Приложение 2.13.1 к ОПОП по специальности
09.02.11 Разработка и управление программным обеспечением

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»

Многопрофильный колледж

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУП. 13 Основы безопасности и защиты Родины

для обучающихся специальности
09.02.11 Разработка и управление программным обеспечением

ОГЛАВЛЕНИЕ

1 ВВЕДЕНИЕ 3
2 МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ 8
Практическое занятие №1 8
Практическое занятие №2 9
Практическое занятие №3 10
Практическое занятие № 4 11
Практическое занятие № 5 13
Практическое занятие № 6 14
Практическое занятие № 7 16
Практическое занятие № 8 17
Практическое занятие № 9 18
Практическое занятие №10 20
Практическое занятие №11 21
Практическое занятие №12 22
Практическое занятие №13 25
Практическое занятие №14 30
Практическое занятие №15 31
Практическое занятие № 16. 33
Практическое занятие №17 42
Практическое занятие № 18 47
Практическое занятие № 19 52
Практическое занятие № 20 58
Практическое занятие № 21 64
Практическое занятие № 22 71

1 ВВЕДЕНИЕ

Важную часть теоретической и профессиональной практической подготовки обучающихся составляют практические занятия.

Состав и содержание практических занятий направлены на реализацию Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования с учетом получаемой специальности.

Ведущей дидактической целью практических занятий является формирование профессиональных практических умений (умений выполнять определенные действия, операции, необходимые в последующем в профессиональной деятельности) или учебных практических умений, необходимых в последующей учебной деятельности.

В соответствии с рабочей программой учебной дисциплины «Основы безопасности и защиты Родины» предусмотрено проведение практических занятий.

Выполнение практических работ обеспечивает достижение обучающимися следующих **результатов:**

ПРб1_ОУП.13 знание основ законодательства Российской Федерации, обеспечивающих национальную безопасность и защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о государственной политике в области обеспечения государственной и общественной безопасности, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера;

ПРб2_ОУП.13 знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знание о действиях по сигналам гражданской обороны;

ПРб3_ОУП.13 сформированность представлений о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении защиты государства; формирование представления о военной службе;

ПРб4_ОУП.13 сформированность знаний об элементах начальной военной подготовки; овладение знаниями требований безопасности при обращении со стрелковым оружием; сформированность представлений о боевых свойствах и поражающем действии оружия массового поражения, а также способах защиты от него;

ПРб5_ОУП.13 сформированность представлений о современном общевойсковом бое; понимание о возможностях применения современных достижений научно-технического прогресса в условиях современного боя;

ПРб6_ОУП.13 сформированность представлений о применении беспилотных летательных аппаратов и морских беспилотных аппаратов; понимание о возможностях применения современных достижений научно-технического прогресса в условиях современного боя;

ПРб7_ОУП.13 сформированность необходимого уровня военных знаний как фактора построения профессиональной траектории, в том числе и образовательных организаций осуществляющих подготовку кадров в интересах обороны и безопасности государства, обеспечении законности и правопорядка;

ПРб8_ОУП.13 сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;

ПРб9_ОУП.13 сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных ситуаций; знание порядка действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;

ПРб10_ОУП.13 сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте. Знание правил

безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике, знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;
ПРб11_ОУП.13 знания о способах безопасного поведения в природной среде; умение применять их на практике; знания порядка действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;
ПРб12_ОУП.13 знания основ пожарной безопасности; умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знания порядка действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знания прав и обязанностей граждан в области пожарной безопасности;
ПРб13_ОУП.13 владение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях, инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального и военного характера; умение применять табельные и подручные средства для само- и взаимопомощи;
ПРб14_ОУП.13 знание основ безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминогенного характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;
ПРб15_ОУП.13 сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; знания о способах безопасного поведения в цифровой среде; умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминогенного характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;
ПРб16_ОУП.13 сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства деструктивной идеологии в том числе экстремизма, терроризма; понимание роли государства в противодействии терроризму; умения различать приемы вовлечения в деструктивные сообщества, экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знания порядка действий при объявлении разного уровня террористической опасности и действий при угрозе или в случае террористического акта, проведении контртеррористической операции.
ЛР1. сформированность гражданской позиции обучающегося как активного и ответственного члена российского общества;
ЛР2. осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка;
ЛР4. готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;
ЛР5. готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в общеобразовательной организации и детско-юношеских организациях;
ЛР6. умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением.
патриотического воспитания:
ЛР8. сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России;
ЛР9. ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях и труде;
ЛР10. идейная убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу.
ЛР11. осознание духовных ценностей российского народа;
ЛР13. способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности;

ЛР14. осознание личного вклада в построение устойчивого будущего;
ЛР15. ответственное отношение к своим родителям и (или) другим членам семьи, созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни в соответствии с традициями народов России;
ЛР16. эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, труда и общественных отношений.
ЛР20. сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;
ЛР21. потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
ЛР22. активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;
ЛР23. готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие;
ЛР24. готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;
ЛР25. интерес к различным сферам профессиональной деятельности, умение совершать осознанный выбор будущей профессии и реализовывать собственные жизненные планы.
ЛР26. готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни.
ЛР27. сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознание глобального характера экологических проблем;
ЛР28. планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества;
ЛР29. активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;
ЛР31. расширение опыта деятельности экологической направленности.
ЛР32. сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, способствующего осознанию своего места в поликультурном мире.
МР1. самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне;
МР2. устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения;
МР3. определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;
МР5. вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;
МР6. развивать креативное мышление при решении жизненных проблем.
МР9. овладение видами деятельности по получению нового знания, его интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных ситуациях, в том числе при создании учебных и социальных проектов;
МР10. формирование научного типа мышления, владение научной терминологией, ключевыми понятиями и методами.
МР11. ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
МР13. анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях;
МР15. разрабатывать план решения проблемы с учетом анализа имеющихся материальных и нематериальных ресурсов;
МР17. уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;
МР18. уметь интегрировать знания из разных предметных областей;
МР19. выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения.

МР21. владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления;
МР22. создавать тексты в различных форматах с учетом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации;
МР23. оценивать достоверность, легитимность информации, ее соответствие правовым и морально-этическим нормам;
МР24. использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
МР25. владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности.
МР26. осуществлять коммуникации во всех сферах жизни;
МР27. распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты;
МР28. владеть различными способами общения и взаимодействия;
МР29. аргументированно вести диалог, уметь смягчать конфликтные ситуации;
МР30. развернуто и логично излагать свою точку зрения с использованием языковых средств
МР31. понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;
МР32. выбирать тематику и методы совместных действий с учетом общих интересов и возможностей каждого члена коллектива;
МР33. принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы;
МР34. оценивать качество своего вклада и каждого участника команды в общий результат по разработанным критериям;
МР35. предлагать новые проекты, оценивать идеи с позиции новизны, оригинальности, практической значимости.
МР37. осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным.
МР38. самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
МР39. самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;
МР40. давать оценку новым ситуациям;
МР41. расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений;
МР42. делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;
МР43. оценивать приобретенный опыт;
МР44. способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень;
МР46. владеть навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований;
МР47. использовать приемы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения.
МР54. принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства;
МР55. принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности;
МР56. признавать свое право и право других людей на ошибки.

Содержание практических и лабораторных занятий ориентировано на подготовку обучающихся к освоению профессионального модуля программы подготовки специалистов среднего звена по специальности и овладению ***профессиональными компетенциями:***

ПК 1.5 Защищать информацию в базе данных с использованием технологии защиты информации

А также формированию общих компетенций:

ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам

ОК 02 Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03 Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях

ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде

ОК 05 Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста

ОК 06 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения

ОК 07 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности

ОК 09 Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

Выполнение обучающихся практических и/или лабораторных работ по учебной дисциплине «Основы безопасности и защиты Родины» направлено на:

- обобщение, систематизацию, углубление, закрепление, развитие и детализацию полученных теоретических знаний по конкретным темам учебной дисциплины;
- формирование умений применять полученные знания на практике, реализацию единства интеллектуальной и практической деятельности;
- формирование и развитие умений: наблюдать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, делать выводы и обобщения, самостоятельно вести исследования, пользоваться различными приемами измерений, оформлять результаты в виде таблиц, схем, графиков;
- развитие интеллектуальных умений у будущих специалистов: аналитических, проектировочных, конструктивных и др.;
- выработку при решении поставленных задач профессионально значимых качеств, таких как самостоятельность, ответственность, точность, творческая инициатива.

Практические занятия проводятся в рамках соответствующей темы, после освоения дидактических единиц, которые обеспечивают наличие знаний, необходимых для ее выполнения.

2 МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

Тема 2.1. Строевые приемы и движение без оружия

Практическое занятие №1
Строевая подготовка

Цель: овладение знаниями о строевой подготовке

Выполнение работы способствует формированию: ПРб3_ОУП.13, ПРб4_ОУП.13, ПРб5_ОУП.13, ПРб6_ОУП.13

Материальное обеспечение: Основы безопасности жизнедеятельности : 10-й класс : учебник / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льняная, М. В. Маслов. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 383 с. — ISBN 978-5-09-120222-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/472979 (дата обращения: 25.03.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Задание: Отработать строевые приемы

Порядок выполнения работы:

1. Ознакомьтесь с краткими теоретическими сведениями (ОИ1 стр. 222-229).
2. Ответьте письменно на вопросы:

Что такое строевая подготовка и какую роль она играет в армии?

Какой документ регламентирует строевую подготовку военнослужащих?

Какие виды военного строя существуют? Охарактеризуйте их.

Кто отдает команды, регулирующие строй военнослужащих?

Опишите походный и развернутый строй.

В каком случае отдается воинское приветствие?

3. Выполните практикум:

Разделившись на группы, попробуйте воспроизвести воинское приветствие, строевой и походный шаг.

4. Представьте выполненную работу в виде ответов на вопросы и отработанных строевых приемов.

Форма представления результата: ответы на вопросы, строевые приемы.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий используемых в работе, смог ответить на все уточняющие и дополнительные вопросы. Студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, определяет взаимосвязи между показателями задачи, даёт правильный алгоритм решения, определяет междисциплинарные связи по условию задания.

Оценка «хорошо» выставляется, если студент показал знание учебного материала, усвоил основную литературу, смог ответить почти полно на все заданные дополнительные и уточняющие вопросы. Студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, допуская незначительные неточности при решении задач, имея неполное понимание междисциплинарных связей при правильном выборе алгоритма решения задания.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, ответил не на все уточняющие и дополнительные вопросы. Студент затрудняется с правильной оценкой предложенной задачи, даёт неполный ответ, требующий наводящих вопросов преподавателя, выбор алгоритма решения задачи возможен при наводящих вопросах преподавателя.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, который полностью не

раскрыл содержание вопросов, не смог ответить на уточняющие и дополнительные вопросы. Студент даёт неверную оценку ситуации, неправильно выбирает алгоритм действий.

Тема 2.2. Основные виды тактических действий войск

Практическое занятие №2
Тактическая подготовка

Цель: сформированность представлений о современном общевойсковом бое.

Выполнение работы способствует формированию: ПРб3_ОУП.13, ПРб4_ОУП.13, ПРб5_ОУП.13, ПРб6_ОУП.13,

Материальное обеспечение: Основы безопасности жизнедеятельности : 10-й класс : учебник / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льняная, М. В. Маслов. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 383 с. — ISBN 978-5-09-120222-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/472979 (дата обращения: 25.03.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Задание: Отработать тактическую подготовку

Порядок выполнения работы:

1. Ознакомьтесь с краткими теоретическими сведениями (ОИ1 стр. 240-245).
2. Ответьте письменно на вопросы:
   Что такое мотострелковое отделение?
   Что входит в понятие «инженерное оборудование позиции солдата»?
   Для чего устраивают одиночные окопы?
   Опишите способы передвижения в бою.
3. Выполните практикум:
   Схематично изобразите окоп, указав его размеры.
   Разработайте инструкцию, как отрыть одиночный окоп.
4. Представьте выполненную работу в виде ответов на вопросы, схемы, инструкции.

