

Министерство просвещения РФ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Глазовский государственный инженерно-педагогический университет имени В.Г.
Короленко»

Утверждена
на заседании ученого совета университета
«22» апреля 2024 г. протокол № 10
Приказ № 48 от 24 апреля 2024 г.

Ректор Я.А. Чиговская-Назарова

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ УК-8**

Уровень основной профессиональной образовательной программы	бакалавриат
Направление подготовки	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профиль)	Физическая культура и Безопасность жизнедеятельности
Форма обучения	Очная

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИИ УК-8

Формулировка компетенции:

Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов

Формулировка индикаторов достижения компетенций:

ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности.

ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

Перечень дисциплин и практик

Индекс	Название дисциплины
Б1.О.03.02	Основы медицинских знаний
Б1.О.03.03	Безопасность жизнедеятельности
Б1.О.08.04	Концептуальные основы безопасности жизнедеятельности
Б1.О.08.06	Культура здоровья и безопасности
Б1.О.08.07	Первая помощь пострадавшим
Б1.О.08.08	Природные опасности и защита от них
Б1.О.08.10	Психологическая безопасность
Б1.О.08.11	Техногенные опасности и защита от них
Б1.О.08.12	Экологическая безопасность
Б1.О.08.13	Безопасный отдых и туризм
Б1.О.08.16	Социальные опасности, профилактика и защита от них
Б1.О.08.19	Гражданская оборона
Б1.В.ДВ.04.01	Основы автономного выживания
Б1.В.ДВ.04.02	Философия безопасности
Б1.В.ДВ.05.01	Лечебная физическая культура и массаж
Б1.В.ДВ.05.02	Основы реабилитационных мероприятий в учебно-тренировочном процесс

Для проведения поститогового контроля по проверке этапов формирования компетенции и индикаторов достижения компетенции выбирается несколько представленных в ФОСе заданий дисциплин(ы), общая продолжительность выполнения которых не должна превышать 60 минут.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ПРОВЕРКЕ СФОРМИРОВАННОСТИ КОМПЕТЕНЦИИ УК-8

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

Код компетенции	УК-8
-----------------	------

Формулировка компетенции	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
Индикатор достижения компетенции	ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности. ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

Время выполнения заданий: 30 минут

1.Тестовое задание

1. Провоцирующую роль в развитии сахарного диабета могут играть острые и хронические заболевания....

- а) поджелудочной железы
- б) органов дыхания
- в) органов мочеиспускания
- г) опорно-двигательного аппарата

2. При вывихе плеча пострадавший страдает от боли, чтобы избежать развития болевого шока травмированному человеку необходимо дать:

- а) обезболивающие препараты
- б) жаропонижающие препараты
- в) обезболивающие препараты, но с предварительным уточнением их переносимости
- г) жаропонижающие и антибактериальные препараты

3. Первая помощь при переломе костей таза

- а) выпрямить ноги, уложить неподвижно и вызвать врача
- б) не трогать пострадавшего
- в) обработать место перелома дезинфицирующим средством, наложить шину
- г) пострадавшего уложить на ровную жесткую поверхность, под согнутые и разведенные коленные суставы подложить валик (поза лягушки)

4. Для остановки кровотечения применяют пальцевое прижатие, каких сосудов?

- а) артериальных
- б) паренхиматозных
- в) венозных
- г) капиллярных

5. Какое повреждение характеризуется нарушением целостности кожных покровов, слизистых оболочек, а иногда и глубоких тканей?

- а) пневмоторакс
- б) гематома
- в) перелом
- г) рана

2.Практическое задание.

Задание: по определению дать понятие.

Комплекс простейших мероприятий, выполняемых на месте поражения в порядке само- и взаимопомощи, а также личным составом спасательных формирований, санитарных постов и санитарных дружин с использованием табельных и подручных средств называется...

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Код компетенции	УК-8
Формулировка компетенции	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
Индикатор достижения компетенции	ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности. ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

Время выполнения заданий: 30 минут

1. Тестовое задание

1. ЧС военного характера, это:

- а) разрушение зданий
- б) применение оружия для разгона митингов
- в) вооруженное нападение на государство
- г) испытание ядерной бомб

2. К современным видам оружия не относится:

- а) лазерное
- б) инфразвуковое
- в) паранормальное
- г) психотропное

3. Химическое оружие, это:

- а) оружие локального действия
- б) оружие массового поражения
- в) оружие для уничтожения подземных укрытий
- г) оружие для уничтожения воздушных целей в верхних слоях атмосферы

4. По характеру токсического воздействия на организм человека не существует ОВ:

- а) нервно-паралитического действия
- б) удушающих
- в) усыпляющих
- г) психохимических

5. Применение фосфорных боеприпасов приводит к:

- а) прожиганию одежды
- б) ослеплению
- в) прожиганию тела человека до костей
- г) облысению

2. Практическое задание.

