филиал РАНХиГС

Факультет государственного и муниципального управления

Кафедра социологии, общей и юридической психологии

УТВЕРЖДЕНА
учёным советом
Волгоградского института управле-
ния –
филиала РАНХиГС
Протокол №2 от 23.09.2021 г.

АДАптированная программа бакалавриата

Психологическое консультирование

(наименование образовательной программы)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ,
реализуемой без применения электронного (онлайн) курса
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и
обучающихся инвалидов**

Б1.О.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(код и наименование дисциплины)

37.03.01 ПСИХОЛОГИЯ

(код, наименование направления подготовки /специальности)

Очная

(форма (формы) обучения)

Год набора – 2022 г.

Волгоград, 2021 г.

Автор-составитель:

Доктор технических наук, лектор Института ЭМ ИТ РАНХиГС,
профессор Академии Государственной Противопожарной
службы В.Л. Семиков

(ученая степень и(или) ученое звание, должность) (наименование кафедры) (Ф.И.О.)

Визуализацию и озвучивание дисциплины выполнили:

Зверев Светослав Игоревич
Гараев Тимур Фаритович
Евтушенко Мария Владимировна
Грунько Марина Викторовна
Зайцев Даниил Сергеевич
Чиндина Юлия Сергеевна
Попов Алексей Викторович
Геккель Иван Яковлевич
Очетов Серафим Леонтьевич
Сарасеко Владислав Владимирович

Заведующий кафедрой Фондовые рынки и финансовый инжиниринг,
доктор экономических наук, профессор К.Н. Корищенко

(наименование кафедры) (ученая степень и(или) ученое звание) (Ф.И.О.)

РПД Б1.О.03 «Безопасность жизнедеятельности» одобрена на заседании кафедры социологии,
общей и юридической психологии. Протокол от 31 августа 2021 года № 1

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|-----------|
| 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы..... | 4 |
| 1.1. Осваиваемые компетенции..... | 4 |
| 1.2. Результаты обучения..... | 4 |
| 2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО..... | 4 |
| 3.Содержание и структура дисциплины..... | 5 |
| 3.1. Структура дисциплины..... | 5 |
| 3.2 Содержание дисциплины (модуля)..... | 5 |
| 4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся..... | 6 |
| 4.1. Формы и методы текущего контроля успеваемости обучающихся и промежуточной аттестации..... | 6 |
| 4.2. Типовые материалы текущего контроля успеваемости обучающихся..... | 6 |
| 5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине..... | 9 |
| 6. Методические материалы по освоению дисциплины..... | 11 |
| 7. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет..... | 14 |
| 7.1. Основная литература..... | 14 |
| 7.2. Дополнительная литература..... | 15 |
| 7.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация..... | 15 |
| 7.4. Интернет-ресурсы, справочные системы..... | 15 |
| 8. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы..... | 16 |

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы

1.1. Осваиваемые компетенции

Дисциплина Б1.О.03 «Безопасность жизнедеятельности» обеспечивает овладение следующими компетенциями

| Код компетенции | Наименование компетенции | Код компонента компетенции | Наименование компонента компетенции |
|-----------------|--|----------------------------|---|
| УК ОС-8 | Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов | УК ОС-8.1 | Способность обоснования безопасного взаимодействия человека со средой обитания (природной, техногенной, антропогенной) и защиты от негативных факторов, чрезвычайных ситуаций, обеспечения безопасного и (или) комфортные условия труда на рабочем месте, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов |

1.2. Результаты обучения

В результате освоения дисциплины у студентов должны быть сформированы:

| ОТФ/ТФ (при наличии профстандарта) трудовые или профессиональные действия | Код этапа освоения компетенции | Результаты обучения |
|--|--------------------------------|--|
| Организация и предоставление психологических услуг лицам разных возрастов и социальных групп (результаты форсайт-сессии от 01.03.2016, утв. протоколом кафедры психологии №11 от 04.03.2016 г.). Профессиональное действие: Разработка и реализация программ профилактической и психокоррекционной работы, направленных на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения | УК ОС-8.1 | на уровне знаний: – объясняет теоретические основы безопасности жизнедеятельности в системе «человек - среда обитания»; основные принципы здорового образа жизни; методы профилактики стресса и утомления |
| | | на уровне умений: - формулирует принципы безопасности, организации деятельности при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов |
| | | на уровне навыков: - владеет навыками составления оценки условий труда на рабочем месте. |

2. Объем и место дисциплины в структуре ОП ВО

Учебная дисциплина Б1.О.03 «Безопасность жизнедеятельности» относится к блоку обязательной части дисциплин. В соответствии с учебным планом, по очной форме обучения дисциплина осваивается в 1 семестре, общая трудоемкость дисциплины в зачетных единицах составляет 72 часа (2 ЗЕТ).

По очной форме обучения количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) – 20 часов (лекций – 8 часов, практических занятий – 8 часов) и на самостоятельную работу обучающихся – 52 часа.

Форма промежуточной аттестации в соответствии с учебным планом – зачет.

Учебная дисциплина Б1.О.03 «Безопасность жизнедеятельности» опирается на минимально необходимый объем теоретических знаний, а также на приобретенные ранее умения и навыки в области базового курса, полученных в средних образовательных учреждениях.

3.Содержание и структура дисциплины

3.1. Структура дисциплины

Очная форма обучения

| № п/п | Наименование тем (разделов) | Объем дисциплины (модуля), час. | | | | | СРО | Форма текущего контроля успеваемости*, промежуточной аттестации** |
|--------------------------|--|---------------------------------|---|--------|----------|-----|-----------|---|
| | | Всего | Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий | | | | | |
| | | | Л/, ДОТ | ЛР/ДОТ | ПЗ/ДОТ* | КСР | | |
| Тема 1 | Экономическая безопасность | 10 | 1 | - | 1 | - | 8 | Т, ПЗ |
| Тема 2 | Здоровый образ жизни | 12 | 2 | - | 2 | - | 8 | Т, ПЗ |
| Тема 3 | Правовая грамотность | 10 | 1 | - | 1 | - | 8 | Т, ПЗ |
| Тема 4 | Риски, связанные с профессиональной деятельностью | 12 | 1 | - | 1 | - | 10 | Т, ПЗ |
| Тема 5 | Безопасность в условиях ЧС и военных действий | 14 | 2 | - | 2 | - | 10 | Т, ПЗ |
| Тема 6 | Безопасное использование современных коммуникационных технологий и сети Интернет | 10 | 1 | - | 1 | - | 8 | Т, ПЗ |
| Промежуточная аттестация | | | | | | | | 3 |
| Итого: | | 72 | 8 | | 8 | | 52 | 2 ЗЕ |

Примечание:

* формы заданий текущего контроля успеваемости: контрольные работы (К), опрос (О), тестирование (Т), коллоквиум (Кол) и виды учебных заданий: эссе (Э), реферат (Р), доклад (Д)

** формы промежуточной аттестации: экзамен (Экз), зачет (З), зачет с оценкой (ЗО).

3.2 Содержание дисциплины (модуля)

Тема 1. Экономическая безопасность

Эффективное распределение финансовых средств. Безопасное использование банковских карт. Безопасное использование банковских продуктов. Безопасное микроинвестирование. Безопасное использование криптовалют. Безопасная работа с биржевыми продуктами.

Тема 2. Здоровый образ жизни

Риски, связанные с неправильным режимом питания. Риски, связанные с отсутствием физических нагрузок и сидячим образом жизни. Риски, связанные с плохим состоянием здоровья. Риски, связанные с неблагоприятной экологической ситуацией. Оказание первой медицинской помощи для гражданских лиц. Риски, связанные с употреблением наркотиков.

Тема 3. Правовая грамотность

Политическая активность. Риски, связанные с непреднамеренным нарушением законов. Уплата налогов и пошлин.