Форма представления результата: ответы на вопросы, схемы, инструкция.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий используемых в работе, смог ответить на все уточняющие и дополнительные вопросы. Студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, определяет взаимосвязи между показателями задачи, даёт правильный алгоритм решения, определяет междисциплинарные связи по условию задания.

Оценка «хорошо» выставляется, если студент показал знание учебного материала, усвоил основную литературу, смог ответить почти полно на все заданные дополнительные и уточняющие вопросы. Студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, допуская незначительные неточности при решении задач, имея неполное понимание междисциплинарных связей при правильном выборе алгоритма решения задания.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, ответил не на все уточняющие и дополнительные вопросы. Студент затрудняется с правильной оценкой предложенной задачи, даёт неполный ответ, требующий наводящих вопросов преподавателя, выбор алгоритма решения задачи возможен при наводящих вопросах преподавателя.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, который полностью не раскрыл содержание вопросов, не смог ответить на уточняющие и дополнительные вопросы. Студент даёт неверную оценку ситуации, неправильно выбирает алгоритм действий.

Тема 2.3. Виды, назначение и тактико-технические характеристики современного стрелкового оружия

Практическое занятие №3
Огневая подготовка

Цель: сформированность знаний об элементах начальной военной подготовки; овладение знаниями требований безопасности при обращении со стрелковым оружием.

Выполнение работы способствует формированию: ПРб3_ОУП.13, ПРб4_ОУП.13, ПРб5_ОУП.13, ПРб6_ОУП.13

Материальное обеспечение: Основы безопасности жизнедеятельности : 10-й класс : учебник / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льняная, М. В. Маслов. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 383 с. — ISBN 978-5-09-120222-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/472979 (дата обращения: 25.03.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Задание: Отработать огневую подготовку

Порядок выполнения работы:

1. Ознакомьтесь с краткими теоретическими сведениями (ОИ1 стр. 229-240).
2. Ответьте письменно на вопросы:

Какое оружие считается основным для пехотинца?

В чем преимущества автомата Калашникова по сравнению с другими видами вооружения пехотинца?

Опишите характеристики автомата Калашникова, используя учебник.

Опишите боевые свойства гранаты РГД.

3. Выполните практикум:

Подготовьте краткий справочник, ориентируясь на приведенные ниже вопросы

1) как производится зарядка АК-74?
2) Как осуществляется стрельба из положения лежа и стоя?
3) В каких случаях используется граната РГД?

4. Представьте выполненную работу в виде ответов на вопросы, схемы, инструкции.

Форма представления результата: ответы на вопросы, краткий справочник.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий используемых в работе, смог ответить на все уточняющие и дополнительные вопросы. Студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, определяет взаимосвязи между показателями задачи, даёт правильный алгоритм решения, определяет междисциплинарные связи по условию задания.

Оценка «хорошо» выставляется, если студент показал знание учебного материала, усвоил основную литературу, смог ответить почти полно на все заданные дополнительные и уточняющие вопросы. Студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, допуская незначительные неточности при решении задач, имея неполное понимание междисциплинарных связей при правильном выборе алгоритма решения задания.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, ответил не на все уточняющие и дополнительные вопросы. Студент затрудняется с правильной оценкой предложенной задачи, даёт неполный ответ, требующий наводящих вопросов преподавателя, выбор алгоритма решения задачи возможен при наводящих вопросах преподавателя.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, который полностью не

раскрыл содержание вопросов, не смог ответить на уточняющие и дополнительные вопросы. Студент даёт неверную оценку ситуации, неправильно выбирает алгоритм действий.

Тема 2.7 Оружие массового поражения

Практическое занятие № 4
Радиационная, химическая, биологическая защита

Цель: сформированность представлений о боевых свойствах и поражающем действии оружия массового поражения, а также способах защиты от него

Выполнение работы способствует формированию: ПРб3_ОУП.13, ПРб4_ОУП.13, ПРб5_ОУП.13, ПРб6_ОУП.13, ПРб12_ОУП.13

Материальное обеспечение: Основы безопасности жизнедеятельности : 10-й класс : учебник / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льняная, М. В. Маслов. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 383 с. — ISBN 978-5-09-120222-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/472979 (дата обращения: 25.03.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Задание: Отработать радиационную, химическую, биологическую защиту.

Порядок выполнения работы:

1. Ознакомьтесь с краткими теоретическими сведениями (ОИ1 стр. 246-247).
2. Составьте структурно логическую схему видов СИЗ.
3. Опишите состав и назначение АИ-3-1ВС и ИПП-11
4. Выполнить практикум:

   1) Подобрать лицевую часть противогаза ГП-7 под свои антропометрические параметры лица, запишите свой размер противогаза.

   Сумма измерений головы:……. см

   Рост лицевой части:……..

   Положение упоров лямок для ГП-7:……..

Подбор противогаза по размеру

Для противогазов ГП-7, ГП-7В, ГП-7МВ

Рост лицевой части		1		2		3		
Положение упоров лямок	ГП-7 ГП-7В	7-8-8	3-7-8	3-7-8	3-6-7	3-6-7	3-5-6	3-4-5
	ГП-7МВ	4-8-6	3-7-6	3-7-6	3-6-5	3-6-5	3-5-4	3-4-3
Сумма измерений головы, см		118,5	119-121	121,5-123,5	124-126	126,5-128,5	129-131	131 и более

Подбор шлем-маски осуществляется по результатам измерений вертикального обхвата головы по замкнутой линии, проходящей через подбородок, щеки и макушку и горизонтального обхвата головы по замкнутой линии, проходящей выше надбровных дуг и ушей на 1,5-2 см и макушку;

-сложить оба обмера, по сумме измерений и данным таблицы подобрать

Первым указан номер лобной лямки, вторым – височных, третьим - щечных

Рисунок 1 – Подбор противогаза по размеру

2) Зарисовать и подписать все части ГП-7.

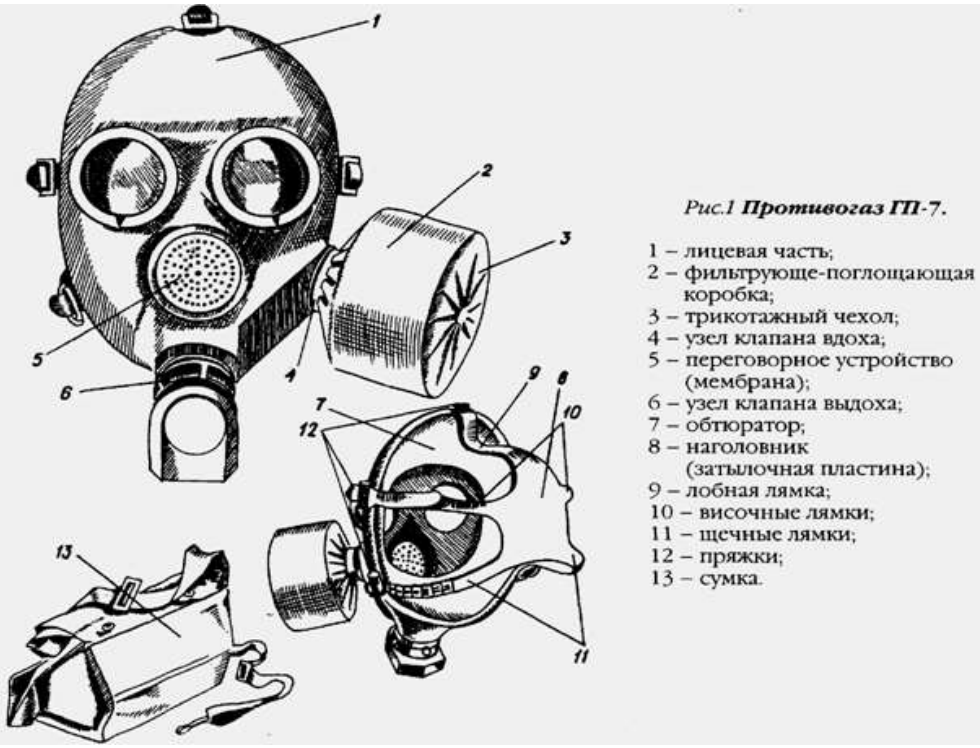

Рисунок 2- Противогаз ГП-7

3) Изучить и записать инструкцию по надеванию противогаза.

«Походное» положения противогаза:

Верх сумки на уровне талии, клапан застегнут.

В положении «наготове» противогаз переводят в готовность по команде: «Противогазы готовы!», сумка передвигается вперед, клапан отстегивается.

В «боевом» положении надевается лицевая часть, по команде «Газы!»

При переводе противогаза в «боевом» положение необходимо:

задержать дыхание и закрыть глаза;

снять головной убор;

вынуть шлем – маску из сумки, взять ее обеими руками за утолщенные края у нижней части так, чтобы большие пальцы рук были с наружной стороны, а остальные внутри;

подвести шлем-маску к подбородку и резким движением рук вверх и назад натянуть ее на голову так, чтобы не было вверху складок;

сделать полный выдох, открыть глаза и возобновить дыхание;

надеть головной убор,

застегнуть сумку и закрепить ее на туловище.

Противогаз считается надетым правильно, если стекла очков лицевой части находятся против глаз, шлем-маска плотно прилегает к лицу. Необходимость сделать сильный выдох перед открытием глаз и возобновлением дыхания после надевания противогаза объясняется тем, что надо удалить из-под маски зараженный воздух, если он туда попал в момент надевания.

При надетом противогазе следует дышать глубоко и равномерно.

Если нужно бежать – темпы увеличивают постепенно. Противогаз снимается по команде «Противогаз снять!». Для этого надо приподнять головной убор, взять другой рукой за клапанную коробку, слегка оттянуть шлем-маску вниз и движением вперед и

вверх снять ее, надеть головной убор, вывернуть шлем-маску, тщательно протереть ее и уложить в сумку.

По армейским нормативам требуется 7 секунд на надевание противогаза.

5. Представьте выполненную работу в виде схемы, рисунка, алгоритма.

Форма представления результата: схема, рисунок, алгоритм.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий используемых в работе, смог ответить на все уточняющие и дополнительные вопросы. Студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, определяет взаимосвязи между показателями задачи, даёт правильный алгоритм решения, определяет междисциплинарные связи по условию задания.

Оценка «хорошо» выставляется, если студент показал знание учебного материала, усвоил основную литературу, смог ответить почти полно на все заданные дополнительные и уточняющие вопросы. Студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, допуская незначительные неточности при решении задач, имея неполное понимание междисциплинарных связей при правильном выборе алгоритма решения задания.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, ответил не на все уточняющие и дополнительные вопросы. Студент затрудняется с правильной оценкой предложенной задачи, даёт неполный ответ, требующий наводящих вопросов преподавателя, выбор алгоритма решения задачи возможен при наводящих вопросах преподавателя.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, который полностью не раскрыл содержание вопросов, не смог ответить на уточняющие и дополнительные вопросы. Студент даёт неверную оценку ситуации, неправильно выбирает алгоритм действий.

Тема 2.8 Первая помощь на поле боя

Практическое занятие № 5
Тактическая медицина

Цель: Закрепление полученных знаний в оказании первой доврачебной помощи на поле боя, умение применять табельные и подручные средства для само- и взаимопомощи.