Водохранилище около села Сюкеево (Татарстан). При плохих погодных условиях из-за технических неисправностей на глубине около 18 метров затонул теплоход «Булгария». В результате крушения теплохода погибло 201 человек, 79 удалось спастись. Крупная авария, повлекшая за собой человеческие жертвы и значительный материальный ущерб, называется транспортной ... (Слово введите в поле ответов в форме соответствующего падежа.)

КОНЦЕПТУАЛЬНЫЕ ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Код компетенции	УК-8
Формулировка компетенции	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
Индикатор достижения компетенции	ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности. ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

Время выполнения заданий: 30 минут

1. При укусах змей не запрещается:
 - а) накладывать жгут выше места укуса
 - б) обрабатывать рану 5% — м раствором йода, спиртом одеколоном
 - в) прижигать место укуса огнем.
 - г) ничего не делать
2. Что не следует использовать при работе с ртутью:
 - а) халаты открытого типа
 - б) полиэтиленовые перчатки
 - в) обувь с гладкими подошвами.
 - г) защитные костюмы.
3. Четвертой степенью обморожения является:
 - а) покраснение и припухлость кожи
 - б) появление на коже небольших пузырей
 - в) некроз тканей
 - г) ничего не делать.

4. Чем нельзя охарактеризовать возбудителей инфекционных заболеваний:
 - а) социально — экономическими процессами
 - б) эпидемичностью
 - в) токсичностью
 - г) вирулентностью

5. Система мер, направленных на полную изоляцию очага инфекционного заболевания:
 - а) эпидемия
 - б) карантин
 - в) инкубационный период
 - г) никакие.

Практическое задание. В районе вашего проживания произошла авария на химически опасном объекте с выбросом в атмосферу аварийно химически опасного вещества (аммиака) (АХОВ). Ваши действия.

КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ И БЕЗОПАСНОСТИ

Код компетенции	УК-8
Формулировка компетенции	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
Индикатор достижения компетенции	ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности. ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

Время выполнения заданий: 30 минут

Выполнение теста.

1. Целью здоровьесберегающей деятельности является:
 - а) стремление к укреплению здоровья обучающихся, развитию физических качеств;
 - б) укрепление психофизического здоровья обучающихся, развитие потребности в самосовершенствовании;
 - в) сохранение и укрепление здоровья обучающихся, развитие потребности в здоровом образе жизни.

2. На состояние здоровья студентов влияет группа факторов (укажите два правильных ответа):
 - а) внутривузовские;
 - б) медицинские;
 - в) общественные;
 - г) учебно-организационные.

3. Здоровьесберегающая среда – это:

- а) среда, содействующая улучшению физического и функционального состояние человека;
- б) среда, способствующая нормализации психоэмоционального состояния человека;
- в) среда, содействующая физическому, духовному и социальному благополучию человека.

4. По определению ВОЗ качество жизни — это:

- а) восприятие индивидами их положения в жизни в контексте системы ценностей, зависящих от состояния здоровья;
- б) восприятие индивидами их положения в обществе в контексте культуры и системе ценностей, зависящих от образа жизни, материального достатка, состояния здоровья;
- в) восприятие индивидуумом его положения в жизни в контексте культуры и системы ценностей, в которых индивидуум живет, и в связи с целями, ожиданиями, стандартами и интересами этого индивидуума.

5. Факторы влияния на экологию жилища:

- а) Аэрация участка.
- б) Достаточная инсоляция.
- в) Требования к грунту.
- г) все ответы верны

Практическое задание:

Задача. Школьник 9 лет, приходя со школы после обеда дома лежал играя в игры на телефоне 2–2,5 часа, а потом ещё 2 часа слушал на полную громкость песни в наушниках, сидя за компьютером. Через две недели перед глазами стало всё расплываться и начал падать слух.

1. Почему начало портиться зрение?
2. Сколько можно работать школьнику на компьютере в день?
3. Что такое аккомодация?
4. Почему прослушивание громкой музыки вредит слуховому аппарату?