Тема 4. Риски, связанные с профессиональной деятельностью.

Минимизация рисков, связанных с выполнением должностных задач на рабочем месте. Выполнение должностных задач в условиях ЧС и военного положения. Риск, связанный с попаданием в группу граждан со структурной безработицей.

Тема 5. Безопасность в условиях чрезвычайного положения (ЧС) и военных действий.

Риски, связанные с использованием транспортной и дорожной инфраструктуры. Использование современных коммуникационных средств и программных разработок в условиях ЧС. Риски, связанные с поведением в общественных местах, провоцирующим противоправные действия. Самооборона для гражданских лиц. Поведение в условиях попадания в ЧС.

Тема 6. Безопасное использование современных коммуникационных технологий и сети Интернет.

Риски, связанные с использованием социальных сетей и иных электронных сервисов коммуникации. Риски, связанные с информационным шумом. Поддержание репутации и доброго имени в условиях интернет-гласности

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

4.1. Формы и методы текущего контроля успеваемости обучающихся и промежуточной аттестации

Данный вид работы выполняется в курсе в общеакадемической системе дистанционного обучения РАНХиГС. Для получения доступа к материалам курса необходимо перейти по адресу <https://lms.ranepa.ru> и ввести данные своей академической учетной записи (логин и пароль).

В ходе реализации дисциплины Б1.О.03 «Безопасность жизнедеятельности» используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся:

| № п/п | Наименование тем (разделов) | Методы текущего контроля успеваемости* |
|--------------|--|---|
| 1 | 2 | 3 |
| Тема 1. | Экономическая безопасность | О, Т |
| Тема 2. | Здоровый образ жизни | О, Т |
| Тема 3. | Правовая грамотность | О, Т |
| Тема 4. | Риски, связанные с профессиональной деятельностью | О, Т |
| Тема 5. | Безопасность в условиях ЧС и военных действий | О, Т |
| Тема 6. | Безопасное использование современных коммуникационных технологий и сети Интернет | О, Т |

Примечание:

** формы заданий текущего контроля успеваемости: контрольные работы (К), опрос (О), тестирование (Т), коллоквиум (Кол) и виды учебных заданий: эссе (Э), реферат (Р), доклад (Д)*

4.2. Типовые материалы текущего контроля успеваемости обучающихся

Тест состоит из тестовых заданий, на решение заданий теста отводится (1-3) попытки, каждая продолжительностью 30-50 минут. Итоговой оценкой считается высший балл из набранных во всех попытках.

Типовые оценочные материалы по теме 1

Вопросы для тестирования:

1. Когда следует вносить информацию о целях в таблицу личного финансового плана (ЛФП) ?

- a) В самом начале, при заполнении таблицы ЛФП в первый раз
- b) Ежегодно, при обновлении информации в таблице ЛФП
- c) За год до прогнозируемого достижения конкретной цели
- d) Сразу после достижения цели

Тест состоит из заданий, на решение заданий теста отводится (1-3) попытки, каждая продолжительностью 30-50 минут. Итоговой оценкой считается высший балл из набранных во всех попытках.

Типовые оценочные материалы по теме 2

Вопросы для тестирования:

Тест состоит из заданий, на решение заданий теста отводится (1-3) попытки, каждая продолжительностью 30-50 минут. Итоговой оценкой считается высший балл из набранных во всех попытках.

Типовые оценочные материалы по теме 3

Вопросы для тестирования:

Тест состоит из заданий, на решение заданий теста отводится (1-3) попытки, каждая продолжительностью 30-50 минут. Итоговой оценкой считается высший балл из набранных во всех попытках.

Типовые оценочные материалы по теме 4

Вопросы для тестирования:

1. Что показывает уровень структурной безработицы:

- a) Количество людей, которых можно нанять на работу;
- b) Количество людей, которые ищут работу;
- c) Количество людей, которых можно уволить;
- d) Количество людей, которые не нуждаются в работе.

Тест состоит из заданий, на решение заданий теста отводится (1-3) попытки, каждая продолжительностью 30-50 минут. Итоговой оценкой считается высший балл из набранных во всех попытках.

Типовые оценочные материалы по теме 5

Вопросы для тестирования:

Что показывает уровень структурной безработицы?

- a) Количество людей, которых можно нанять на работу;
- b) Количество людей, которые ищут работу;
- c) Количество людей, которых можно уволить;
- d) Количество людей, которые не нуждаются в работе.

Тест состоит из заданий, на решение заданий теста отводится (1-3) попытки, каждая продолжительностью 30-50 минут. Итоговой оценкой считается высший балл из набранных во всех попытках.

Шкала оценивания

Устный опрос

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося при устном ответе во время проведения текущего контроля определяется баллами в диапазоне 0-100 %. Критериями

оценивания при проведении устного опроса является демонстрация основных теоретических положений, в рамках осваиваемой компетенции, умение применять полученные знания на практике, овладение навыками анализа и систематизации информации в области финансов.

При оценивании результатов устного опроса используется следующая шкала оценок:

| | |
|------------------------------------|--|
| 100% - 90% (отлично) | Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, сформированы на высоком уровне. Свободное владение материалом, выявление межпредметных связей. Уверенное владение понятийным аппаратом дисциплины. Практические навыки профессиональной деятельности сформированы на высоком уровне. Способность к самостоятельному нестандартному решению практических задач |
| 89% - 75% (хорошо) | Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, сформированы достаточно. Детальное воспроизведение учебного материала. Практические навыки профессиональной деятельности в значительной мере сформированы. Присутствуют навыки самостоятельного решения практических задач с отдельными элементами творчества. |
| 74% - 60% (удовлетворительно) | Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, сформированы на минимальном уровне. Наличие минимально допустимого уровня в усвоении учебного материала, в т.ч. в самостоятельном решении практических задач. Практические навыки профессиональной деятельности сформированы не в полной мере. |
| менее 60% (неудовлетворительно) | Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, не сформированы. Недостаточный уровень усвоения понятийного аппарата и наличие фрагментарных знаний по дисциплине. Отсутствие минимально допустимого уровня в самостоятельном решении практических задач. Практические навыки профессиональной деятельности не сформированы. |

Тестирование

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося при устном ответе во время проведения текущего контроля определяется баллами в диапазоне 0-100 %. Критерием оценивания при проведении тестирования, является количество верных ответов, которые дал студент на вопросы теста. При расчете количества баллов, полученных студентом по итогам тестирования, используется следующая формула:

$$B = \frac{B}{O} \times 100\% ,$$

где Б – количество баллов, полученных студентом по итогам тестирования;

В – количество верных ответов, данных студентом на вопросы теста;

О – общее количество вопросов в тесте.

Проверка кейса

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося при проверке кейса во время проведения текущего контроля определяется баллами в диапазоне 0-100 %. Критериями оценивания при проверке кейса является демонстрация основных теоретических положений, в рамках осваиваемой компетенции.

При оценивании результатов решения кейса используется следующая шкала оценок:

| | |
|------------|--|
| 100% - 90% | Учащийся демонстрирует совершенное знание основных теоретических положений, практических и аналитических навыков в рамках осваиваемой компетенции. |
| 89% - 75% | Учащийся демонстрирует знание большей части основных теоретических положений, практических и аналитических навыков в рамках осваиваемой компетенции. |
| 74% - 60% | Учащийся демонстрирует достаточное знание основных теоретических положений, практических и аналитических навыков в рамках осваиваемой компетенции. |
| менее 60% | Учащийся демонстрирует отсутствие знания основных теоретических положений, практических и аналитических навыков в рамках осваиваемой компетенции. |

Решение задач

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося при решении задач во время проведения текущего контроля определяется баллами в диапазоне 0-100 %. Критерием оценивания при решении задач, является количество верно решенных задач. При расчете

количества баллов, полученных студентом по итогам решения задач, используется следующая формула:

$$B = \frac{B}{O} \times 100\% ,$$

где Б – количество баллов, полученных студентом по итогам решения задач;

В – количество верно решенных задач;

О – общее количество задач.