Выполнение работы способствует формированию: ПРб3_ОУП.13, ПРб4_ОУП.13, ПРб5_ОУП.13, ПРб6_ОУП.13, ПРб13_ОУП.13, ПРб13_ОУП.13

Материальное обеспечение: аптечка индивидуальная; комплект шин транспортных лестничных; носилки бескаркасные с чехлом; сумка санитарная (укладка по пр 61н); жгуты-турникеты.

Основы безопасности жизнедеятельности : 10-й класс : учебник / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льняная, М. В. Маслов. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 383 с. — ISBN 978-5-09-120222-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/472979 (дата обращения: 25.03.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Задание: Отработать технику наложения жгута.

Порядок выполнения работы:

1. Ознакомьтесь с краткими теоретическими сведениями (ОИ1 стр. 247-251).
2. Ответьте письменно на вопросы:
   Кто оказывает первую помощь на поле боя?
   Какие медицинские мероприятия можно осуществить на поле боя?
   Какими способами можно остановить кровотечение?
   Какие способы переноски раненых вы знаете?
3. Выполните практикум:
   1) Разделившись на группы, попробуйте на носилках перенести «пострадавшего».

2) Разбившись на пары, продемонстрируйте технику наложения жгута – турникета при повреждении бедренной артерии и наложение закрутки при повреждении плечевой артерии.
3) Разбившись на пары, продемонстрируйте технику наложения шины при переломе лучевой кости.

4. Представьте выполненную работу в виде ответов на вопросы и отработанных практических навыков.

Форма представления результата: ответы на вопросы, приемы оказания первой помощи на поле боя.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий используемых в работе, смог ответить на все уточняющие и дополнительные вопросы. Студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, определяет взаимосвязи между показателями задачи, даёт правильный алгоритм решения, определяет междисциплинарные связи по условию задания.

Оценка «хорошо» выставляется, если студент показал знание учебного материала, усвоил основную литературу, смог ответить почти полно на все заданные дополнительные и уточняющие вопросы. Студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, допуская незначительные неточности при решении задач, имея неполное понимание междисциплинарных связей при правильном выборе алгоритма решения задания.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, ответил не на все уточняющие и дополнительные вопросы. Студент затрудняется с правильной оценкой предложенной задачи, даёт неполный ответ, требующий наводящих вопросов преподавателя, выбор алгоритма решения задачи возможен при наводящих вопросах преподавателя.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, который полностью не раскрыл содержание вопросов, не смог ответить на уточняющие и дополнительные вопросы. Студент даёт неверную оценку ситуации, неправильно выбирает алгоритм действий.

Тема 4.1 Источники опасности в быту. Профилактика и первая помощь при отравлениях в быту и на производстве.

Практическое занятие № 6
Первая помощь при отравлениях в быту и на производстве.

Цель: овладение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях

Выполнение работы способствует формированию: ПРб9_ОУП.13, ПРб1_ОУП.13, ПРб13_ОУП.13

Материальное обеспечение: Основы безопасности жизнедеятельности : 10-й класс : учебник / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льняная, М. В. Маслов. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 383 с. — ISBN 978-5-09-120222-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/472979 (дата обращения: 25.03.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Задание: Изучить первую помощь при отравлениях

Порядок выполнения работы:

1. Ознакомьтесь с краткими теоретическими сведениями (ОИ2 стр. 172-173, 176-177).
2. Заполните таблицу «Первая помощь при отравлении», используя ОИ2.

Таблица «Первая помощь при отравлении»

Отравляющее вещество	Симптомы	Первая помощь

3. Решите ситуационные задачи (определить вид отравления, описать последовательность оказания первой помощи):

1) Работники цеха в помещении с отсутствием вентиляции при выполнении работ без средств индивидуальной защиты почувствовали головную боль, головокружение, тошноту, слабость, один работник потерял сознание.
2) Семья из трех человек на ужин ели жареную картошку с грибами, которые сами собирали днем в лесу. Через 6 часов у всех членов семьи появились рези и боли в животе, тошнота, рвота, головная боль.
3) Мальчик 5 лет случайно сделал три глотка 70% уксусной кислоты. У него сильный ожог слизистой рта и боли в пищеводе и желудке.

4. Представьте выполненную работу в виде заполненной таблицы и решенных ситуационных задач.

Форма представления результата: заполненная таблица и решенные ситуационные задачи.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий используемых в работе, смог ответить на все уточняющие и дополнительные вопросы. Студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, определяет взаимосвязи между показателями задачи, даёт правильный алгоритм решения, определяет междисциплинарные связи по условию задания.

Оценка «хорошо» выставляется, если студент показал знание учебного материала, усвоил основную литературу, смог ответить почти полно на все заданные дополнительные и уточняющие вопросы. Студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, допуская незначительные неточности при решении задач, имея неполное понимание междисциплинарных связей при правильном выборе алгоритма решения задания.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, ответил не на все уточняющие и дополнительные вопросы. Студент затрудняется с правильной оценкой предложенной задачи, даёт неполный ответ, требующий наводящих вопросов преподавателя, выбор алгоритма решения задачи возможен при наводящих вопросах преподавателя.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, который полностью не раскрыл содержание вопросов, не смог ответить на уточняющие и дополнительные вопросы. Студент даёт неверную оценку ситуации, неправильно выбирает алгоритм действий.

Тема 4.2 Безопасность в быту и на производстве. Предупреждение травм и первая помощь при них.

Практическое занятие № 7
Первая помощь при травмах в быту и на производстве.

Цель: овладение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях

Выполнение работы способствует формированию: ПРб9_ОУП.13, ПРб1_ОУП.13, ПРб13_ОУП.13

Материальное обеспечение: аптечка индивидуальная; комплект шин транспортных лестничных; носилки бескаркасные с чехлом; сумка санитарная (укладка по пр 61н).

Основы безопасности жизнедеятельности : 10-й класс : учебник / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льняная, М. В. Маслов. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 383 с. — ISBN 978-5-09-120222-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/472979 (дата обращения: 25.03.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Задание: Отработать приемы оказания первой помощи при травмах

Порядок выполнения работы:

1. Ознакомьтесь с краткими теоретическими сведениями (ОИ2 стр. 163-166).
2. Заполните таблицу «Первая помощь при травмах», используя ОИ2.

Таблица «Первая помощь при травмах»

Вид травмы	Симптомы	Первая помощь

3. Решите ситуационные задачи (определить вид травмы, описать последовательность оказания первой помощи):

1) Работник предприятия, работая на стремянке, не удержался и упал вниз, сломав бедренную кость.
2) Работник предприятия в рабочее время подскользнулся на влажном свежевымытом полу и в результате падения получил различные ушибы и вывих правой руки.
3) Работник предприятия на территории производственного объекта попал под грузовую машину. Пострадавший извлечен из-под перевернувшейся грузовой машины. Жалуется на сильные боли внизу живота и в области таза. Ноги слегка развернуты кнаружи. Кожные покровы бледные, на лбу капельки пота. Тахикардия. Пульс слабого наполнения.
4) Пострадавший, упав с высоты на рабочем месте, жалуется на резкие боли в поясничном отделе позвоночника, где имеется рана 4•4 см с незначительным кровотечением. Активные движения в нижних конечностях отсутствуют.

4. Выполните практическое задание: разбейтесь на пары, наложите шину (косыночную повязку) при переломе локтевой кости пострадавшему.
5. Представьте выполненную работу в виде заполненной таблицы и решенных ситуационных задач.

Форма представления результата: заполненная таблица, решенные ситуационные задачи, практикум.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий используемых в работе, смог ответить на все уточняющие и дополнительные вопросы. Студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, определяет взаимосвязи между показателями задачи, даёт правильный алгоритм решения, определяет междисциплинарные связи по условию задания.

Оценка «хорошо» выставляется, если студент показал знание учебного материала, усвоил основную литературу, смог ответить почти полно на все заданные дополнительные и уточняющие вопросы. Студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, допуская незначительные неточности при решении задач, имея неполное понимание междисциплинарных связей при правильном выборе алгоритма решения задания.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, ответил не на все уточняющие и дополнительные вопросы. Студент затрудняется с правильной оценкой предложенной задачи, даёт неполный ответ, требующий наводящих вопросов преподавателя, выбор алгоритма решения задачи возможен при наводящих вопросах преподавателя.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, который полностью не раскрыл содержание вопросов, не смог ответить на уточняющие и дополнительные вопросы. Студент даёт неверную оценку ситуации, неправильно выбирает алгоритм действий.

Тема 4.2 Безопасность в быту и на производстве. Предупреждение травм и первая помощь при них.

Практическое занятие № 8
Основы сердечно – легочной реанимации в быту и на производстве.

Цель: овладение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях

Выполнение работы способствует формированию: ПРб9_ОУП.13, ПРб1_ОУП.13, ПРб13_ОУП.13

Материальное обеспечение: Робот – тренажер, манекен для СЛР (сердечно-легочной реанимации) с накладками ран. (Модель KAR/CPR650).

Основы безопасности жизнедеятельности : 10-й класс : учебник / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льняная, М. В. Маслов. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 383 с. — ISBN 978-5-09-120222-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/472979 (дата обращения: 25.03.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Задание: Отработать реанимационные мероприятия

Порядок выполнения работы:

1. Ознакомьтесь с краткими теоретическими сведениями (ОИ2 стр. 160-162).
2. Ответьте на вопросы:

Чем характеризуется клиническая смерть?

В чем заключается принципиальное различие клинической и биологической смерти?

Как правильно определить пульс?

В каких случаях проводится искусственная вентиляция легких?

Каким образом обеспечить проходимость верхних дыхательных путей пострадавшего?

Как правильно сделать выдох в легкие пострадавшего?

С какой частотой необходимо надавливать на грудную клетку при проведении непрямого массажа сердца?

3. Решить ситуационную задачу:

1) При проведении работ работник предприятия попал под воздействие электрического тока, случайно коснувшись токоведущих частей электроустановки. Пострадавший потерял сознание, пульс и дыхание отсутсвуют.

4. На роботе - манекене отработайте проведение сердечно-легочной реанимации при электротравме на производстве.

5. Представьте выполненную работу в виде ответов на вопросы и практикума

Форма представления результата: ответы на вопросы, практикум.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий используемых в работе, смог ответить на все уточняющие и дополнительные вопросы. Студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, определяет взаимосвязи между показателями задачи, даёт правильный алгоритм решения, определяет междисциплинарные связи по условию задания.

Оценка «хорошо» выставляется, если студент показал знание учебного материала, усвоил основную литературу, смог ответить почти полно на все заданные дополнительные и уточняющие вопросы. Студент демонстрирует знания теоретического и практического материала по теме практической работы, допуская незначительные неточности при решении задач, имея неполное понимание междисциплинарных связей при правильном выборе алгоритма решения задания.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, ответил не на все уточняющие и дополнительные вопросы. Студент затрудняется с правильной оценкой предложенной задачи, даёт неполный ответ, требующий наводящих вопросов преподавателя, выбор алгоритма решения задачи возможен при наводящих вопросах преподавателя.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической работы, который полностью не раскрыл содержание вопросов, не смог ответить на уточняющие и дополнительные вопросы. Студент даёт неверную оценку ситуации, неправильно выбирает алгоритм действий.

Тема 4.3 Безопасное поведение в местах общего пользования. Пожарная безопасность в быту и на производстве.

Практическое занятие № 9
Пожарная безопасность в быту и на производстве.

Цель: сформировать знания основ пожарной безопасности; умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знания порядка действий при угрозе пожара и пожаре в быту и на производстве.