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПОСТРАДАВШИМ

Код компетенции	УК-8
Формулировка компетенции	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
Индикатор достижения компетенции	ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности. ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в

	чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.
--	--

Время выполнения заданий: 30 минут

1. Если человек, оказавшийся в экстремальной ситуации, испытывает сильные эмоциональные реакции, то он:
 - а) нуждается в первой помощи;
 - б) нуждается в медицинской помощи;
 - в) не нуждается в помощи;
 - г) нуждается в психологической поддержке.

2. Реакция, признаками которой являются напряжение мышц (особенно лицевых), учащенное поверхностное дыхание, сниженный контроль собственного поведения, сильное волнение и беспокойство, связанное с конкретной ситуацией:
 - а) плач;
 - б) агрессивная реакция;
 - в) страх;
 - г) истероидная реакция;

3. Реакция, признаками которой являются чрезмерное возбуждение, множество движений, театральные позы, эмоционально насыщенная, быстрая речь, крики, рыдания:
 - а) агрессивная реакция;
 - б) страх;
 - в) истероидная реакция;
 - г) тревога.

4. К первой помощи при переломах относится:
 - а) иммобилизация конечности;
 - б) охлаждение области перелома;
 - в) обильное питье;
 - г) обеспечение притока кислорода пострадавшему;
 - д) наложение повязки при необходимости.

5. При иммобилизации нижней конечности, перед тем как накладывать шину, необходимо:
 - а) вернуть конечность в естественное положение;
 - б) снять обувь;
 - в) обувь не снимать, конечность без необходимости не трогать, не пытаться вернуть в нормальное положение;
 - г) вернуть конечность в нормальное положение, снять обувь.

Практическое задание 1.

В гараже обнаружили пострадавшего с признаками отравления выхлопными газами. Ваши действия.

ПРИРОДНЫЕ ОПАСНОСТИ И ЗАЩИТА ОТ НИХ

Код компетенции	УК-8
Формулировка компетенции	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.
Индикатор достижения компетенции	ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности. ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

Время выполнения заданий: 30 минут

1. Определите, какие мифы об опасных природных явлениях сохранились в культуре многих народов.

- а) миф о Ноевом ковчеге.
- б) миф о Дельфийском оракуле.
- в) миф о Мосте Рамы.
- г) миф о Взрывном озере.

2. При лесном низовом пожаре дети и подростки допускают эту ошибку.

- а) бегут за помощью к взрослым.
- б) наблюдают за действиями взрослых, пока те тушат пожар.
- в) в панике убегают в неизвестном направлении.
- г) помогают взрослым засыпать разведенные костры землей.

3. Магнитные бури могут оказывать влияние на...

- а) демографические процессы
- б) стихийные бедствия
- в) политические процессы
- г) самочувствие человека.

4. Главным препятствием для проникновения к поверхности Земли губительного для живых организмов излучения Солнца является...

- а) магнитное поле Земли
- б) черные дыры
- в) облачность
- г) густая растительность.

5. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций предназначена для...

- а) предупреждения чрезвычайных ситуаций в военное время.
- б) ликвидации чрезвычайных ситуаций политического характера.
- в) предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
- г) ликвидации чрезвычайных ситуаций социального характера.

6. Практическое задание.

Прочитайте строки стихотворения. О каком стихийном бедствии пишет Пушкин? Какая ошибка была допущена людьми?

Рвалась к морю против бури,
 Не одолев их буйной дури...
 И спорить стало ей невмочь...
 Поутру над ее берегами
 Теснился кучами народ,
 Любуясь брызгами, горами
 И пеной разъяренных вод.
 Но силой ветров от залива
 Перегражденная Нева
 Обратно шла, гневна, бурлива
 И затопляла острова.
 Нева вздывалась и ревела,
 Котлом клокоча и клубясь,
 И вдруг, как зверь остервенясь,
 На город кинулась. Пред нею
 Все побежало; все вокруг
 Вдруг опустело - воды вдруг
 Втекли в подземные подвалы,
 К решеткам хлынули каналы,
 И всплыл Петрополь, как Тритон,
 По пояс в воду погружен.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

Код компетенции	УК-8
Формулировка компетенции	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
Индикатор достижения компетенции	ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности. ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

Время выполнения заданий: 30 минут

Выберите правильный ответ:

1. Нарушение концентрации внимания, негативно отражающееся на нормальности функционирования здорового организма, относится к _____ форме проявления стресса:

- а) к поведенческой;
- б) к эмоциональной;
- в) к интеллектуальной;
- г) к физиологической.