Решение ситуационной задачи

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося при выполнении ситуационной задачи во время проведения текущего контроля определяется баллами в диапазоне 0-100 %. Критериями оценивания является сбор и обобщение необходимой информации, правильное выполнение необходимых расчетов, достоверность и обоснованность выводов.

При оценивании результатов решения ситуационной задачи используется следующая шкала оценок:

| | |
|------------|---|
| 100% - 90% | Учащийся демонстрирует совершенное знание основных теоретических положений, умеет собирать и обобщать необходимую информацию, правильно осуществляет расчеты, делает обоснованные выводы |
| 89% - 75% | Учащийся демонстрирует знание большей части основных теоретических положений, может собрать большую часть необходимой информации, рассчитывает необходимые показатели, делает выводы, допуская при этом незначительные ошибки |
| 74% - 60% | Учащийся демонстрирует знание некоторой части основных теоретических положений, может собрать некоторую часть необходимой информации, рассчитывает необходимые показатели, делает выводы, допуская при этом ошибки |
| менее 60% | Учащийся демонстрирует отсутствие знания основных теоретических положений, умений и навыков в рамках осваиваемой компетенции. |

5. Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплине

5.1. Методы проведения зачета

Зачет проводится с применением следующих методов: метод устного опроса по вопросам из перечня примерных вопросов из п.5.2.

При необходимости предусматривается увеличение времени на подготовку к промежуточной аттестации. Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и обучающихся инвалидов устанавливается с учётом индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

5.2. Оценочные материалы промежуточной аттестации

| Компонент компетенции | Промежуточный / ключевой индикатор оценивания | Критерий оценивания |
|--|---|--|
| УК ОС-8.1 Способность обоснования безопасного взаимодействия человека со средой обитания (природной, техногенной, антропогенной) и защиты от негативных факторов, чрезвычайных ситуаций, обеспечения безопасного и (или) комфортные условия труда на рабочем месте, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов | – объясняет теоретические основы безопасности жизнедеятельности в системе «человек - среда обитания»; основные принципы здорового образа жизни; методы профилактики стресса и утомления | – формулирует принципы безопасности, организации деятельности при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов – владеет навыками составления оценки условий труда на рабочем месте. |

Типовые оценочные средства промежуточной аттестации

Вопросы к зачету по дисциплине Б1.О.03 «Безопасность жизнедеятельности»

1. Основные определения теории безопасности
2. Классификации опасностей
3. Принципы обеспечения безопасности
4. Методы обеспечения безопасности
5. Система человек-среда обитания
6. Цели и задачи РСЧС
7. Функциональная и территориальная структуры РСЧС
8. Силы и средства РСЧС
9. Режимы функционирования РСЧС
10. Классификация чрезвычайных ситуаций
11. Техногенные ЧС: классификация, этапы развития
12. Техногенные ЧС: способы оценки химической, радиационной, инженерной и пожарной обстановки
13. Природные ЧС
14. Ликвидация ЧС: ведение разведки в зоне ЧС
15. Ликвидация ЧС: обеспечение и руководство процессом ликвидации ЧС
16. Основные термины и определения Охраны труда (охрана труда, рабочее место, техника безопасности, производственная санитария, условия труда, опасный производственный фактор, вредный производственный фактор)
17. Опасные и вредные производственные факторы
18. Регламент оказания первой доврачебной помощи
19. Виды травм
20. Виды кровотечений(порядок оказания ПДНП)
21. Переломы, ушибы, вывихи(порядок оказания ПДНП)
22. Ожоги(порядок оказания ПДНП)
23. Обморожения(порядок оказания ПДНП)
24. Порядок оказания сердечно-легочной реанимации
25. Порядок оказания ПДНП при различных отравлениях
26. Порядок оказания ПДНП при солнечном и тепловом ударе
27. Геополитические риски и угрозы
28. “Географическая ось истории” Хэлфорда Макиндера
29. Концепция «римладн» Спайкмена
30. Теория «континентального блока» К. Хаусхофера

Шкала оценивания

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося при устном ответе во время промежуточной аттестации определяется оценками «Отлично» / «Хорошо»/ «Удовлетворительно»/ «Неудовлетворительно». Критериями оценивания на зачете с оценкой является демонстрация основных теоретических положений, в рамках осваиваемой компетенции, умение применять полученные знания на практике, овладение навыками анализа и систематизации информации.

Для дисциплин, формой промежуточной аттестации которых является зачет с оценкой, приняты следующие соответствия:

- 90-100% - «отлично» (5);
- 75-89% - «хорошо» (4);
- 60-74% - «удовлетворительно» (3);
- менее 60% - «неудовлетворительно» (2).

При оценивании результатов устного опроса используется следующая шкала оценок:

| | |
|------------------------------------|--|
| 100% - 90% (отлично) | Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, сформированы на высоком уровне. Свободное владение материалом, выявление межпредметных связей. Уверенное владение понятийным аппаратом дисциплины. Практические навыки профессиональной деятельности сформированы на высоком уровне. Способность к самостоятельному нестандартному решению практических задач |
| 89% - 75% (хорошо) | Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, сформированы достаточно. Детальное воспроизведение учебного материала. Практические навыки профессиональной деятельности в значительной мере сформированы. Присутствуют навыки самостоятельного решения практических задач с отдельными элементами творчества. |
| 74% - 60% (удовлетворительно) | Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, сформированы на минимальном уровне. Наличие минимально допустимого уровня в усвоении учебного материала, в т.ч. в самостоятельном решении практических задач. Практические навыки профессиональной деятельности сформированы не в полной мере. |
| менее 60% (неудовлетворительно) | Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, не сформированы. Недостаточный уровень усвоения понятийного аппарата и наличие фрагментарных знаний по дисциплине. Отсутствие минимально допустимого уровня в самостоятельном решении практических задач. Практические навыки профессиональной деятельности не сформированы. |

Фонды оценочных средств промежуточной аттестации по дисциплине представлены в приложении 1.

6. Методические материалы по освоению дисциплины

Методические рекомендации по написанию рефератов

Реферат является индивидуальной самостоятельно выполненной работой студента. Тему реферата студент выбирает из перечня тем, рекомендуемых преподавателем, ведущим соответствующую дисциплину. Реферат должен содержать следующие структурные элементы: Титульный лист Содержание Введение Основная часть Заключение Список литературы Приложения (при необходимости). Требования к оформлению рефератов: шрифт – 14, поля – по 2 см, интервал – 1, объем – не менее 10 стр.

Рекомендации по планированию и организации времени, необходимого на изучение дисциплины

Структура времени, необходимого на изучение дисциплины

| Форма изучения дисциплины | Время, затрачиваемое на изучение дисциплины, % |
|--|--|
| Изучение литературы, рекомендованной в учебной программе | 40 |
| Решение задач, практических упражнений и ситуационных примеров | 40 |
| Изучение тем, выносимых на самостоятельное рассмотрение | 20 |

Методические рекомендации по подготовке к практическому (семинарскому) занятию

Основной целью практического (семинарского) занятия является проверка глубины понимания студентом изучаемой темы, учебного материала и умения изложить его содержание ясным и четким языком, развитие самостоятельного мышления и творческой активности у студента, умения решать практические задачи. На практических (семинарских) занятиях предполагается рассматривать наиболее важные, существенные, сложные вопросы которые, наиболее трудно усваиваются студентами. При этом готовиться к практическому (семинарскому) занятию всегда нужно заранее. Подготовка к практическому (семинарскому) занятию включает в себя следующее:

- обязательное ознакомление с вопросами для устного опроса,
- изучение конспектов лекций, соответствующих разделов учебника, учебного пособия, содержания рекомендованных нормативных правовых актов;
- работа с основными терминами (рекомендуется их выучить);
- изучение дополнительной литературы по теме занятия, делая при этом необходимые выписки, которые понадобятся при обсуждении на семинаре;
- формулирование своего мнения по каждому вопросу и аргументированное его обоснование;
- запись возникших во время самостоятельной работы с учебниками и научной литературы вопросов, чтобы затем на семинаре получить на них ответы;
- обращение за консультацией к преподавателю.