Выполнение работы способствует формированию: ПРб9_ОУП.13, ПРб1_ОУП.13, ПРб11_ОУП.13, ПРб12_ОУП.13

Материальное обеспечение: огнетушитель (учебный макет ОУ-3); самоспасатель изолирующий противопожарный;

Основы безопасности жизнедеятельности: 11-й класс : учебное пособие / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льняная, М. В. Маслов ; под редакцией С. Н. Егорова. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 337 с. — ISBN 978-5-09-124932-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/473060 (дата обращения: 25.03.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Задание: отработать меры пожарной безопасности

Порядок выполнения работы:

1.Прочитайте в учебнике ОБЖ 11 класс главу2, параграф 4 стр. 37 – 43

2. Составьте таблицу «Опасные факторы пожара и их характеристика»

3. Составьте перечень подручных средств, которыми можно тушить пожар.

4. Напишите памятку эвакуации из горящего помещения (пожар в квартире, на лестничной клетке, в общественном здании).

5. разработайте свои правила противопожарной безопасности, используя материал данного параграфа.

6.Ситуационные задачи: (ответить письменно)

Ситуационная задача № 1

В производственном цеху произошло возгорание электрической проводки. Определите правильный алгоритм тушения пожара.

Ситуационная задача № 2

Торопясь в гости, вы не полностью перекрыли кран газовой плиты. Уходя из квартиры, вы плотно закрыли окна, форточки, балкон. Вернувшись из гостей, вы почувствовали запах газа. Что вы предпримите в данной ситуации?

Задание 3 Отметьте правильные (П) и неправильные (НП) утверждения

№ п/п	***Утверждение***	***П.***	***НП.***
1.	Вы должны стремиться подавить панику, возникшую при пожаре.		
2.	Вода – универсальный пожаротушитель.		
3.	При возгорании электропроводки надо отключить напряжение.		
4.	Средства пожарной автоматики и пожаротушения всегда должны находиться в исправном состоянии.		
5.	При пожаре на открытом воздухе невозможно отравиться угарным газом (СО).		
6.	Театр является потенциальным пожароопасным объектом.		
7.	Эксплуатация неисправного оборудования может привести только к обычным сбоям в работе производства.		
8.	Горящий бензин надо засыпать песком или землей.		
9.	Тушить возгорание можно не только водой.		
10.	Нефтегазопровод не относится к *пожаро- и взрывоопасным объектам* (ПВОО) .		
11.	Запах газа в помещении – это признак, свидетельствующий об опасности взрыва.		
12.	Элеватор – это ПВОО.		
13.	При горении мебельного поролона выделяется ядовитый дым, содержащий цианистые соединения.		
14.	При частичном обрушении здания надо выйти на балкон и звать на помощь.		
15.	Взрывчатые вещества нельзя хранить в квартире.		
16.	Оконный проем - шанс на спасение, независимо от высоты этажа.		
17.	Временное загромождение лестничных площадок, аварийных и пожарных выходов возможно.		

Форма представления результата: письменные ответы на вопросы, решение ситуационных задач.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если обучающийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и

правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка«хорошо» выставляется, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два - три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Тема 5.1 Безопасность дорожного движения

Практическое занятие №10
Безопасность дорожного движения

Цель: сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте.

Выполнение работы способствует формированию: ПРб9_ОУП.13, ПРб1_ОУП.13, ПРб11_ОУП.13

Материальное обеспечение: Основы безопасности жизнедеятельности: 11-й класс : учебное пособие / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льняная, М. В. Маслов ; под редакцией С. Н. Егорова. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 337 с. — ISBN 978-5-09-124932-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/473060 (дата обращения: 25.03.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Задание: отработать навыки безопасного дорожного движения

Порядок выполнения работы:

1 Прочитать в учебнике ОБЖ 10 класс, главу 4, стр. 80 – 95.

2 Ответьте на вопросы:

Когда была утверждена Стратегия безопасности дорожного движения в РФ? Каковы цели принятия этого документа?

Кто является участником дорожного движения? Составьте таблицу, в которой напишите и сформулируйте определения участников дорожного движения.

Каким видом транспорта вы пользуетесь чаще всего? Сформулируйте и напишите правила, которые вы должны соблюдать. (не менее 5 – 7 пунктов).

3 Придумайте новый дорожный знак. Изобразите его. Где бы вы его разместили?

4 Ситуационные задачи: (ответить письменно)

Вам нужно перейти на противоположную сторону улицы. Пешеходного перехода рядом нет. Как вы должны поступить в соответствии с Правилами дорожного движения?

Переходя улицу, вы обронили вещь. Вы решили быстро вернуться обратно и поднять упавшую вещь. Оцените это решение с точки зрения сохранения личной безопасности.

Вы стоите на автобусной остановке. Как вы думаете, вы являетесь участником дорожного движения?

Водитель остановил транспортное средство и покинул его. Несёт ли он ответственность за соблюдение Правил дорожного движения как водитель или он становится пешеходом.

Пешеход начал переходить улицу при смене сигналов светофора с зеленого на красный. Пешеход решил: «Пока машины стоят- успею: ведь водители видят меня и не станут наезжать» В чем ошибка пешехода?

Вы подошли к перекрестку. На нем горел для пешеходов зеленый сигнал. Как долго, вы не знаете. Стоит ли начинать переход?

Форма представления результата:

Работа должна быть представлена в виде письменных ответов на вопросы и задания.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если обучающийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка «хорошо» выставляется, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два - три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Тема 5.1 Безопасность дорожного движения

Практическое занятие №11
Безопасное поведение на разных видах транспорта

Цель: сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте.

Выполнение работы способствует формированию: ПРб9_ОУП.13, ПРб1_ОУП.13, ПРб11_ОУП.13

Материальное обеспечение:

Основы безопасности жизнедеятельности: 11-й класс : учебное пособие / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льняная, М. В. Маслов ; под редакцией С. Н. Егорова. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 337 с. — ISBN 978-5-09-124932-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/473060 (дата обращения: 25.03.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Задание: отработать навыки безопасного поведения на транспорте.

Порядок выполнения работы:

Прочитать в учебнике ОБЖ 11 класс, параграф 3, стр. 26 – 36.

Ответьте на вопросы:

Почему железнодорожный транспорт является зоной повышенной опасности?

Правила безопасности на железнодорожном транспорте разделите на две группы: поведение на территории железнодорожного транспорта и в самом транспорте. Напишите кратко их характеристику.

Каковы причины гибели судов водного транспорта?

Опишите сигналы судовых тревог.

Разработайте плакат безопасного поведения, который вы разместили бы в салоне самолёта.

Моделирование ситуаций возникновения чрезвычайных ситуаций на транспорте (метро, железнодорожном, водном, воздушном) и составление алгоритма действий для спасения жизни и здоровья человека. (по выбору).

Ситуационные задачи: (ответить письменно)

а) Вы едете в поезде. Вам сообщили, что в соседнем вагоне очаг возгорания. Ваши действия.

б) Вы летите в самолете. Объявили непредвиденную экстренную посадку. Ваши действия.

в) Каждый день вы отправляетесь на учёбу на автобусе. Назовите правила безопасного поведения в городском транспорте.

г) Вы пассажир маршрутки и попали в небольшое ДТП. Ваши действия.

Форма представления результата:

Работа должна быть представлена в виде письменных ответов на вопросы и задания.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если обучающийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка «хорошо» выставляется, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два - три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Тема 6.2 Действия при пожаре, обрушении конструкций, угрозе или совершении террористического акта

Практическое занятие №12
Безопасность в общественных местах и на производстве

Цель: знать общие правила безопасного поведения в общественных местах, характеризовать их влияние на безопасность; иметь навыки безопасного поведения при проявлении агрессии.

Выполнение работы способствует формированию: ПРб9_ОУП.13, ПРб1_ОУП.13, ПРб11_ОУП.13, ПРб12_ОУП.13

Материальное обеспечение: методические указания по выполнению работы, задание.

Задание: отработать навыки безопасности в общественных местах и на производстве

Порядок выполнения работы:

1. Ознакомьтесь с краткими теоретическими сведениями.

Краткие теоретические сведения

Места скопления людей, где преступникам легко совершить преступление и легко скрыться, называются зонами повышенной опасности. Это могут быть вокзалы, парки, кинотеатры, театры, места различных гуляний и т. д. На вокзалах преступник может скрыться, затерявшись среди людей, сев в любую электричку. Вокзалы своим многолюдьем привлекают, в основном, воров и мошенников, "бомжей".

Находясь:

а) на вокзале, следует соблюдать некоторые правила:

Не оставлять свои вещи без присмотра.

Не доверять присматривать за своими вещами незнакомым людям.

Лучше всего сдать вещи в камеру хранения: если в автоматическую, то нужно быть осторожным и внимательным при наборе шифров, при их записи.

Не разменивать крупные купюры на более мелкие без особой нужды.

Не проникаться доверием к незнакомым.

Чтобы не стать жертвой обмана, не стоит играть в различные лотереи, "наперстки", принимать участие в тиражах и розыгрышах.

Если в толпе вас постоянно толкают, мешают передвигаться, отвлекают - это верный признак "работы" карманника. Будьте предельно внимательны.

Обращайте внимание на людей, которые пытаются подойти к вам поближе, встают сзади или сбоку, прижимаются или отвлекают ваше внимание.

Избегайте рукопожатий с незнакомыми людьми.

б) в парке:

Избегайте прогулок по малолюдным аллеям, не входите в парк в темное время суток.

Выбирайте скамейки, расположенные на открытом месте, желательно со стороны без зарослей.

Не сидите в слишком уединенных местах или там, где кустарник закрывает обзор.

Если у вас создалось впечатление, что вас преследуют, быстро, но не бегом, удалитесь, пока кого-нибудь не встретите.

в) на концерте:

Помните, что наибольшая давка бывает перед сценой, т. к. все стремятся вперед.

Не становитесь между динамиками, т.к. максимальный уровень звучания делает восприятие музыки невозможным и притупляет чувства.

Не занимайте мест в углах зала, близко к стене или поперечным перегородкам (между секторами), откуда затруднено бегство и где есть опасность быть раздавленным.

В ожидании входа в театр или на стадион не приближайтесь к стеклянным дверям или ограждениям, к которым вас могут прижать.

Направляясь в общественное место, учтите, что непрочные застёжки на пальто и куртках, длинные шарфы, сумки и зонтики опасны в случае возникновения паники. Заняв своё место на стадионе или в концертном зале (кинотеатре), заранее наметьте путь, по которому будете выходить при необходимости.

Безопасное поведение в толпе при возникновении паники заключается в выполнении следующих правил:

- Если толпа побежала, избегайте главной опасности - падения, встать будет невозможно.
- Если толпа увлекла, позвольте людскому морю нести вас: глубоко вдохнув, выставьте руки локтями вперед.
- Следует застегнуться, избавиться от лишних вещей (сумки, зонтика, пакета);
- Нельзя идти против толпы, нужно избегать её центра и краёв, опасных близким соседством со стенами оградами, столбами и деревьями;
- Грудную клетку от сдавливания следует защитить, сложив на груди скрепленные в замок руки или согнув руки в локтях и прижавих к корпусу;

г) На пляже или в бассейне:

будьте внимательны к своим вещам, не оставляйте их без присмотра;

не носите с собой ценные вещи или крупную сумку денег, ничего не оставляйте в кабинках и раздевалках.

Общие правила личной безопасности в криминогенных ситуациях

Старайтесь не попадать в опасные ситуации, угрожающие вашей жизни и здоровью.

Не ходите одни в отдалённые и безлюдные места.

Не принимайте подарки и угощения от незнакомых людей.

Не пускайте посторонних в свою квартиру.

Не садитесь в чужую машину.

Не входите с незнакомым человеком в лифт.

Соблюдайте правила безопасного поведения в общественных местах и в толпе.

Будьте бдительными: не трогайте незнакомые подозрительные предметы.