2. Головная боль, негативно отражающаяся на нормальности функционирования здорового организма относится к _____ форме проявления стресса:

- а) к поведенческой;
- б) к эмоциональной;
- в) к интеллектуальной;

г) к физиологической.

3. Снижение самооценки при психологическом стрессе, не позволяющее обеспечить условия нормального физического развития человеческого организма, относится к:

- а) изменению общего эмоционального фона;
- б) выраженным негативным эмоциональным реакциям;
- в) изменениям в характере;
- г) невротическим состояниям.

4. Показатель 57 баллов по методике Ч. Спилбергера относится к _____ уровню ситуативной тревожности

- а) к низкому;
- б) к среднему;
- в) к высокому;
- г) к сверхвысокому.

5. Не входит в состав триады поведения при структурном анализе стресса:

- а) мысли;
- б) действия;
- в) чувства;
- г) последствия.

Практическое задание:

Составьте памятку сотрудникам организации, страдающим от чрезмерного стресса на работе.

ТЕХНОГЕННЫЕ ОПАСНОСТИ И ЗАЩИТА ОТ НИХ

Код компетенции	УК-8
Формулировка компетенции	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
Индикатор достижения компетенции	ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности. ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

Время выполнения заданий: 30 минут.

1. Определите позитивную реакцию населения на близость ХОО.

- а) население находится в панике, постоянно ожидая аварии на объекте.
- б) население не информируют об угрозе, которую несет близость ХОО.
- в) население не верит в реальность угрозы, которую несет близость ХОО.
- г) население осознает опасность ХОО и готово к эвакуации.

2. При пожаре дети часто допускают эту ошибку.

- а) прячутся от пожара в угол, под стол, под кровать.
- б) заливают пожар водой.
- в) в панике выбегают из квартиры на улицу.
- г) помогают взрослым тушить пожар.

3. Техногенными источниками ионизирующих излучений не являются:

- а) предприятия ядерно-топливного цикла
- б) медицинская аппаратура
- в) земная радиация
- г) испытания ядерного оружия.

4. Определите, где располагаются ближайшие к Белгородской области атомные электростанции:

- а) в Воронежской области
- б) в Липецкой области
- в) в Орловской области
- г) в Тамбовской области.

5. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций предназначена для...

- а) предупреждения чрезвычайных ситуаций в военное время.
- б) ликвидации чрезвычайных ситуаций политического характера.
- в) предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
- г) ликвидации чрезвычайных ситуаций социального характера.

Практическое задание.

Прочитайте текст. Запишите все причины возникновения взрыва.

«Авария на шахте «Ульяновская» была скоротечной, а потому разрушительной — все произошло буквально в считанные секунды. На момент аварии в шахте находилось 203 человека, в том числе и прибывшие на инспекцию 20 руководителей шахты и один английский специалист.

В 14.19 местного времени в лаве 50-11-бис на глубине 250 метров комбайн вскрыл зону тектонического нарушения, в результате произошло обрушение кровли выработанного пространства, частичные обвалы на участке 11-бис и выброс метана. Установленная в шахте система газовой защиты не сработала, и в результате возникновения искры прогремел взрыв.

Шахта «Ульяновская» незадолго до аварии была оборудована современной системой газовой защиты Davis Derby, которая постоянно отслеживала концентрацию метана, и при появлении угрозы возгорания должна была отключать электричество. Однако по указанию руководства шахты в систему были внесены изменения, и показания загазованности были многократно занижены. Руководство шахты пошло на такой шаг ради выполнения завышенных планов и извлечения максимальной выгоды».

ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

Код компетенции	УК-8
Формулировка	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в

компетенции	профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
Индикатор достижения компетенции	ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности. ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

Время выполнения заданий: 30 минут

1. Как движутся загрязняющие вещества?
 - а) в разброс
 - б) к солнцу
 - в) по цепочке +
 - г) падают на пол

2. Что станет со здоровьем человека, если вокруг него всё завалено мусором и грязью?
 - а) здоровье ухудшится +
 - б) здоровье улучшится
 - в) ничего не произойдет
 - г) свой вариант

3. Защитой человека от вредных воздействий загрязнений окружающей среды является...
 - а) оперенность
 - б) респиратор
 - в) экологическая безопасность +
 - г) избранность

4. Какая дорога лучше для прогулки?
 - а) вдоль трассы с большим количеством машин
 - б) вдоль проезжей части с малым количеством зелени
 - в) дорога за городом вдоль водоёма и большим количеством зелени +
 - г) тропинка в городском парке

5. Что выделяет выхлопная труба машины?
 - а) ядовитый газ +
 - б) озон
 - в) кислород
 - г) газировку

Практическое задание. При обследовании класса, находящегося на первом этаже школы, было установлено, что световой коэффициент равен 1: 5, а величина КЕО на последней парте третьего ряда составляет 1,0%. Оцените условия естественного освещения в классе в целом и на рабочем месте?