Рекомендации по изучению методических материалов

Методические материалы по дисциплине позволяют студенту оптимальным образом организовать процесс изучения данной дисциплины. Методические материалы по дисциплине призваны помочь студенту понять специфику изучаемого материала, а в конечном итоге – максимально полно и качественно его освоить. В первую очередь студент должен осознать предназначение методических материалов: структуру, цели и задачи. Для этого он знакомится с преамбулой, оглавлением методических материалов, говоря иначе, осуществляет первичное знакомство с ним. В разделе, посвященном методическим рекомендациям по изучению дисциплины, приводятся советы по планированию и организации необходимого для изучения дисциплины времени, описание последовательности действий студента («сценарий изучения дисциплины»), рекомендации по работе с литературой, советы по подготовке к экзамену и разъяснения по поводу работы с тестовой системой курса и над домашними заданиями. В целом данные методические рекомендации способны облегчить изучение студентами дисциплины и помочь успешно сдать экзамен. В разделе, содержащем учебно-методические материалы дисциплины, содержание практических занятий по дисциплине.

Рекомендации по самостоятельной работе студентов

На самостоятельную работу студентов по дисциплине Б1.О.03 «Безопасность жизнедеятельности» выносятся следующие темы:

| № п/п | Тема | Вопросы, выносимые на СРС | Очная форма |
|-------|----------------------------|---|-------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1. 1 | Экономическая безопасность | Безопасное использование криптовалют. Безопасная работа с биржевыми продуктами. | О |
| 2. 2 | Здоровый образ жизни | Риски, связанные с употреблением наркотиков. | О |
| 3. 3 | Правовая грамотность | Уплата налогов и пошлин. | О |
| 4. 4 | Риски, связанные с | Риск, связанный с попаданием в | О |

| | | | |
|----|--------------------------------|--|-----|
| | профессиональной деятельностью | группу граждан со структурной безработицей. | |
| 5. | 5 | Безопасность в условиях ЧС и военных действий | О |
| 6. | 6 | Безопасное использование современных коммуникационных технологий и сети Интернет | О,Т |

Неотъемлемым элементом учебного процесса является самостоятельная работа студента. При самостоятельной работе достигается конкретное усвоение учебного материала, развиваются теоретические способности, столь важные для современной подготовки специалистов. Формы самостоятельной работы студентов по дисциплине: написание конспектов, подготовка ответов к вопросам, написание рефератов, решение задач, исследовательская работа.

Задания для самостоятельной работы включают в себя комплекс аналитических заданий выполнение, которых, предполагает тщательное изучение научной и учебной литературы, периодических изданий, а также законодательных и нормативных документов предлагаемых в п.6 «Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине». Задания предоставляются на проверку в печатном виде.

Рекомендации по работе с литературой

При изучении курса учебной дисциплины особое внимание следует обратить на рекомендуемую основную и дополнительную литературу.

Важным элементом подготовки к семинару является глубокое изучение основной и дополнительной литературы, рекомендованной по теме занятия, а также первоисточников. При этом полезно прочитанную литературу законспектировать. Конспект должен отвечать трем требованиям: быть содержательным, по возможности кратким и правильно оформленным.

Содержательным его следует считать в том случае, если он передает все основные мысли авторов в целостном виде. Изложить текст кратко – это значит передать содержание книги, статьи в значительной мере своими словами. При этом следует придерживаться правила - записывать мысль автора работы лишь после того, как она хорошо понята. В таком случае поставленная цель будет достигнута. Цитировать авторов изучаемых работ (с обязательной ссылкой на источник) следует в тех случаях, если надо записывать очень важное определение или положение, обобщающий вывод.

Важно и внешнее оформление конспекта. В его начале надо указать тему семинара, дату написания, названия литературных источников, которые будут законспектированы. Глубокая самостоятельная работа над ними обеспечит успешное усвоение изучаемой дисциплины.

Одним из важнейших средств серьезного овладения теорией является конспектирование первоисточников.

Для составления конспекта рекомендуется сначала прочитать работу целиком, чтобы уяснить ее общий смысл и содержание. При этом можно сделать пометки о ее структуре, об основных положениях, выводах, надо стараться отличать в тексте основное от второстепенного, выводы от аргументов и доказательств. Если есть непонятные слова, надо в энциклопедическом словаре найти, что это слово обозначает. Закончив чтение (параграфа, главы, статьи) надо задать себе вопросы такого рода: В чем главная мысль? Каковы основные звенья доказательства ее? Что вытекает из утверждений автора? Как это согласуется с тем, что уже знаете о прочитанном из других источников?

Ясность и отчетливость восприятия текста зависит от многого: от сосредоточенности студента, от техники чтения, от настойчивости, от яркости воображения, от техники фиксирования прочитанного, наконец, от эрудиции – общей и в конкретно рассматриваемой проблеме.

Результатом первоначального чтения должен быть простой план текста и четкое представление о неясных местах, отмеченных в книге. После предварительного ознакомления, при повторном чтении следует выделить основные мысли автора и их развитие в произведении, обратить внимание на обоснование отдельных положений, на методы и формы доказательства,

наиболее яркие примеры. В ходе этой работы окончательно отбирается материал для записи и определяется ее вид: план, тезисы, конспект.

План это краткий, последовательный перечень основных мыслей автора. Запись прочитанного в виде тезисов – значит выявить и записать опорные мысли текста. Разница между планом и тезисами заключается в следующем: в плане мысль называется (ставь всегда вопрос: о чем говорится?), в тезисах – формулируется – (что именно об этом говорится?). Запись опорных мыслей текста важна, но полного представления о прочитанном на основании подобной записи не составишь. Важно осмыслить, как автор доказывает свою мысль, как убеждает в истинности своих выводов. Так возникает конспект. Форма записи, как мы уже отметили, усложняется в зависимости от целей работы: план – о чем?; тезисы – о чем? что именно?; конспект – о чем? что именно? как?

Конспект это краткое последовательное изложение содержания. Основу его составляет план, тезисы и выписки. Недостатки конспектирования: многословие, цитирование не основных, а связующих мыслей, стремление сохранить стилистическую связанность текста в ущерб его логической стройности. Приступать к конспектированию необходимо тогда, когда сложились навыки составления записи в виде развернутого подробного плана.

Форма записи при конспектировании требует особого внимания: важно, чтобы собственные утверждения, размышления над прочитанным, четко отделялись при записи. Разумнее выносить свои пометки на широкие поля, записывать на них дополнительные справочные данные, помогающие усвоению текста (дата события, упомянутого авторами; сведения о лице, названном в книге; точное содержание термина). Если конспектируется текст внушительного объема, необходимо указывать страницы книги, которые охватывает та или иная часть конспекта.

Для удобства пользования своими записями важно озаглавить крупные части конспекта, подчеркивая заголовки. Следует помнить о назначении красной строки, стремиться к четкой графике записей - уступами, колонками. Излагать главные мысли автора и их систему аргументов - необходимо преимущественно своими словами, перерабатывая таким образом информацию, – так проходит уяснение ее сути. Мысль, фразы, понятия в контексте, могут приобрести более пространное изложение в записи. Но текст оригинала свертывается, и студент, отрабатывая логическое мышление, учиться выделять главное и обобщать однотипные суждения, однородные факты. Кроме того, делая записи своими словами, обобщая, студент учится письменной речи.