д) в лифте

Входите в лифт, только убедившись, что на площадке нет постороннего, который вслед за вами зайдёт в кабину.

Если в вызванном вами лифте уже находится незнакомый вам человек, внушающий подозрение, не входите в кабину.

Если вы вошли в лифт с незнакомцем, не стойте в лифте к нему спиной и наблюдайте за его действиями.

При нападении на вас в лифте кричите, шумите, стучите по стенам кабины. Защищайтесь любым способом, используя право необходимой обороны.

Постоянно нажимайте кнопку ближайшего этажа.

Если двери лифта открылись, постарайтесь выскочить на площадку, позовите жильцов дома на помощь.

Оказавшись в безопасности, немедленно позвоните в органы правопорядка по телефону 102 или 112 для вызова экстренных оперативных служб с любого телефонного аппарата сообщите, что с вами произошло, точный адрес, а также приметы и направление ухода нападавшего.

е) в подъезде

Если дом оборудован домофоном, перед входом в подъезд вызовите свою квартиру и попросите родителей вас встретить.

Не выходите на лестницу в позднее время. Мусор лучше выносить утром.

При угрозе нападения поднимите шум, привлеките внимание соседей, постарайтесь выскочить на улицу.

При внезапном нападении оцените ситуацию и по возможности защищайтесь любым способом. Попытайтесь ошеломить нападающего, чтобы выиграть время, пока подоспеет какая-либо помощь.

Оказавшись в безопасности, немедленно сообщите о случившемся родителям и позвоните в органы правопорядка.

ж) на улице

Следует избегать кратчайших маршрутов, пролегающих через глухие дворы, пустыри, стройки, лесопосадки и другие малолюдные места.

Хорошо изучите дорогу домой, имейте несколько вариантов движения.

Если вы оказались в малолюдном тёмном квартале, то идите посередине улицы.

Необходимо знать, где на вашем пути находится ближайшее отделение правоохранительных органов.

Если вам необходимо возвращаться домой в тёмное время суток, позвоните домой, чтобы вас встретили.

Лучше идти по улице в тёмное время в группе, вышедшей из автобуса, метро, электрички.

Переходить по подземному переходу лучше в группе.

Идти безопаснее по краю тротуара навстречу движению.

Увидев впереди группу людей или пьяного, лучше перейти на другую сторону улицы или изменить маршрут.

Если кто-то пытается с вами заговорить, не ввязывайтесь в разговор. Сделайте вид, что спешите, и идите в направлении освещённого и многолюдного места.

Если автомобиль начинает медленно двигаться рядом, то разумнее перейти на другую сторону улицы.

2. Выполните задания

1.Из приведенных названий объектов города (поселка) выберите безопасные и опасные с криминогенной точки зрения:

а) опасные_____

б) безопасные объекты_____

(Оживленная магистраль, бар, ресторан, отделение полиции, пожарная часть, магазин, темная улица, подворотня, поликлиника, школа, чердаки и подвалы, пустынные скверы, пустой вагон электрички, почта, темный подъезд)

2.Что вы примите, если все же вошли в лифт вместе с незнакомцем, вызывающим у вас подозрение. Ваши действия?

3. Заполните таблицу № 1 о действиях в указанных ситуациях.

Таблица №1.

Ситуация	Действия
Вы возвращаетесь домой поздно вечером в общественном транспорте. Что следует предпринимать в целях безопасности?	
Вечером вы идете по тротуару. Рядом притормозила машина, и вас приглашают прокатиться. Что вы предпримете?	
Вы зашли в кафе. Какое место лучше занять с точки зрения безопасности?	
Вас обокрали (на улице, в магазине, в транспорте). Вы успели заметить момент кражи.	
Вы едете на курорт или в незнакомый город. Ваши действия по сохранению личной безопасности в поезде и отеле?	
Вы направляетесь в общественное место (в кинотеатр, на стадион и др) Ваши действия по соблюдению мер личной безопасности в общественном месте и в толпе.	

Форма представления результата:

Работа должна быть представлена в виде письменных ответов на вопросы и задания.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если обучающийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка «хорошо» выставляется, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два - три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Тема 7.1. Безопасность в природной среде

Практическое занятие №13
Выживание в автономных условиях

Цель: формирование знаний о способах безопасного поведения в природной среде; умение применять их на практике.

Выполнение работы способствует формированию: ПРб11_ОУП.13, ПРб12_ОУП.13

Материальное обеспечение: презентация, видеофильм

Задание: отработать навыки выживания в автономных условиях.

Порядок выполнения работы:

1. Ознакомьтесь с краткими теоретическими сведениями

Автономное существование человека в природной среде – это самостоятельное независимое существование его в природных условиях.

Автономное существование человека в природных условиях может быть добровольным или вынужденным.

Добровольная автономия – это ситуация, когда человек или группа людей по собственной воле, с определенной целью, на определенное время переходит на самостоятельное существование в природных условиях.

Вынужденная автономия – это ситуация, когда человек случайно в силу не зависящих от него обстоятельств оказывается в природной среде и вынужден самостоятельно обеспечивать свои жизненные потребности, чтобы выжить и вернуться к людям.

Человек и природа неразделимы, человек – неотъемлемая часть природной среды и не может существовать вне ее. В процессе общения человека с природой происходит совершенствование его физических качеств: выносливости, силы, ловкости, быстроты.

В то же время любое пребывание человека на природе требует от него определенной подготовки.

Живя в городе, человек привыкает пользоваться определенными благами цивилизации.

В природной среде все иначе. Чтобы правильно перемещаться в желаемом направлении, надо знать, как ориентироваться на местности. Чтобы прожить на природе хотя бы один день, нужно уметь обеспечить себя пищей и водой, а в некоторых случаях – соорудить для себя временное укрытие от непогоды. Необходимо знать особенности того места, где организовать свой отдых (горы, лес, вода), соблюдать правила безопасного поведения, уметь оказывать первую медицинскую помощь.

Деятельность человека в условиях добровольной автономии направлена на выполнение поставленной цели, а при вынужденной – на возвращение к людям и привычной жизни.

Цели добровольной автономии могут быть разными: активный отдых на природе, исследование человеческих возможностей самостоятельного пребывания в природе, спортивные достижения и др.

Добровольной автономии человека в природе всегда предшествует серьезная всесторонняя подготовка с учетом поставленной цели: изучение особенностей природной среды, подбор и подготовка необходимого снаряжения и, главное, физическая и психологическая подготовка к предстоящим трудностям.

Но может случиться так, что человек неожиданно, помимо его воли, в силу стечения обстоятельств оказывается один на один с природой. *Вынужденная автономия* накладывает определенный отпечаток на состояние и поведение человека. Он попадает в условия, к которым не готовился, его жизнь и здоровье зависят только от него самого. Перед ним сразу встает задача, как выйти к людям. Для этого ему необходимо успокоиться, реально оценить обстановку, принять решение, как себя вести, чтобы сохранить жизнь и здоровье. Безопасность человека в этих условиях всецело зависит от его духовных и физических качеств, от его общей подготовки к пребыванию в природной среде и способности мобилизовать все свои знания и умения для достижения единой цели: выжить и выйти к людям. Ведь надо будет добывать питьевую воду, обеспечивать себя пищей, устраивать ночлег и укрытие от непогоды, ориентироваться на местности, двигаться в нужном направлении и подавать сигналы бедствия.

В подтверждение сказанному существует множество примеров как в нашей стране, так и за рубежом. Можно привести такой пример выживания людей в экстремальных условиях. В ночь на

17 января 1960 г. во время урагана сорвало с тросов и унесло в океан самоходную баржу, стоявшую на якоре у одного из островов Курильской гряды. На барже несли боевое дежурство военнослужащие Советской Армии: младший сержант АсхатЗиганшин и рядовые Филипп Поплавский, Анатолий Крючковский и Иван Федотов. Позднее уже стало ясно, что на барже вышла из строя радиостанция, остановились двигатели. Из продовольствия был только аварийный пакет с продуктами на двое суток и два ведра картофеля. Солдаты знали и верили, что им придут на помощь, нужно только выстоять и продержаться. Они очень экономно расходовали продукты, а когда те закончились, начали варить кожаные ремни и подметки сапог, которые потом нарезали тонкими полосками и ели. Вынужденная автономия в океане длилась 49 дней. Только 7 марта 1960 г. они были обнаружены и спасены экипажем американского авианосца. Вся страна с замиранием сердца следила за этими событиями. Это фактически был уникальный по продолжительности и трудности условий дрейф в океане. Имея небольшой запас продовольствия, победив панику и страх, молодые солдаты продержались и выжили.

Русский художник и путешественник Федор Конюхов в 2002 году пересёк Атлантический океан на одиночной гребной лодке за 46 суток и 4 мин. Гребной марафон Фёдор Конюхов начал 16 октября с острова Ла Гомера, входящего в группу Канарских островов, а 1 декабря финишировал на острове Барбаросс, входящем в группу Малых Антильских островов.

К этому плаванию Ф. Конюхов готовился очень долго, накапливая опыт экстремальных путешествий. Путешествие Фёдора Конюхова – это первый в истории России успешный гребной марафон по Атлантическому океану. (Это – добровольное существование человека в природе). Маленькому АН-2 предстоял недолгий, хорошо знакомый путь из поселка Кербо до точки, куда летчик В.Агафонов не раз доставлял охотников и геологов. Но на этот раз произошло непредвиденное. Отказал радиопередатчик, и, потеряв ориентировку, летчик сбился с курса. Быстро пустели баки. Когда бензомер показал, что горючее на исходе, пришлось идти на вынужденную посадку. Приземлиться удалось благополучно на маленькую полянку, окруженную высокими соснами. Стоял конец октября. Уже похолодало. Но на самолете не оказалось ни теплой одежды, ни унтов, ни аварийного запаса. День за днем проходили в бесплодном ожидании, а помощь все не появлялась. Почти месяц, пробыли летчики в зимней тайге без теплой одежды, почти без пищи, но мужество и дружеская поддержка помогли им преодолеть все трудности этого похода. (Это – вынужденная автономия).

Выводы

1) Опыт свидетельствует, что люди, оказавшиеся в силу различных обстоятельств один на один с природой, могут в течение длительного времени сохранять свои силы и надежно защищать себя от неблагоприятных природных факторов.

2) Человеку необходимо всегда быть в определенной степени подготовленным к автономному существованию в природных условиях.

3) Результаты автономного пребывания человека в природе зависят от его способности определенное время без посторонней помощи обеспечивать свои жизненные потребности в еде, тепле, воде, используя имеющиеся запасы или дары природы. Опыт многих людей, оказавшихся в экстремальных ситуациях, связанных, например, с авариями транспортных средств позволил специалистам выявить общую схему первоочередных действий в целях спасения жизни. Что надо сделать в первую очередь человеку, потерпевшему бедствие при аварии транспортных средств?

Необходимо воспользоваться следующими практическими рекомендациями: •перебраться самим и помочь перебраться пострадавшим в безопасное место; •покидая транспортное средство, необходимо взять с собой имущество, которое может пригодиться для автономного существования; •оказать пострадавшим первую медицинскую помощь; •сориентироваться на местности и уточнить свое местонахождение; •при неблагоприятных климатических условиях соорудить временное укрытие. После выхода из опасной ситуации, непосредственно угрожающей жизни и здоровью, необходимо решить, что делать дальше: ждать помощи на месте или попытаться добраться до ближайшего населенного пункта.

Как организовать ночлег.