БЕЗОПАСНЫЙ ОТДЫХ И ТУРИЗМ

Код компетенции	УК-8
Формулировка компетенции	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
Индикатор достижения компетенции	ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности. ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

Время выполнения задания 30 минут

1. Основная причина чрезвычайных ситуаций в походе:
 - а) неблагоприятные метеорологические условия;
 - б) недостаток снаряжения;
 - в) слабая дисциплина в группе.
 - г) сами туристы.

2. Дисциплина в походе - это;
 - а) беспрекословное подчинение руководителю группы, его заместителю, выполнение инструкций по походу;
 - б) делать только то, что нравится мне;
 - в) выполнять распоряжения моего друга - бывалого туриста;
 - г) все ответы верны.

3. За безопасность в походе в первую очередь отвечает:
 - а) руководитель похода;
 - б) родители;
 - в) милиция;
 - г) сами туристы.

4. Слабая дисциплина в группе может привести к:
 - а) чрезвычайной ситуации;
 - б) перемене погоды;
 - в) появлению диких животных;
 - г) самовольные действия в походе.

5. Подготовка к походу нужна для того, чтобы:
 - а) хорошо знать маршрут;
 - б) взять с собой необходимое количество продуктов;
 - в) одеться по сезону;
 - г) сделать поход безопасным и интересным.

Практическое задание. Ваш самолет потерпел аварию при крушении или посадке. Ваши действия по сохранению собственной жизни в подобной ситуации?

СОЦИАЛЬНЫЕ ОПАСНОСТИ, ПРОФИЛАКТИКА И ЗАЩИТА ОТ НИХ

Код компетенции	УК-8
Формулировка компетенции	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
Индикатор достижения компетенции	ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности. ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

Время выполнения заданий: 30 минут.

1. Практическое задание. Ситуационная задача.

Мужчина 40 лет работает вахтёром в общежитие. Страдает ожирением, при массе тела=120 кг его рост 165 см. Он очень любит покушать: тортики, конфеты, бутерброды с салом и ветчиной и так далее. Двигается мало. Живёт он на первом этаже, работает рядом с домом. После работы идёт в магазин, и весь день смотрит боевики по телевизору, лёжа на диване. И что-нибудь кушает и выпивает при этом.

1.Выявите факторы риска, вахтера.

2. Составьте памятку о ЗОЖ (здоровом образе жизни) для вахтера.

1. Социальными называются опасности:

- а) широко распространённые в обществе и угрожающие здоровью и жизни людей
- б) исходящие от определённых социальных личностей
- в) исходящие от определённых социальных групп людей
- г) виды опасностей, исторически сложившиеся в обществе.

2. Опасное время суток:

- а) поздний вечер
- б) ночь
- в) раннее утро
- г) все варианты ответов верны.

3. Экстремизм это:

- а) фашизм
- б) массовые беспорядки
- в) сложная и неоднородная форма выражения ненависти и вражды
- г) дискриминация отдельных групп населения.

4. С какого возраста наступает уголовная ответственность за преступления экстремистской направленности:

- а) с 14 лет
- б) с 16 лет
- в) с 18 лет
- г) с 21 года

5. В Российской Федерации административная ответственность предусматривается за следующие правонарушения экстремистского характера:

- а) пропаганда и публичное демонстрирование нацистской символики
- б) производство и распространение экстремистских материалов
- в) мелкое хулиганство
- г) все варианты ответов верны

Ключ к практическому заданию:

1. Факторы риска у вахтера:

- систематическое переедание;
- гиподинамия;
- злоупотребление алкоголем;
- ожирение.

2. Памятка о необходимости вести здоровый образ жизни.

Мужчина, не соблюдая рацион питания, мало двигаясь, каждый день наносит вред своему здоровью.

– Необходимо активно двигаться. На физические упражнения следует тратить не меньше 3,5 часов в неделю, то есть, 30 минут в день. Больше ходить, гулять в парке.