Знание общей стратегии чтения, техники составления плана и тезисов определяет и технологию конспектирования

Внимательно читать текст, попутно отмечая непонятные места, незнакомые термины и понятия. Выписать на поля значение отмеченных понятий.

При первом чтении текста необходимо составить его простой план, последовательный перечень основных мыслей автора.

При повторном чтении текста выделять систему доказательств основных положений работы автора.

Заключительный этап работы с текстом состоит в осмыслении ранее отмеченных мест и их краткой последовательной записи.

При конспектировании нужно стремиться выразить мысль автора своими словами, это помогает более глубокому усвоению текста.

В рамках работы над первоисточником важен умелый отбор цитат. Необходимо учитывать, насколько ярко, оригинально, сжато изложена мысль. Цитировать необходимо те суждения, на которые впоследствии возможна ссылка как на авторитетное изложение мнения, вывода по тому или иному вопросу.

Конспектировать целесообразно не на отдельном листе, а в общей тетради на одной странице листа. Обратная сторона листа может быть использована для дополнений, необходимость которых выяснится в дальнейшем. При конспектировании литературы следует оставить широкие поля, чтобы записать на них план конспекта. Поля могут быть использованы также для записи своих замечаний, дополнений, вопросов. При выступлении на семинаре студент может пользоваться своим конспектом для цитирования первоисточника. Все участники занятия внимательно слушают выступления товарищей по группе, отмечают спорные или

ошибочные положения в них, вносят поправки, представляют свои решения и обоснования обсуждаемых проблем.

В конце семинара, когда преподаватель занятия подводит итоги, студенты с учетом рекомендаций преподавателя и выступлений сокурсников, дополняют или исправляют свои конспекты.

Рекомендации для подготовки к экзамену, зачету

При подготовке к экзамену, зачету студент внимательно просматривает вопросы, предусмотренные рабочей программой, и знакомится с рекомендованной основной литературой. Основой для сдачи экзамена, зачета студентом является изучение конспектов лекций, прослушанных в течение семестра, информация, полученная в результате самостоятельной работы в течение семестра.

7. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет

7.1. Основная литература

1. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 1 : учебник для академического бакалавриата / С. В. Белов. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 350 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-03237-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/437958>

2. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 2 : учебник для академического бакалавриата / С. В. Белов. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 362 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-03239-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/437959>

1. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие для вузов / Л.А. Муравей [и др.]. — 2-е изд. — Электрон. текстовые данные. — М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2017. — 431 с. — 978-5-238-00352-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/71175.html>

7.2. Дополнительная литература

1. Алексеев, В. С. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / В. С. Алексеев, О. И. Жидкова, И. В. Ткаченко. — 2-е изд. — Саратов : Научная книга, 2019. — 158 с. — ISBN 978-5-9758-1716-7. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/81000.html>

2. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для вузов / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 313 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-05849-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/431714>

3. Сычев Ю.Н. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях .— М.: Финансы и статистика, 2014 <http://www.iprbookshop.ru/18791>

7.3. Нормативные правовые документы и иная правовая информация

1. Конституция Российской Федерации от 12.12.1993 (с посл. поправками)

2. Федеральный конституционный закон от 30 января 2002 г. № 1-ФКЗ «О военном положении»

3. Федеральный конституционный закон от 30 мая 2001 г. № 3-ФКЗ «О чрезвычайном положении»

4. Федеральный закон от 12 февраля 1998 г. № 28-ФЗ «О гражданской обороне» (с изменениями 2007 г.)

5. Федеральный закон от 6 марта 2006 г. № 35-ФЗ «О противодействии терроризму»

6. Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в редакции 2012 г.)

7. Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. № 69-ФЗ «О пожарной безопасности» (с изменениями 2006 г.)

8. Организационно-методические указания по подготовке населения Российской Федерации в области гражданской обороны, защиты от чрезвычайных ситуаций, обеспечения пожарной безопасности и безопасности людей на водных объектах

9. Постановление Правительства Москвы от 18 марта 2008 г. № 182-ПП «Об утверждении Положения об организации и ведении гражданской обороны в городе Москве»

10. Постановление Правительства РФ от 21 мая 2007 г. № 304 «О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»

11. Постановление Правительства РФ от 25 апреля 2012 г. № 390 «О противопожарном режиме»

12. Постановление Правительства РФ от 4 сентября 2003 г. № 547 г. Москва «О подготовке населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»

13. Постановление Правительства РФ от 2 ноября 2000 г. № 841 «Об утверждении положения об организации обучения населения в области гражданской обороны»

7.4. Интернет-ресурсы, справочные системы.

1. Справочно-поисковая система «Гарант» <http://base.garant.ru/>
2. Справочно-поисковая система «Консультант Плюс» <http://www.consultant.ru/>
3. Сайт Российского психологического общества <http://www.psyrus.ru/> (открытый доступ)
4. Психологическая газета – регулярное электронное издание <http://psy.su/> (открытый доступ)
5. Российская психология – информационно-аналитический портал <http://rospsy.ru> (открытый доступ)
6. Портал психологических изданий <http://psyjournals.ru/> (открытый доступ)
7. Научная электронная библиотека <http://elibrary.ru/> (открытый доступ)
8. Сайт «Экзистенциальная и гуманистическая психология» <http://hpsy.ru> (открытый доступ)
9. Официальный сайт Президента РФ <http://www.kremlin.ru/>
10. ОБЖ - билеты, ответы, уроки: <http://www.alleng.ru/edu/saf1.htm>
11. Книги, пособия по ОБЖ: <http://www.alleng.ru/edu/saf3.htm>
12. Журнал «Культура здоровой жизни»: <http://kzg.narod.ru/>
13. Первые шаги граждан в чрезвычайных ситуациях (памятка о правилах поведения граждан в чрезвычайных ситуациях) <http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1583/index.htm>
14. Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях <http://kombat.com.ua/stat.html>
15. Учебные атласы по медицинской подготовке <http://b23.ru/hsb9>.

8. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

- лекционные аудитории, оборудованные видеопроекторным оборудованием для презентаций, средствами звуковоспроизведения, экраном;
- помещения для проведения семинарских и практических занятий, оборудованные учебной мебелью.

Дисциплина поддержана соответствующими лицензионными программными продуктами: Microsoft Windows 7 Prof, Microsoft Office 2010, Kaspersky 8.2, СПС Гарант, СПС Консультант.

Программные средства обеспечения учебного процесса включают:

- программы презентационной графики (MS PowerPoint – для подготовки слайдов и презентаций);
- текстовые редакторы (MS WORD), MS EXCEL – для таблиц, диаграмм.

Вуз обеспечивает каждого обучающегося рабочим местом в компьютерном классе в соответствии с объемом изучаемых дисциплин, обеспечивает выход в сеть Интернет.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся включают следующую оснащенность: столы аудиторные, стулья, доски аудиторные, компьютеры с подключением к локальной сети института (включая правовые системы) и Интернет.

Для изучения учебной дисциплины используются автоматизированная библиотечная информационная система и электронные библиотечные системы: «Университетская библиотека ONLINE», «Электронно-библиотечная система издательства ЛАНЬ», «Электронно-библиотечная система издательства «Юрайт», «Электронно-библиотечная система IPRbooks», «Научная электронная библиотека eLIBRARY» и др.

Обеспечивается возможность беспрепятственного доступа обучающихся инвалидов в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывания в указанных помещениях (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проемов, лифтов, при отсутствии лифтов аудитория располагается на первом этаже, наличие специальных кресел и других приспособлений).

Учебные аудитории для всех видов контактной и самостоятельной работы, научная библиотека и иные помещения для обучения оснащены специальным оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и обучающихся инвалидов с разными видами ограничений здоровья:

- с нарушениями зрения:

Принтер Брайля braille embosser everest-dv4

Электронный ручной видеувелечитель САНЭД

- с нарушениями слуха:

средства беспроводной передачи звука (FM-системы);

акустический усилитель и колонки;

тифлофлешплееры, радиоклассы.