Организация ночевки – дело трудоемкое. Сначала необходимо подыскать подходящий участок. В первую очередь оно должно быть сухим. Во-вторых, расположиться лучше всего поблизости от ручья, на открытом месте, чтобы всегда иметь под рукой запас воды. Простейшее убежище от ветра и дождя изготовляют, связав отдельные элементы основы (рамы) тонкими корнями ели, ветвями ивы, тундровой березы. Естественные полости в обрывистом береге реки позволяют удобно расположиться на них так, чтобы место сна находилось между костром и вертикальной поверхностью (обрыв, скала), служащей отражателем тепла. При подготовке места для сна вырывают две ямки – под бедро и под плечо. Можно заночевать на подстилке из елового лапника в глубокой яме, вырытой или оттаянной до земли большим костром. Здесь же, в яме, следует всю ночь поддерживать огонь в костре во избежание серьезной простуды. В зимней тайге, где толщина снежного покрова значительна, легче устроить убежище в яме у дерева. В сильный мороз можно построить простейшую снежную хижину в рыхлом снегу. Для этого снег сгребают в кучу, поверхность его уплотняют, поливают водой и дают замерзнуть. Затем снег из кучи выгребают, а в оставшемся куполе проделывают маленькое отверстие для дымохода. Разведенный внутри костер оплавляет стены и делает прочной всю конструкцию. Такая хижина сохраняет тепло. Нельзя забираться под одежду с головой, так как от дыхания материал отсыревает и промерзает. Лучше закрыть лицо предметами одежды, которые впоследствии легко высушить. От горящего костра возможно скопление угарного газа и нужно позаботиться о постоянном притоке свежего воздуха к очагу горения.

Как добыть огонь.

Костер в условиях автономного существования – это не только тепло, это сухая одежда и обувь, горячая вода и пища, защита от гнуса и отличный сигнал для поискового вертолета. И главное, костер – аккумулятор бодрости, энергии и активной деятельности. Для получения огня надо воспользоваться огнивом, куском кремня. Огнивом может служить любой стальной предмет, в крайнем случае, тот же железный колчедан. Огонь высекают скользящими ударами по кремню так, чтобы искры попадали на трут – сухой мох, измельченные сухие листья, газета, вата, и т.п. Огонь можно добывать трением. Для этой цели изготавливают лук, сверло и опору: лук – из мертвого ствола молодой березы или орешника толщиной 2 – 3 см и куска веревки в качестве тетивы; сверло – из сосновой палочки длиной 25 – 30 см, толщиной в карандаш, заостренный с одного конца; опору очищают от коры и высверливают ножом лунку глубиной 1 – 1,5 см. Сверло, обернув один раз тетивой, вставляют острым концом в лунку, вокруг которой укладывают трут. Затем, прижимая сверло ладонью левой руки, правой быстро двигают лук перпендикулярно к сверлу. Чтобы не повредить ладонь, между нею и сверлом кладут прокладку из куска ткани, коры дерева или надевают перчатку. Как только трут затлеет, его надо раздуть и положить в растопку, заготовленную заранее. Чтобы достигнуть успеха, следует помнить о трех правилах: трут должен быть сухим, действовать надо в строгой последовательности и главное, проявить терпение и упорство.

Добывание пищи и воды.

Человеку, оказавшемуся в условиях автономного существования, надо предпринимать самые энергичные меры для обеспечения себя питанием с помощью сбора съедобных дикорастущих растений, рыбалки, охоты, т.е. использовать все, что дает природа. На территории нашей страны произрастает свыше 2000 растений, частично или полностью пригодных в пищу. При сборе растительных даров надо соблюдать осторожность. Около 2% растений могут вызвать тяжелые, и даже смертельные отравления. Для предупреждения отравления необходимо различать такие ядовитые растения, как вороний глаз, волчье лыко, вех ядовитый (цикута), белена горькая и др. Пищевые отравления вызывают ядовитые вещества, содержащиеся в некоторых грибах: бледной поганке, мухоморе, ложном опенке, ложной лисичке и др. От употребления незнакомых растений, ягод, грибов лучше воздержаться. При вынужденном использовании их в пищу рекомендуется съесть за один раз не более 1-2 г пищевой массы, при возможности запивая большим количеством воды (растительный яд, содержащийся в такой пропорции, не нанесет организму серьезного вреда). Подождать 1-2 часа. Если нет признаков отравления (тошноты, рвоты, боли в животе,

головокружения, расстройств кишечника), можно съесть дополнительно 10-15 г. Через сутки можно есть без ограничений. Косвенным признаком съедобности растения могут служить: плоды, поклеванные птицами; множество косточек, обрывки кожуры у подножья плодовых деревьях; птичий помет на ветках, стволах; растения, обглоданные животными; плоды, обнаруженные в гнездах и норах. Незнакомые плоды, луковицы, клубни и т.п. желательно проварить. Варка уничтожает многие органические яды.

В условиях автономного существования рыбалка, пожалуй, наиболее доступный способ обеспечить себя питанием. Рыба обладает большей энергетической ценностью, чем растительные плоды, и менее трудоемко, чем охота. Рыболовную снасть можно изготовить из подручных материалов: леску – из распущенных шнурков ботинок, нити, вытащенной из одежды, расплетенной веревки, крючки – из булавок, сережек, заколок от значков, «невидимок», а блесны – из металлических и перламутровых пуговиц, монет и т.п. Мясо рыбы допустимо есть сырым, но лучше нарезать его на узкие полоски, высушить их на солнце, так оно станет вкуснее и дольше сохраниться. Во избежание отравления рыбой надо соблюдать определенные правила. Нельзя есть рыб, покрытых колючками, шипами, острыми наростами, кожными язвами, рыб, не покрытых чешуей, лишенных боковых плавников, имеющих необычный вид и яркую окраску, кровоизлияния и опухоли внутренних органов. Нельзя есть несвежую рыбу – с жабрами, покрытыми слизью, с провалившимися глазами, дряблой кожей, с неприятным запахом, с грязной и легко отделяющейся чешуей, с мясом, легко отстающим от костей и особенно от позвоночника. Незнакомую и сомнительную рыбу лучше не есть. Не следует также употреблять рыбью икру, молоки, печень, т.к. они часто бывают ядовитыми.

Охота – наиболее предпочтительный, в зимнее время единственный способ обеспечить себя питанием. Но в отличие от рыбалки охота требует от человека достаточного умения, навыков, больших трудозатрат. Мелких животных и птицу добывать сравнительно не трудно. Для этого можно использовать ловушки, силки, петли и другие приспособления. Добытое мясо зверька, птицы поджаривают на примитивном вертеле. Мелких животных, птиц жарят на вертеле, не снимая шкурки и не ощипывая. После приготовления обуглившаяся шкурка удаляется, и тушка очищается от внутренности. Мясо более крупной дичи целесообразно после потрошения и очистки обжечь на сильном огне, а затем дожаривать на углях.

Реки, озера, ручьи, болота, скопление воды на отдельных участках почвы обеспечивают людей необходимым количеством жидкости для питья и приготовления пищи. Воду из ключей и родников, горных и лесных речек и ручьев можно пить сырой. Но прежде чем утолить жажду водой из стоячих или слабопроточных водоемов, ее следует очистить от примесей и обеззаразить. Для очистки легко изготовить простейшие фильтры из нескольких слоев ткани или из пустой консервной банке, пробив в донышке 3 – 4 небольших отверстия, а затем заполнив песком. Можно выкопать неглубокую ямку в полуметре от края водоема, и она через некоторое время наполнится чистой, прозрачной водой.

Самый надежный способ обеззараживания воды – кипячение. В случае отсутствия посуды для кипячения подойдет примитивный короб из куска березовой коры при условии, что пламя будет касаться только той части, что наполнена водой. Можно вскипятить воду, опустив деревянными щипцами в берестяной короб нагретые камни.

2. Ответьте на вопросы:

1. Какие основные способы ориентирования вы знаете? Как по ним ориентироваться?
2. Что может служить укрытием в вынужденной природной автономии?
3. Назовите типы костров и их предназначение.
4. Что может использовать человек в качестве пищи в вынужденной природной автономии?

3. Решить ситуационные задачи:

1. Вы отстали от экспедиции и заблудились в лесу. У вас нет запасов воды и еды. Как и где вы будете искать воду и еду?

2. Вы заблудились в лесу. Как сориентироваться в лесной местности?

3. Вас в лесу настигла сильная гроза. Какие меры вы примите по обеспечению вашей безопасности?

Форма представления результата:

письменные ответы на вопросы, решение ситуационных задач

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если обучающийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка «хорошо» выставляется, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два - три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Тема 7.3 Природные чрезвычайные ситуации.

Практическое занятие №14
Правила безопасного поведения при природных чрезвычайных ситуациях, в том числе на производственных объектах

Цель: выделять наиболее характерные риски для своего региона с учетом географических, климатических особенностей, традиций ведения хозяйственной деятельности, отдыха на природе.

Выполнение работы способствует формированию: ПРб11_ОУП.13, ПРб12_ОУП.13

Материальное обеспечение: Основы безопасности жизнедеятельности: 11-й класс : учебное пособие / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льняная, М. В. Маслов ; под редакцией С. Н. Егорова. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 337 с. — ISBN 978-5-09-124932-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/473060 (дата обращения: 25.03.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Задание: отработать навыки безопасного поведения при природных чрезвычайных ситуациях.

Порядок выполнения работы:

1. Прочитайте в учебнике ОБЖ 10 класс, параграф 8, стр. 51 – 61.
2. На основе этого параграфа заполните таблицу

Группы стихийных бедствий	Название и определение стихийного бедствия	Причина и характеристика стихийного бедствия	Действия во время стихийного бедствия
геологические			

метеорологические			
гидрологические			
природные пожары			

3. Составьте алгоритм действий в случае угрозы урагана или лесного пожара для спасения жизни и здоровья человека в этих ситуациях (на выбор).

4. Составьте алгоритм действий в случае наводнения для работников производственного объекта.

1. Составить алгоритм действий в случае угрозы урагана или лесного пожара для спасения жизни и здоровья человека в этих ситуациях (на выбор).

2. Составьте алгоритм действий в случае наводнения для работников производственного объекта.

Форма представления результата:

Работа должна быть представлена в виде таблицы и алгоритмов.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если обучающийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка «хорошо» выставляется, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два - три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Тема 7.4 Экологическая грамотность и разумное природопользование

Практическое занятие №15
Экологическая грамотность и разумное природопользование на производственных объектах

Цель: сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования.

Выполнение работы способствует формированию: ПРб11_ОУП.13

Материальное обеспечение: Основы безопасности жизнедеятельности: 11-й класс : учебное пособие / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льняная, М. В. Маслов ; под редакцией С. Н. Егорова. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 337 с. — ISBN 978-5-09-124932-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/473060 (дата обращения: 25.03.2026). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Задание: отработать навыки рационального природопользования.

Порядок выполнения работы:

1. Прочитайте в учебнике ОБЖ 10 класс, параграф 9, стр. 61 – 69.
2. Заполните таблицу «Экологическая характеристика 10 главных загрязнителей биосферы».

Таблица 1 «Экологическая характеристика 10 главных загрязнителей биосферы»

Загрязнитель	Экологическая характеристика
Углекислый газ	
Окись углерода	
Сернистый газ	
Окислы азота	
Фосфаты	
Ртуть	
Свинец	
Нефть	
Пестициды	
Радиация	

3. Прочитайте в учебнике ОБЖ 10 класс, параграф 10, стр. 70 – 79.
4. Ответьте письменно на вопрос: Каковы функции бытовых приборов контроля качества воды, воздуха и продуктов питания. Оформите ответ в виде таблицы.

Пример заполнения таблиц

Таблица 1 «Экологическая характеристика 10 главных загрязнителей биосферы»

Загрязнитель	**Экологическая характеристика**
Свинец	Добавляется в бензин. Действует на ферментные системы и обмен веществ в живых клетках.