– Регулярная физическая нагрузка тренирует сердце. Признак здорового сердца и его экономной работы - невысокая частота пульса в состоянии покоя.

– Физические нагрузки должны соответствовать уровню тренированности организма.

– Купить шагомер и считать пройденные за день километры.

– Приобрести весы, контролировать свой вес.

– Питаться правильно. В рационе питания обязательно должны присутствовать овощи, фрукты, продукты из зерна грубого помола, нежирное мясо птицы, нежирная рыба.

– Количество красного мяса, жирной пищи, сладостей необходимо ограничить;

– Ограничить прием алкоголя.

– Ожирение - фактор риска сердечно-сосудистых заболеваний, увеличивается риск развития некоторых видов рака, заболеваний пищеварительной системы, органов дыхания и суставов, сахарного диабета 2 типа.

– Ожирение значительно ухудшает качество жизни. Многие пациенты с ожирением страдают от болей, ограничения подвижности.

– Посетить врача. Пройти обследование. Получить более подробные рекомендации по ЗОЖ.

Основной целью образа жизни должно быть: снижение массы тела, тем самым продление своей жизни и ее качества.

ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА

Код компетенции	УК-8
Формулировка компетенции	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
Индикатор достижения компетенции	ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности. ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

Время выполнения заданий: 30 минут

1. К индивидуальным средствам защиты относятся:

- а) убежища и противорадиационные укрытия
- б) противогазы
- в) респираторы
- г) верно б) и в)

2. Для изготовления защитных экранов, поглощающих гамма-излучение, используют следующие материалы:

- а) стекло
- б) вольфрам
- в) бетон
- г) свинец

3. В соответствии с действующими в Российской Федерации ГОСТами средства защиты по характеру их применения подразделяют на:

- а) средства коллективной защиты
- б) массовые средства защиты
- в) средства индивидуальной защиты
- г) верно а) и в

4. К коллективным средствам защиты относятся:

- а) убежища и противорадиационные укрытия
- б) противогазы
- в) респираторы
- г) средства защиты кожи

5. Наибольшую опасность радиоактивные вещества представляют:

- а) в первые часы после выпадения
- б) в первые сутки после выпадения
- в) в течение трех суток после выпадения
- г) в течение недели после выпадения

Практическое задание.

Вставьте вместо пропущенного слова один из вариантов ответа: санитарной, термической, химической.

Под _____ обработкой понимают удаление радиоактивных, химических и биологических веществ с кожного покрова людей, с их средств индивидуальной защиты, одежды и обуви.

ОСНОВЫ АВТОНОМНОГО ВЫЖИВАНИЯ

Код компетенции	УК-8
Формулировка компетенции	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных

	конфликтов
Индикатор достижения компетенции	ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности. ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

Время выполнения заданий: 30 минут

1. Тестовое задание.

1. Узел «булинь» применяется, для:

- а) связывания веревок разного диаметра;
- б) связывания веревок одинакового диаметра;
- в) закрепления веревки на опоре;
- г) организации гимнастической страховки.

2. Укажите время суток наиболее безопасное для организации переправы через горную реку вброд:

- а) с 6 до 7 часов утра;
- б) с 12 до 13 часов;
- в) с 16 до 17 часов;
- г) с 20 до 21 часа.

3. Укажите наиболее безопасный вид страховки при подъеме на крутой скально-осыпной склон протяженностью 40 метров для туристской группы в количестве 20 человек:

- а) гимнастическая;
- б) групповая;
- в) одновременная;
- г) нижняя.

4. Судно с двумя надувными поплавками, соединенными между собой рамой называется:

- а) катамаран;
- б) байдарка;
- в) каяк;
- г) каноэ.

5. Обозначьте препятствие водного туризма:

- а) завал;
- б) приток;
- в) лавина;
- г) устье

Практическое задание 1.

Во время прогулки по улице на вас напала собака. Ваши действия.

ФИЛОСОФИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

Код компетенции	УК-8
Формулировка компетенции	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов

Индикатор достижения компетенции	ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности. ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.
--	---

Время выполнения заданий: 30 минут

1. Если человек, оказавшийся в экстремальной ситуации, испытывает сильные эмоциональные реакции, то он:
 - а) нуждается в первой помощи;
 - б) нуждается в медицинской помощи;
 - в) не нуждается в помощи;
 - г) нуждается в психологической поддержке.