- с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

передвижные, регулируемые эргономические парты с источником питания для индивидуальных технических средств;

компьютерная техника со специальным программным обеспечением;

альтернативные устройства ввода информации;

других технических средств приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося инвалида или обучающегося с ограниченными возможностями здоровья обеспечен предоставлением ему не менее чем одного учебного, методического печатного и/или электронного издания по адаптационной дисциплине (включая электронные базы периодических изданий), в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для обучающихся с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;

- в форме электронного документа;

- в форме аудиофайла;

- в печатной форме шрифтом Брайля.

Для обучающихся с нарушениями слуха:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;

- в форме электронного документа;

- в форме аудиофайла;

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;

- в форме электронного документа;

- в форме аудиофайла;

Содержание адаптационной дисциплины размещено на сайте информационно-коммуникационной сети Интернет: Ссылка: <http://vlgr.ranepa.ru/sveden/education/> ...

Информационные средства обучения, адаптированные к ограничениям здоровья обучающихся:

электронные учебники, учебные фильмы по тематике дисциплины, презентации, интерактивные учебные и наглядные пособия, технические средства предъявления информации (мультимедийный комплекс) и контроля знаний (тестовые системы).

ЭБС «Айбукс», Информационно-правовые базы данных («Консультант Плюс», «Гарант»).
Мультимедийный комплекс в лекционной аудитории.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА И
ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

Волгоградский институт управления – филиал РАНХиГС

Факультет государственного и муниципального управления

Кафедра социологии, общей и юридической психологии

УТВЕРЖДЕНА
учёным советом
Волгоградского института управле-
ния –
филиала РАНХиГС
Протокол №2 от 23.09.2021 г.

АДАПТИРОВАННАЯ ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА

Психологическое консультирование

(наименование образовательной программы)

**ФОНДЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и
обучающихся инвалидов

Б1.О.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(код и наименование дисциплины)

37.03.01 ПСИХОЛОГИЯ

(код, наименование направления подготовки /специальности)

Очная

(форма (формы) обучения)

Год набора – 2022 г.

Волгоград, 2021 г.

1. Вопросы к зачету

Вопросы к зачету по дисциплине «Методика преподавания психологии»

1. Методика преподавания психологии как научно - практическая дисциплина и ее место в системе педагогических дисциплин.
2. Обучение психологии: цели и принципы.
3. Изучение основных временных этапов развития преподавания в России
4. Методы преподавания психологии в средних учебных заведениях.
5. Обобщенный портрет преподавателя психологии.
6. Преподаватель психологии как один из субъектов процесса обучения. Требования к деятельности преподавателя психологии.
7. Организация учебного пространства.
8. Роль учебных текстов и наглядных материалов в процессе преподавания психологии.
9. Основные функции преподавателя психологии: эмоциональная поддержка, исследовательская, фасилитаторская, экспертная.
10. Особенности проведения урока психологии. Виды, формы и методы проведения урока.
11. Виды лекций. Структура и функции лекции.
12. Проблема профессионализации чтения лекции.
13. Активизирующие методы обучения. Понятия, особенности проведения.
14. Метод проектов. Понятие, форма, структура.
15. Особенности проведения деловой игры на психологических занятиях. Привести пример деловой игры.
16. Специфика лекций по психологии Дискуссия на семинаре. Этика дискуссии.
17. Структура семинарского занятия. Новые тенденции в проведении семинаров по психологии.
18. Проблемы организации семинарского занятия. Критерии эффективности семинарского занятия.
19. Организация и проведение лабораторных и практических занятий.
20. Самостоятельная работа учащихся и студентов.
21. Социально - психологический тренинг, его цели.
22. Технология проведения тренинга.
23. Виды и особенности подготовки научно-исследовательских работ.
24. Подготовка конспектов урока, лекции, семинара.
25. Основные формы проверки знаний обучающихся.
26. Системы оценивания знаний на примере зарубежных стран.
27. Особенности применения рейтинговой системы оценивания.
28. Реализация гуманистического подхода в процессе преподавания психологии на примере авторской программы обучения психологии Кэрол Оллред «Positive Action».
29. Особенности реализации «Пасторальной программы» в английских школах. Три линии развития умений в обучении через опыт в рамках данной программы.

2. Тестовые материалы

1. Согласно требованиям ГОСТа «Вода питьевая», качество питьевой воды должно быть:
 - а) безупречным по органолептическим свойствам;
 - б) безвредным по химическому составу;
 - в) стабильным по вкусовым качествам;
 - г) благополучным по физическим факторам;
 - д) безупречным по цвету и мутности.
2. Гигиенические нормы и правила, направленные на создание благоприятных условий труда, закреплены:
 - а) Конституцией РФ;

- б) Трудовым кодексом РФ;
- в) СНиП;
- г) СанПиН;
- д) Административным кодексом РФ.

3. Любой трудовой процесс характеризуется:

- а) работоспособностью;
- б) утомлением;
- в) переутомлением;
- г) компенсацией;
- д) мобилизацией.

4. Расположите стадии трудового процесса по мере их развития:

- а) восстановление;
- б) компенсация;
- в) нарастание работоспособности;
- г) мобилизация;
- д) снижение работоспособности.

5. К безопасным относятся следующие классы условий труда:

- а) оптимальные;
- б) допустимые;
- в) вредные;
- г) экстремальные.

6. Наиболее простой способ обеззараживания воды в чрезвычайных ситуациях:

- а) ультрафиолетовая обработка;
- б) кипячение;
- в) отстаивание;
- г) использование фильтров;
- д) применение перманганата калия.

7. Атмосферные загрязнения способствуют развитию:

- а) бронхита;
- б) бронхиальной астмы;
- в) бруцеллеза;
- г) дифтерии;
- д) мышинной лихорадки.

8. Через загрязненную воду передаются заболевания:

- а) грипп;
- б) кишечные инфекции;
- в) холера;
- г) брюшной тиф;
- д) вирусный гепатит В и С;
- е) сифилис;
- ж) бруцеллез.

9. Физическое состояние воздушной среды, характеризующееся величиной атмосферного давления, температурой, влажностью, скоростью движения воздуха:

- а) микроклимат;
- б) освещенность;
- в) ультразвук;
- г) шум;
- д) вибрация.

10. Малые механические колебания, возникающие в упругих телах:
- а) шум;
 - б) ультразвук;
 - в) вибрация;
 - г) инфразвук;
 - д) электрический ток.
11. Условия труда, при которых воздействие на работающих вредных или опасных производственных факторов исключено либо уровни их воздействия не превышают установленные нормы:
- а) опасные;
 - б) безопасные;
 - в) вредные;
 - г) оптимальные;
 - д) стимулирующие.
12. Фактор среды и трудового процесса, воздействие которого на работающего при определенных условиях может вызвать профессиональное заболевание, – это ... производственный фактор:
- а) опасный;
 - б) безопасный;
 - в) вредный;
 - г) оптимальный;
 - д) травмирующий (травмоопасный).
13. Негативное воздействие на человека, которое приводит к травме или летальному исходу, – это ... фактор:
- а) опасный;
 - б) безопасный;
 - в) вредный;
 - г) оптимальный;
 - д) травмирующий (травмоопасный).
14. Фактор внешней среды и трудового процесса, который может быть причиной острого заболевания или внезапного ухудшения здоровья, смерти, – это ... производственный фактор:
- а) опасный;
 - б) безопасный;
 - в) вредный;
 - г) оптимальный;
 - д) травмирующий (травмоопасный).
15. Нормальный уровень шума жилого помещения составляет ... дБ:
- а) 30–35;
 - б) 40–60;
 - в) 65–70;
 - г) 75–110;
 - д) 115–140.
16. К бессоннице и неврозам может привести уровень ночного шума в ... дБ:
- а) 30;
 - б) 40;
 - в) 50;
 - г) 60;
 - д) 70.
17. Предельно допустимые значения напряженности электрического поля внутри жилых зданий

составляют ... кВ/м:

- а) 0,5;
- б) 1;
- в) 5;
- г) 10;
- д) 15.