Таблица 2. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды

Бытовые приборы контроля качества окружающей среды	Предназначение	Характеристика
TDS-метры (солемеры)	Прибор измеряющий количество солей, взвешенных в воде неорганических примесей.	Служат для проверки качества водопроводной воды жилых зон, питьевой бутилированной воды и эффективности водоочистных фильтров. Нельзя использовать для определения пригодности к употреблению воды в открытых природных водоёмах, т.к. они не фиксируют болезнетворные бактерии и опасные вещества, которые могут находиться в водоёме.

Форма представления результата:

Работа должна быть представлена в виде заполненных двух таблиц

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если обучающийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка «хорошо» выставляется, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два - три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Тема 8.3 Первая помощь пострадавшему

Практическое занятие № 16.
Первая помощь пострадавшему в быту и на производстве.

Цель: владение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях.

Выполнение работы способствует формированию: ПРб13_ОУП.13

Материальное обеспечение:

Аптечка индивидуальная, комплект шин транспортирных лестничных, носилки бескаркасные с чехлом, сумка санитарная, раздаточный материал, жгут, бинты, раздаточный материал.

Задание: отработать приемы первой помощи пострадавшему.

Порядок выполнения работы:

1. Изучите краткие теоретические сведения.
2. Заполните таблицу «Виды кровотечений».
3. Выполните по предложенному алгоритму остановку кровотечения
4. Продемонстрируйте наложение шины на конечности рук и ног.

5. Ответьте на вопросы.

Первая помощь при травмах глаза (доврачебная, медицинская)

Глаз – это самый нежный и чувствительный орган в человеческом организме, который нужно всячески оберегать. Даже небольшая соринка, которая попала на конъюнктиву, может вызывать повреждение поверхности роговой оболочки, осложниться гнойной инфекцией и привести к потере глаза. В данной статье мы рассмотрим различные травмы глаза и оказание доврачебной помощи пострадавшим.

Первая помощь при ранении глаза

В случае серьезного проникающего ранения глаза в первую очередь нужно постараться немедленно остановить кровотечение, наложив стерильную повязку на глаз. После этого необходимо срочно доставить травмированного к специалисту-офтальмологу.

Движения не пострадавшего глаза могут усугублять травму, поскольку глаза являются парными органами и двигаются синхронно, поэтому повязку лучше наложить на оба глаза. Сделайте это, если вы можете дождаться бригаду скорой помощи или у вас есть возможность доставить невидящего человека в лечебное учреждение.

В случае наличия в глазу инородного предмета категорически запрещено пытаться самостоятельно достать его, поскольку это может привести к сильному кровотечению и еще большей травме тканей глаза. В этом случае нужно наложить вокруг инородного предмета тампон из ваты и бинта в виде колбаски, после чего повязкой зафиксировать его.

Первая доврачебная помощь при попадании инородных частиц в глаз

Зачастую в глаз попадают небольшие инородные тела, например: шипы растений, осколки стекла, кусочки пластмассы, металла и др.

Самостоятельно извлекать можно только небольшие частицы, у которых отсутствуют острые края.

Острые частицы пытаться удалять самостоятельно категорически запрещено, потому что это может стать причиной еще большей травмы тканей глаза и привести к тяжелейшим последствиям. Чем дольше инородный предмет находится в глазу, тем более сильные нарушения зрения возникнут впоследствии, поэтому очень важно обратиться к врачу как можно скорее.

Чтобы удалить частицу самому можно использовать 1% р-р борной кислоты (1/2 чайной ложки порошка растворить в стакане воды) или слабый раствор марганцовки (не более 2 кристаллов на стакан воды). Смоченной ваткой необходимо осторожно промывать глаз, проводя по веку от наружного угла глаза к переносице.

Первая помощь с использованием подручных средств

Во время стихийных бедствий, при производственных, автодорожных авариях и катастрофах, при несчастных случаях в быту иногда возникают ситуации, при которых табельных средств для оказания первой медицинской помощи не будет хватать или их не окажется под рукой. Тогда для спасения жизни и здоровья пострадавших приходится пользоваться подручными средствами.

Очень важный момент в таких условиях — выбор и подготовка их. Для этого могут пригодиться любые предметы — кусочки чистой материи, прямые ветви деревьев, доски, металлические пластинки, лыжи, веревки, мягкая проволока и т. д. Как правильно пользоваться ими! Об этом и пойдет речь в публикуемой статье.

Один из распространенных видов травм — открытые повреждения, при которых нарушается целостность кожи, слизистых оболочек, а иногда и глублежащих тканей. Ранение, как правило, сопровождается кровотечением. Оно может быть незначительным и остановиться самостоятельно. Иногда же настолько обильно, что кровопотеря приводит к смерти за считанные минуты. Чаще такие массивные кровотечение возникают при ранении крупных сосудов конечностей. В этом случае требуются экстренные меры. Остановка кровотечения осуществляется различными способами. При умеренном кровотечении достаточно наложить давящую повязку. Иногда оно

настолько сильное, что нет времени использовать жгут и приходится прибегать к прижатию сосуда — пальцами, кулаком.

Длительной и эффективной остановки это не обеспечивает, поэтому другой человек сразу же начинает готовить жгут-закрутку. Для закрутки годится любой материал — ремень, поясок, веревка, полоска плотной материи, резиновая трубка, галстук, мягкая проволока. Длина закрутки должна быть такой, чтобы можно было сделать два тура вокруг конечности, закрутить материю палочкой и закрепить концы так, чтобы созданное сдавление оставалось постоянным.

Техника ее наложения несколько отличается от наложения табельного резинового жгута. Как правило, материал закрутки менее эластичный, чем жгут, и поэтому при сильном затягивании возможно омертвение прижатых тканей и повреждение нервных стволов, что приводит к параличу конечности.

Для предупреждения осложнений под закрутку, как и под резиновый жгут, подкладывают несколько слоев плотной материи. Сдавливают раненый сосуд обязательно под контролем пульса на периферических артериях. Для этого до затягивания жгута находят пульсацию артерии ниже уровня кровотечения. При ранении верхней конечности ее определяют на лучевой артерии, а нижней — на задней берцовой (позади внутренней лодыжки). О том, что закрутка наложена правильно, судят по исчезновению пульса на периферических артериях и по резкому уменьшению выходящей из раны крови. Но полной остановки кровотечения не происходит, так как часть крови находится в венах и мелких сосудах. Она необильно вытекает из раны. Об этом надо помнить.

Некоторые делают такую ошибку: затягивают жгут или подручное средство до бесконечности и ждут, пока кровотечение не остановится полностью.

После наложения закрутки оставляют сопроводительную записку, в которой указывается время остановки кровотечения. Это делается для того, чтобы вовремя ее ослабить: прекращение кровотока более одного часа может вызвать омертвение конечности.

Жгут-закрутка надежно останавливает кровотечение, но при ранениях спины, шеи, ягодичной области его наложить невозможно. Тогда приходится сдавливать сосуд в ране. Делают это таким образом: если есть под рукой кусок чистой материи, то его сворачивают по размерам, соответствующим или несколько больше раны, и пальцами или кулаком с усилием вдавливают его в рану так, чтобы он заполнил всю полость. Если тампона нет, давят на сосуд просто кулаком. Об эффективности оказания первой медицинской помощи судят по значительному уменьшению кровотечения.

Более просто и менее травматично удается остановить кровотечение из ран головы: на всю поверхность раны накладывают толстый тампон так, чтобы кровоточащая поверхность надежно прижалась к костям черепа. Тампон закрепляют тугим бинтованием.

Один из существенных недостатков подручных средств, используемых при перевязке ран,— их нестерильность. Значит, применяя их, можно инфицировать раневую область дополнительно. Для того, чтобы избежать этого, надо соблюдать следующие правила: При оказании первой медицинской помощи для обработки раны нужно ограничиваться минимальным объемом манипуляций. Перед перевязкой необходимо вымыть руки и освободить кожу, окружающую рану, от загрязнения. Лучше всего для этой цели использовать антисептические растворы. Но, как правило, при внезапных катастрофах такие средства отсутствуют. Тогда используют обычное мыло. Руки моют с мылом не менее 1—2 минут, загрязненные участки здоровой кожи очищают, протирая тампонами, смоченными мыльной пеной или антисептическими растворами,— от раны к периферии, в крайних случаях для этой цели может пригодиться и просто чистая вода. Отмытая поверхность высушивается ватой, марлей или чистым куском материи. Если есть возможность, следует обработать руки и кожу, окружающую рану, настойкой йода, спиртом, одеколоном, клеем БФ или другими антисептиками. Рану во время обработки промывать категорически запрещается. Это способствует дополнительному внедрению инфекций в глублежащие ткани и увеличивает возможность развития осложнений.

Допускается лишь крайне осторожное удаление свободно лежащих на поверхности раны инородных предметов, мешающих наложению повязки. Извлекать из травмированной области

осколки стекла, металла, дерева не следует. Такое вмешательство может привести к возникновению тяжелого кровотечения, усилить боли вплоть до возникновения шокового состояния.

При проникающих ранениях в брюшную полость с выходом из раны сальника или петель кишок ни в коем случае нельзя их вправлять обратно. Содержимое брюшной полости прикрывают чистой материей или полиэтиленовой пленкой так, чтобы ограничить соприкосновение с окружающими тканями. Для уменьшения воспалительных осложнений рана покрывается самым чистым материалом, имеющимся в запасе. При наличии стерильных бинтов или индивидуальных пакетов ими укрывается только раневая поверхность. Остальная повязка накладывается из подручных средств.

Подготавливая перевязочный материал из подручных средств, надо четко представлять цель перевязки. В зависимости от цели перевязки разделяют на удерживающие или укрепляющие, иммобилизующие — создающие неподвижность пораженному органу; окклюзионные — герметично закрывающие рану при проникающих ранениях грудной клетки. Наиболее распространенный перевязочный материал — бинты. Но из подручных средств их можно изготовить в ограниченном количестве, поскольку для этого требуются длинные полосы материи. Бинт выполняет свои функции только в том случае, если при перевязке удается сделать не менее двух с половиной туров. А для его закрепления поверх приходится накладывать другие виды повязок. Более экономичны косыночные, пращевидные, Т-образные повязки, повязки по Маштафарову.

Как правило, для перевязки подручными средствами готовится следующий материал: из чистого куска материи выкраивается салфетка. Сложенная вчетверо, она должна полностью покрывать раневую поверхность. Если есть возможность, такую салфетку следует прогладить раскаленным утюгом для частичного обеззараживания. Затем подготавливается полоса ткани в виде бинта для фиксации наложенной на рану салфетки. Конец бинта, чтобы не ослабла повязка, можно подшить к предыдущему туру или закрепить проколотой в поперечном направлении булавкой, заколкой, изогнутой в виде заколки проволокой.

Первая неотложная помощь при множественных и сочетанных повреждениях (травмах)

Сочетанные и множественные травмы относят к числу наиболее тяжелых повреждений с высокой смертностью как на догоспитальном этапе, так и в стационаре.

Сочетанными называют такие травмы, при которых наряду с повреждением органов брюшной или грудной полостей, головного мозга имеются повреждения опорно-двигательного аппарата.

Множественными называют такие травмы, когда имеются два и более повреждений в пределах одной системы органов и тканей (множественные переломы ребер, переломы двух и более сегментов конечности и др.).

Подобные травмы возникают при приложении травмирующей силы большой площади, веса или двигающейся с большой скоростью (падение с большой высоты, авто- и авиакатастрофы, стихийные бедствия, землетрясения, наводнения и др.).

Симптомы могут быть самыми разнообразными и зависят как от локализации повреждений, так и от наличия травматического шока, кровопотери, черепно-мозговых расстройств, острой дыхательной недостаточности, почти всегда осложняющих течение сочетанной травмы.