2. Реакция, признаками которой являются напряжение мышц (особенно лицевых), учащенное поверхностное дыхание, сниженный контроль собственного поведения, сильное волнение и беспокойство, связанное с конкретной ситуацией:
 - а) плач;
 - б) агрессивная реакция;
 - в) страх;
 - г) истероидная реакция;

3. Реакция, признаками которой являются чрезмерное возбуждение, множество движений, театральные позы, эмоционально насыщенная, быстрая речь, крики, рыдания:
 - а) агрессивная реакция;
 - б) страх;
 - в) истероидная реакция;
 - г) тревога.

4. Искусство от других форм духовной деятельности отличает...
 - а) объяснение фактов вмешательством сверхъестественных сил;
 - б) решение фундаментальных проблем бытия;
 - в) обеспечение развития отдельных отраслей производства;
 - г) образное восприятие окружающего мира.

5. В чем состоит гуманистическая функция философии?
 - а) знакомит человека с высшими достижениями мировой интеллектуальной культуры.
 - б) подвергает критике устаревшие взгляды, нормы, учения.
 - в) рассматривает мир через призму человека и его целей, обосновывает его самооценку, его права и свободы.
 - г) служит теоретическим основанием мировоззрения.

Практическое задание 1.

В гараже обнаружили пострадавшего с признаками отравления выхлопными газами. Ваши действия.

Ключ к практическому заданию

Правильный вариант ответа	
Практическое задание	Алгоритм - вынести пострадавшего на свежий воздух,

	<ul style="list-style-type: none"> - расстегнуть стесняющую одежду на шее, груди и животе, - дать понюхать нашатырный спирт, - положить холодный компресс на голову, - при отсутствии дыхания - провести искусственную вентиляцию легких, - при отсутствии пульса - массаж сердца.
--	---

ЛЕЧЕБНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И МАССАЖ

Код компетенции	УК-8
Формулировка компетенции	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
Индикатор достижения компетенции	ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности. ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

Время выполнения заданий: 30 минут

1. Какой метод лечения **не** используется при травмах опорно-двигательного аппарата?

- а) фиксация и вытяжение
- б) операция
- в) интенсивной нагрузки
- г) массаж

2. Перегревание тела человека сопровождается

- а) усиленным потоотделением и значительной потерей воды и солей
- б) незначительным потоотделением и значительной потерей воды и солей
- в) усиленным потоотделением и незначительной потерей воды и солей
- г) слабым потоотделением и затрудненным кровообращением

3. Схема действий при поражении человека электрическим током:

- а) отключить источник электропитания, приподнять ноги и приложить холод к голове;
- б) отключить источник электропитания и сразу начать реанимацию
- в) отключить источник электропитания, при отсутствии пульса и дыхания начать реанимацию, приподнять ноги и приложить холод к голове, вызвать скорую помощь
- г) после обесточивания положить пострадавшего на живот и не прикасаться к нему до прибытия скорой помощи

4. Схема действий при отравлении алкоголем:

- а) вынести пострадавшего на свежий воздух и сразу начать реанимацию
- б) вызвать скорую помощь
- в) повернуть больного на бок, промыть желудок, поднести к носу ватку с нашатырным спиртом, положить на голову холод, вызвать скорую помощь
- г) промыть желудок

5. Показанием для лечебной физкультуры является:

- а) врожденная мышечная кривошея;
- б) гангрена;
- в) высокая лихорадка;
- г) кровотечение.

Практическое задание 1.

Задание. В гараже обнаружили пострадавшего с признаками отравления выхлопными газами.

Ваши действия.

ОСНОВЫ РЕАБИЛИТАЦИОННЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ

Код компетенции	УК-8
Формулировка компетенции	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
Индикатор достижения компетенции	ИУК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности. ИУК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.

Время выполнения заданий: 30 минут

1. К основным требованиям по применению лекарственных соединений не относятся

- а) низкая токсичность и полная безвредность
- б) удобная лекарственная форма
- в) низкая цена
- г) отсутствие побочного действия

2. Перегревание тела человека сопровождается

- а) усиленным потоотделением и значительной потерей воды и солей
- б) незначительным потоотделением и значительной потерей воды и солей
- в) усиленным потоотделением и незначительной потерей воды и солей
- г) слабым потоотделением и затрудненным кровообращением

3. На спортивную работоспособность не влияют:

- а) состояние спортивных сооружений
- б) состояние спортивной одежды
- в) климатические и погодные условия
- г) количество членов семьи