18. Предельно допустимые значения напряженности электрического поля на территории жилой застройки составляют ... кВ/м:

- а) 0,5;
- б) 1;
- в) 5;
- г) 10;
- д) 15

19. Предельно допустимые значения напряженности электрического поля на территории огородов и садов составляют ... кВ/м:

- а) 0,5;
- б) 1;
- в) 5;
- г) 10;
- д) 15.

20. При работе с компьютером необходимо:

- а) улучшить рацион питания;
- б) проводить закаливающие процедуры;
- в) работать за компьютером не более 1 часа в день;
- г) работать за компьютером не дольше 45 минут подряд;
- д) через каждые 45 минут делать специальную гимнастику для глаз; е) применять специальные очки для работы за компьютером;
- ж) ничего не предпринимать, все бесполезно.

21. Наивысший уровень работоспособности человека наблюдается между ... часами:

- а) 12–14;
- б) 14–16;
- в) 16–18;
- г) 18–20;
- д) 20–24.

22. Наивысший уровень работоспособности человека наблюдается между ... часами:

- а) 0–4;
- б) 4–8;
- в) 8–12;
- г) 12–14;
- д) 14–16.

23. Самая низкая работоспособность наблюдается между ... часами:

- а) 8–12;
- б) 12–14;
- в) 14–16;
- г) 16–18;
- д) 18–20;
- е) 20–24

24. Производственная пыль способствует развитию:
- пневмокониозов;
 - хронических бронхитов, трахеитов;
 - инфаркта миокарда;
 - заболеваний печени;
 - инсульта.
25. Симптомами вибрационной болезни являются:
- онемение пальцев рук;
 - судороги;
 - снижение слуха;
 - кашель;
 - гнойничковые поражения кожи.
26. К негативным психофизиологическим факторам производственной среды относятся:
- ионизирующее излучение;
 - монотонность труда;
 - биологические пестициды;
 - ультрафиолетовое облучение;
 - динамические перегрузки.
27. Совокупность аperiodических звуков различной интенсивности и частоты называется:
- шумом;
 - вибрацией;
 - импульсом;
 - излучением;
 - гиперзвуком.
28. Психогигиена изучает:
- состояние здоровья здорового человека;
 - состояние здоровья больного человека;
 - факторы техногенного загрязнения окружающей среды;
 - факторы, условия окружающей среды и образа жизни, благотворно влияющие на психическое состояние человека;
 - разрабатывает рекомендации по сохранению и укреплению психического здоровья.
29. Физиологические признаки стресса:
- обмороки;
 - головные боли;
 - учащение дыхания;
 - учащение пульса;
 - покраснение или побледнение кожи лица;
 - немотивированное беспокойство;
 - замедление мышления.
30. Сходные с опиатными наркотиками эндогенные вещества, вырабатываемые в организме:
- эндорфины;
 - кортикостероиды;
 - эстрогены;
 - тестостерон;
 - медиаторы.
31. Характерные признаки первой (неврастенической) стадии хронического алкоголизма:
- появление абстинентного синдрома;
 - появление рвотного рефлекса;
 - исчезновение рвотного рефлекса при передозировке алкоголя;

- г) рост толерантности к алкогольным напиткам;
- д) снижение толерантности к алкогольным напиткам.

32. Характерные признаки второй (наркотической) стадии хронического алкоголизма:

- а) появление абстинентного синдрома;
- б) появление запоев;
- в) каждодневный прием алкоголя в небольших дозах;
- г) исчезновение рвотного рефлекса при передозировке алкоголя;
- д) максимальная толерантность к алкогольным напиткам;
- е) снижение толерантности к алкогольным напиткам; ж) развитие слабоумия.

33. Характерные признаки третьей (энцефалопатической) стадии хронического алкоголизма:

- а) появление абстинентного синдрома;
- б) исчезновение рвотного рефлекса;
- в) максимальная толерантность к алкогольным напиткам;
- г) снижение толерантности к алкогольным напиткам;
- д) развитие слабоумия.

34. Навязчивое влечение к алкоголю, исчезновение рвотного рефлекса наблюдается на ... стадии хронического алкоголизма:

- а) неврастенической;
- б) наркотической;
- в) энцефалопатической;
- г) похмельной;
- д) запойной.

35. Снижение толерантности к алкогольным напиткам наблюдается на ... стадии хронического алкоголизма:

- а) неврастенической;
- б) наркотической;
- в) энцефалопатической;
- г) похмельной;
- д) запойной.

36. Максимальная толерантность к алкогольным напиткам наблюдается на ... стадии хронического алкоголизма:

- а) неврастенической;
- б) наркотической;
- в) энцефалопатической;
- г) похмельной;
- д) запойной.

37. Легкая алкогольная интоксикация развивается при концентрации этанола в крови ...‰:

- а) 0–1;
- б) 1–2;
- в) 2–3;
- г) 3–4;
- д) 4–5.

38. С целью выявления туберкулеза проводят:

- а) вакцинацию;
- б) пробу Манту;
- в) флюорографическое исследование легких;
- г) рентгенологическое исследование желудка;
- д) анализ крови.

39. К социальным болезням относятся:

- а) туберкулез;
- б) ИППП;
- в) пиелонефрит;
- г) бронхиальная астма;
- д) сахарный диабет.

40. К социальным болезням относятся:

- а) гипертоническая болезнь;
- б) ВИЧ-инфекция;
- в) вирусные гепатиты В и С;
- г) атеросклероз;
- д) сахарный диабет.

3. Открытые задания

3.1. Теоретические задания с открытыми вопросами

Тема 1. Экономическая безопасность

Вопросы для устного опроса

1. Эффективное распределение финансовых средств.
2. Безопасное использование банковских карт.
3. Безопасное использование банковских продуктов.
4. Безопасное микроинвестирование.
5. Безопасное использование криптовалют.
6. Безопасная работа с биржевыми продуктами.

Тема 2. Здоровый образ жизни

Вопросы для устного опроса

1. Риски, связанные с неправильным режимом питания.
2. Риски, связанные с отсутствием физических нагрузок и сидячим образом жизни.
3. Риски, связанные с плохим состоянием здоровья.
4. Риски, связанные с неблагоприятной экологической ситуацией.
5. Оказание первой медицинской помощи для гражданских лиц.
6. Риски, связанные с употреблением наркотиков.

Тема 3. Правовая грамотность

Вопросы для устного опроса

1. Политическая активность.
2. Риски, связанные с непреднамеренным нарушением законов.
3. Уплата налогов и пошлин.

Тема 4. Риски, связанные с профессиональной деятельностью.

Вопросы для устного опроса

1. Минимизация рисков, связанных с выполнением должностных задач на рабочем месте.
2. Выполнение должностных задач в условиях ЧС и военного положения.
3. Риск, связанный с попаданием в группу граждан со структурной безработицей.

Тема 5. Безопасность в условиях чрезвычайного положения (ЧС) и военных действий.

Вопросы для устного опроса

1. Риски, связанные с использованием транспортной и дорожной инфраструктуры.
2. Использование современных коммуникационных средств и программных разработок в условиях ЧС.
3. Риски, связанные с поведением в общественных местах, провоцирующим противоправные действия.

4. Самооборона для гражданских лиц.
5. Поведение в условиях попадания в ЧС.

Тема 6. Безопасное использование современных коммуникационных технологий и сети Интернет.