4. К медико-биологическим средствам восстановления не относятся:

- а) сбалансированное питание
- б) фармакологические препараты (кроме запрещенных)
- в) витамины

г) операция

5. Первая помощь пострадавшему при отравлении выхлопными газами

а) положить пострадавшего на правый бок, дать понюхать нашатырный спирт, дать обильное питье, при необходимости начать искусственную вентиляцию легких и непрямой массаж сердца

б) вынести пострадавшего на свежий воздух, расстегнуть стесняющую одежду на шее, груди и животе, дать понюхать нашатырный спирт, положить холодный компресс на голову; при отсутствии дыхания - провести искусственную вентиляцию легких, при отсутствии пульса - массаж сердца

в) положить пострадавшего на спину, расстегнуть стесняющую одежду на шее и груди, дать горячее питье, дать сердечные средства

г) вызвать «скорую» и наблюдать за пострадавшим до приезда врача

Практическое задание.

При заболеваниях, в острый период, таких как инсульт, миома матки, гнойный плеврит, кровотечения из желудочно-кишечного тракта определи зоны противопоказанные для проведения массажа.

Критерии оценивания:

Каждый индикатор достижения компетенции оценивается в 10 баллов:

- Тестовое задание оценивается в 10 баллов (ответ на вопрос теста стоит 0 или 2 балла);

Критерии оценивания:

Каждый индикатор достижения компетенции оценивается в 10 баллов:

- Тестовое задание оценивается в 10 баллов (ответ на вопрос теста стоит 0 или 2 балла);
- Задания на соответствие оцениваются в 10 баллов (каждое оценивается 0-5 баллов)
 - 5 баллов – полностью правильно найденные соответствия;
 - 4 балла – три правильных соответствия;
 - 3 балла – два правильных соответствия;
 - 2 балла – одно правильно соответствие;
 - 1 балл – отсутствие правильных соответствий;
 - 0 баллов – не приступал к выполнению задания;
- Каждое практическое задание оценивается в 10 баллов:
 - 10 баллов - студент правильно выполнил предложенные задания на основе изученной теории, методов, приемов, технологий;
 - 8 баллов - студент способен применять полученные теоретические знания в практической деятельности, решать типичные задачи на основе воспроизведения стандартных алгоритмов, при выполнении заданий допускает незначительные ошибки;
 - 6 баллов - при выполнении задания допущены грубые ошибки;
 - 0 баллов - студент не выполнил задание.

Оценка зависит от процента выполнения всех заданий.

Максимальный балл по каждой компетенции определяется как сумма баллов заданий поститогового контроля, предложенных для выполнения обучающемуся, умноженная на 10. Итоговый балл каждого обучающегося определяется как сумма набранных баллов по заданиям, предложенным обучающемуся. Процент выполнения заданий каждым обучающимся определяется как соотношение итогового балла и максимального балла, умноженное на 100. Результат, полученный каждым обучающимся, соотносится с

таблицей «Шкала оценивания сформированности компетенции(ий) и индикатора(ов) достижения компетенции(ий)».

Шкала оценивания сформированности компетенции(ий) и индикатора(ов) достижения компетенции(ий)

Уровни освоения индикатора (ов) достижений компетенций	Основные признаки выделения уровня	Академическая оценка	% выполнения всех заданий
Повышенный (высокий)	Включает нижестоящий уровень. Умение самостоятельно принимать решение, решать проблему/задачу теоретического или прикладного характера на основе изученных методов, приемов, технологий.	Отлично	90-100
Базовый	Включает нижестоящий уровень. Способность собирать, систематизировать, анализировать и грамотно использовать информацию из самостоятельно найденных теоретических источников и иллюстрировать ими теоретические положения или обосновывать практику применения	Хорошо	70-89
Удовлетворительный	Изложение в пределах задач курса теоретического и практического контролируемого материала	Удовлетворительно	50-69
Недостаточный	Отсутствие признаков удовлетворительного уровня	Неудовлетворительно	менее 50

Считать, что положительные результаты поститогового контроля свидетельствуют об успешном процессе формирования компетенции(ий) и индикатора(ов) достижения компетенции(ий) (этапа формирования компетенции). Если обучающийся получил оценку «неудовлетворительно», то считать компетенцию не сформированной на данном этапе. При получении оценок «удовлетворительно», «хорошо» или «отлично» считать, что проверяемая компетенция сформирована на достаточном уровне.