Вопросы для устного опроса

1. Риски, связанные с использованием социальных сетей и иных электронных сервисов коммуникации.
2. Риски, связанные с информационным шумом.
3. Поддержание репутации и доброго имени в условиях интернет-гласности

3.2. Практические задания (кейсы)

Задача 1. Из предложенной одежды и обуви подберите себе костюм для занятий спортом (спортивные игры) на воздухе при условиях: температура +15°C, ветер 2–4 м/с, сухо:

- спортивные брюки из синтетической ткани;
- спортивные трусы (шорты);
- футболка хлопчатобумажная;
- куртка из влаго- и воздухопроницаемой ткани;
- спортивный свитер;
- майка спортивная;
- носки шерстяные;
- носки хлопчатобумажные;
- кроссовки утепленные;
- кроссовки легкие, с воздухопроницаемыми вставками;
- шапка спортивная шерстяная.

Задача 2. Известно, что рост числа заболеваний ИППП приходится на периоды социальных потрясений. Почему?

Задания:

- Обоснуйте ответ и приведите примеры таких периодов.
- Приведите примеры литературных произведений, в которых описываются случаи заболевания ИППП из-за безнравственного поведения персонажей.
- В приведенном ниже списке подчеркните названия инфекций, передаваемых половым путем: ВИЧ инфекция; бруцеллез; трихомоноз; корь; паратиф; сифилис; герпес.
- Из приведенного списка выделите самый надежный способ профилактики ИППП:
 - изолирующие контрацептивные средства;
 - прием профилактических препаратов;
 - специальные гигиенические процедуры до и после коитуса;
 - верность любимому человеку.

Задача 3. У больного наблюдается следующая картина: потеря способности двигать правой рукой, потеря зрения на правый глаз, затруднения с речью, сильная головная боль, потеря равновесия.

Задания:

- Определите, приступ какого заболевания случился с больным.
- Составьте алгоритм оказания первой помощи больному в этом случае.
- Продемонстрируйте технику оказания помощи (на фантоме).

Задача 4. Ваш сосед позвонил к вам в квартиру и пожаловался на острую загрудинную боль, общую слабость и сильное чувство страха. Пульс у него неровный, слабой наполняемости.

Задания:

- Определите, приступ какого заболевания случился с больным.

- Составьте алгоритм оказания первой помощи больному в этом случае.

Задача 5. Вы работали на даче и при корчевании старой яблони сильно повредили предплечье измазанным в земле топором. Рана глубокая и длинная, открылось обильное кровотечение. На даче только больная бабушка. Ваши действия?

Задания:

- Составьте алгоритм своих действий в этом случае.
- Продемонстрируйте технику оказания помощи (на фантоме).

Задача 6. Вы оказались на месте аварии и увидели следующую картину: у одного из пострадавших из раны на внутренней стороне бедра толчками вытекает кровь.

Задания:

- Определите неотложное состояние пациента.
- Составьте алгоритм своих действий в этом случае.
- Продемонстрируйте технику оказания помощи (на фантоме).

Задача 7. Во время прогулки в пригородном лесу ваш товарищ при падении повредил руку. Заметно смещение сустава, его неестественное положение.

Задания:

- Определите неотложное состояние товарища.
- Составьте алгоритм своих действий в этом случае.
- Продемонстрируйте технику оказания помощи.

Задача 8. У пострадавшего в ДТП гражданина нет пульса на сонной артерии. Оказавшиеся на месте происшествия граждане решили оказать ему помощь и проводят сердечно легочную реанимацию (непрямой массаж сердца), уложив его на толстый слой свежего снега, прикрытый тонким одеялом.

Вопрос: В чем ошибка?

Задача 9. К пострадавшему подбежали двое граждан и принялись проверять наличие дыхания при помощи зеркальца. Зима, температура воздуха – 15 градусов мороза. Зеркальце, поднесенное ко рту, быстро запотело. Граждане утверждают, что дыхание, и следовательно, сердечная деятельность у гражданина есть.

Вопрос: Правы ли они и каким другим способом проверить состояние пострадавшего?

4. Ключи (ответы) к оценочным материалам

Задача 1.

Эталон ответа: Спортивные брюки из синтетической ткани; футболка хлопчатобумажная; носки хлопчатобумажные; кроссовки легкие, с воздухопроницаемыми вставками.

Задача 2.

Эталон ответа:

- Вместе со старым обществом разрушается и старая, традиционная мораль. Она отражается и на общественной нравственности, в частности, на разрушении запретов и ограничений в отношениях между полами. Эти отношения упрощаются, становятся более циничными, следовательно, растет число половых партнеров и сближение происходит не на основе сильного чувства, а на основе сиюминутной прихоти. Отсюда – увеличивается риск заражения ИППП.

- Примеры – постперестроечный период, социальные революции и гражданские войны.

- «Звездная сыпь» из «Записок молодого врача» М. Булгакова, «Тихий Дон» М.

Шолохова, «Яма» А. Куприна.

- ВИЧ инфекция; трихомоноз; сифилис; герпес.
- изолирующие контрацептивные средства.

Задача 3.

Эталон ответа По симптомам – это инсульт.

Алгоритм первой помощи:

- а) вызвать «скорую помощь»
- б) обеспечить покой, свежий воздух,
- в) уложить больного на высокие подушки, так чтобы верхняя часть туловища была поднята под углом в 30°,
- г) теплая ножная ванна.

Экзаменуемый демонстрирует технику оказания помощи (на фантоме).

Задача 4.

Эталон ответа: Диагноз: инфаркт миокарда

Алгоритм оказания неотложной помощи:

- а) срочно вызвать скорую помощь,
- б) уложить больного, обеспечить покой, постараться его успокоить.

Задача 5.

Эталон ответа

Алгоритм действий:

- а) промываю рану раствором перекиси водорода, обрабатываю края раны «йодным фломастером», прикладываю к ране гомеостатическую салфетку, поверх салфетки накладываю давящую повязку.
- б) фиксирую поврежденную руку на весу при помощи косынки
- в) отправляюсь в ближайшее медицинское учреждение для того, чтобы мне ввели противостолбнячную сыворотку и при необходимости наложили на рану шов.

Экзаменуемый демонстрирует технику накладывания давящей повязки и фиксации поврежденной руки при помощи косынки

Задача 6.

Эталон ответа

Диагноз: у пострадавшего повреждена бедренная артерия. Рана смертельно опасна, т.к. за 2–3 минуты пострадавший может получить невосполнимую кровопотерю.

Алгоритм оказания неотложной помощи:

- а) вызвать «скорую помощь» (один участник),
- б) наложить жгут (второй участник) выше раны через плотный предмет – кусок мыла, плотно свернутую ткань, мягкую спортивную туфлю (кроссовку), обломок дерева. Твердые предметы, подкладываемые под жгут, необходимо обернуть в 2–3 слоя тканью.
- в) написать на одежде, теле или листке бумаги время наложения жгута и дожидаться приезда «скорой помощи».

Экзаменуемый демонстрирует технику оказания помощи (на фантоме).

Задача 7.

Эталон ответа

Диагноз: смещение сустава, его неестественное положение - характерные признаки вывиха, по этим признакам вывих отличают от растяжения связок и перелома. После этого развивается отек.

Алгоритм оказания неотложной помощи:

- а) зафиксировать запястье повязкой, иммобилизовать руку при помощи косынки,

б) срочно сопроводить пострадавшего в ближайшее медицинское учреждение
Экзаменуемый демонстрирует технику оказания помощи.

Задача 8.

Эталон ответа: Свежий снег, как правило, мягкий. Непрямой массаж сердца требует твердой подстилающей поверхности, иначе грудину не продавить.

Задача 9.

Эталон ответа: Возможно, правы, а возможно нет. Зеркальце, поднесенное ко рту человека на морозе, будет запотевать до тех пор, пока температура его тела не опустится до нуля. Пока температура тела человека выше температуры окружающего воздуха, из его рта будет испаряться влага, и зеркальце будет запотевать. Этот метод недостоверен. Лучше проверить пульс на сонной артерии.