Клиническую картину определяет ведущее повреждение, которое представляет наибольшую угрозу жизни пострадавшего. Ведущих повреждений может быть несколько, и в соответствии с ними сочетанную травму классифицируют следующим образом:

• сочетанная травма черепа;

• сочетанная травма опорно-двигательного аппарата.

При сочетанной травме черепа имеется травма черепа средней или тяжелой степени, которую сопровождают переломы костей конечностей, таза, позвоночника, переломы ребер. Здесь клинически на первый план выступают мозговые расстройства в виде сопора, комы. К мозговым

расстройствам добавляются расстройства кровообращения, дыхания, сопровождающие шок, который при сочетанной травме имеется всегда.

Сочетанная травма с повреждением живота может сопровождаться симптомами внутреннего кровотечения или повреждением внутренних органов.

Травма опорно-двигательного аппарата может быть ведущей только при массивных повреждениях таза, переломах позвоночника с повреждением спинного мозга, отрывах конечностей.

При травме необходимо выявить ведущие повреждения, а также наличие угрожающих жизни состояний — шок, острая кровопотеря, острая дыхательная недостаточность и др. Обследование проводят одновременно с началом лечебных мероприятий, быстро, внимательно, без суеты. Оценивая состояние, фельдшер прежде всего опирается на следующие параметры: сознание (оглушение, сопор, кома), кровообращение (пульс, АД), дыхание (число дыхательных движений, наличие патологических типов дыхания, инородных тел ротовой полости, глотки, затрудняющих или прекращающих дыхание).

Пострадавшего укладывают на носилки (желательно жесткие). Нарушения дыхания могут происходить вследствие закупорки дыхательных путей рвотными массами, кровью, зубным протезом, а также при западении нижней челюсти и языка. Полость рта и глотки очищают либо отсосом, либо марлевыми салфетками на зажиме, либо обмотав салфеткой палец. При необходимости рот открывают роторасширителем. Затем начинают искусственное дыхание либо аппаратами (типа КИ-ЗМ), либо «рот в рот» (при отсутствии самостоятельного дыхания). При правильно проведенных вышеуказанных мероприятиях происходит восстановление самостоятельного дыхания, нередко вслед за этим пострадавший приходит в сознание.

Кровотечение может быть артериальным, венозным, капиллярным и паренхиматозным. В случае ***артериального кровотечения*** кровь ярко-красного (алого) цвета, бьет из поврежденного сосуда прерывистой струей. Такое кровотечение представляет большую опасность из-за быстрой кровопотери.

При ***венозном кровотечении*** кровь темно-красного цвета, вытекает она непрерывной струей.

В случае ***капиллярного кровотечения*** кровь сочится из раны каплями.

Паренхиматозное кровотечение наблюдается при повреждении внутренних органов (печени, почек и др.).

Кровотечение, которое происходит из открытой раны, называют ***наружным***. Кровотечение, при котором кровь вытекает из сосуда в ткани и полости тела (грудную, брюшную и др.), ***называют внутренним.***

Принято различать первичное и вторичное кровотечение. **Первичное** происходит сразу после травмы. **Вторичное** кровотечение начинается через определенное время после нее вследствие выталкивания тромба, закупорившего сосуд, или в результате ранения сосуда острыми осколками кости или инородными телами. Причиной вторичного кровотечения могут быть неосторожное оказание первой медицинской помощи, плохая иммобилизация конечности, тряска пострадавшего при транспортировании, развитие в ране нагноения.

Опасность кровотечения для здоровья и жизни человека определяется количеством излившейся крови, быстротой кровотечения, возрастом пострадавшего, характером сопутствующих поражений и др. Для взрослого человека угрожающей для жизни является кровопотеря 1,5–2 л. Кровотечение является основной причиной смерти на поле боя, и поэтому главным мероприятием первой помощи раненым является временная остановка кровотечения.

При острой кровопотере у пострадавших отмечаются потемнение в глазах, одышка, головокружение, шум в ушах, жажда, тошнота (иногда рвота), побледнение кожных покровов, особенно конечностей, и губ. Пульс частый, слабый или почти не прощупываемый, конечности холодные. Иногда наблюдается обморок.

В случае повреждения легких, желудочно-кишечного тракта или мочеполовых органов кровь может быть соответственно в мокроте, рвотных массах, испражнениях и в моче.

Большая кровопотеря приводит к утрате пострадавшим сознания. Потеря крови, как уже отмечалось, является основной причиной смерти на поле боя.

При острой кровопотере после остановки кровотечения следует для восполнения недостатка циркулирующей крови ввести в организм большое количество жидкости.

Раненым дают пить крепкий чай, кофе, воду. Следует помнить, что при ранении внутренних органов живота пить пострадавшему давать нельзя.

В целях улучшения кровоснабжения мозга и других жизненно важных органов нужно приподнять ноги пострадавшего. Раненого следует согреть.

Кровопотерю восполняют путем переливания раненым крови, плазмы крови, кровезамещающих жидкостей. Им показана дача кислорода.

В случае ранения капилляров, венозных сосудов и мелких артерий кровотечение может останавливаться самопроизвольно в результате закупорки сосуда сгустком крови.

Виды кровотечений и первая помощь

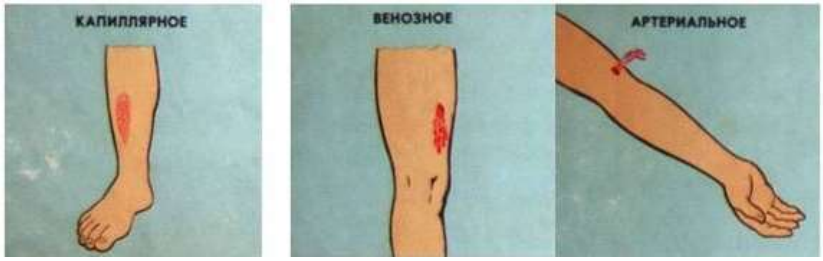

Рис. 2 Виды кровотечений

Таблица 6. Виды кровотечений

Виды кровотечений	***Особенности кровотечений***	***Оказание первой помощи***
	Повреждаются мелкие кровеносные сосуды. Вся раневая поверхность кровоточит, как губка. Обычно такое кровотечение не сопровождается значительной потерей крови и легко останавливается.	
		На рану необходимо положить давящую повязку Доставить к врачу.
Артериальное кровотечение		
	Признаки: бледность, холодный, липкий пот, поверхностное дыхание, слабый и частый пульс.	

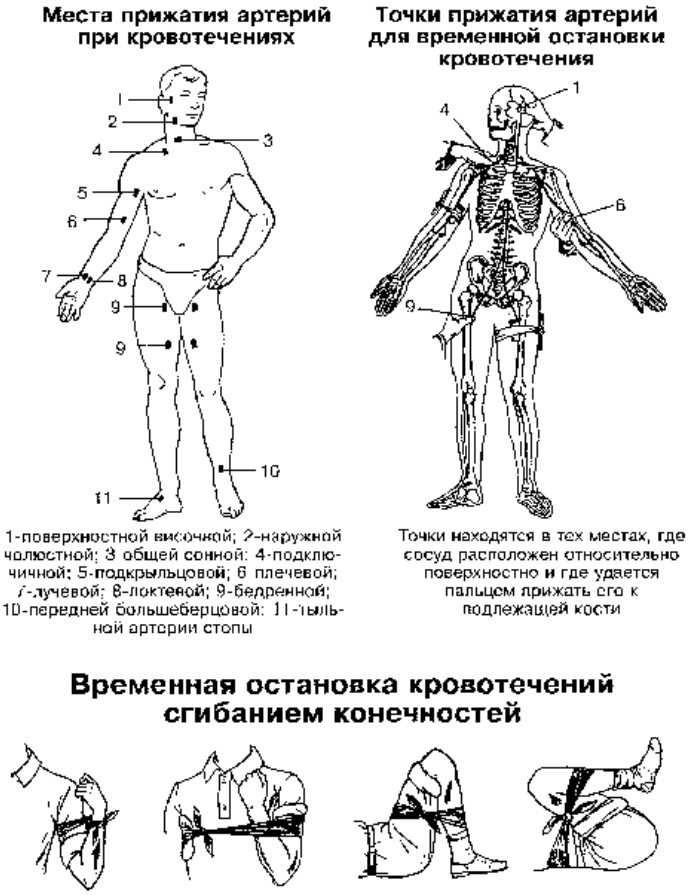

Рис 2

При оказании первой помощи необходимо соблюдать следующие правила:

1) промывать рану можно только в случае попадания в нее едких или ядовитых веществ;
2) в случае если в рану попал песок, ржавчина и т.п. промывать ее водой и растворами лекарственных средств нельзя;
3) нельзя смазывать рану мазями или засыпать порошком — это препятствует ее заживлению;
4) при загрязнении раны следует осторожно удалить грязь с кожи вокруг раны по направлению от краев раны наружу; очищенный участок перед наложением повязки смазывают настойкой йода;
5) нельзя допускать попадания йода внутрь раны;
6) нельзя прикасаться к ране руками, даже если они чисто вымыты; нельзя удалять из раны сгустки крови, так как это может вызвать сильное кровотечение;
7) удалять из раны мелкие осколки стекла может только врач;
8) после оказания первой помощи, когда кровотечение остановлено, если потеря крови оказалась значительной, пострадавшего следует срочно направить к врачу.

Наложение давящей повязки.

Непосредственно на кровоточащую рану накладывают стерильный бинт, марлю или чистую ткань. Если используют нестерильный перевязочный материал, на ткань рекомендуется накапать немного настойки йода, чтобы получилось пятно размером больше раны. Поверх ткани накладывают плотный валик из бинта, ваты или чистого носового платка. Валик туго прибинтовывают и при необходимости продолжают надавливать на него рукой. Если это возможно, кровоточащую конечность следует поднять выше тела. При правильном положении давящей повязки кровотечение прекращается и повязка не промокает.

Остановка кровотечения из конечности сгибанием в суставах.

Для остановки кровотечения необходимо до предела согнуть конечность в суставе, расположенном выше раны.

Наложение жгута или закрутки.

Неквалифицированно наложенный жгут сам по себе представляет серьезную опасность; к этой операции следует прибегать только в крайнем случае при очень сильных кровотечениях, которые не удается остановить иначе. Не теряйте времени! Тяжелое кровотечение может привести к смерти пострадавшего за 3—5 мин.

Если жгут не может быть наложен немедленно, с целью временной остановки кровотечения необходимо надавить пальцами на сосуд выше раны (рис. 9).

Кровотечения останавливают:

- из нижней части лица – прижатием челюстной артерии к краю нижней челюсти (2);
- на виске и лбу – прижатием височной артерии впереди козелка уха (1);
- на голове и шее – прижатием сонной артерии к шейным позвонкам (3);
- на подмышечной впадине и плече – прижатием подключичной артерии к кости в подключичной ямке (4);
- на предплечье – прижатием плечевой артерии посредине плеча с внутренней стороны (5);
- на кисти и пальцах рук – прижатием двух артерий (лучевой и локтевой) к нижней трети предплечья у кисти (6);
- из голени – прижатием подколенной артерии (10),
- на бедре – прижатием бедренной артерии к костям таза (9);
- на стопе – прижатием артерии на тыльной части стопы (11)

Если под рукой нет специального резинового жгута, наиболее подходящим материалом для его изготовления служит мягкий резиновый шланг. На место наложения жгута (выше раны на 5—7 см), чтобы не прищемить кожу, необходимо предварительно положить плотную, ткань или обмотать конечность несколькими слоями бинта. Можно накладывать жгут поверх рукава или брюк. Конечность обматывают несколько раз предварительно растянутым жгутом. Витки должны ложиться плотно, без зазоров и нахлестов. Первый виток наматывают не слишком туго, каждый следующий — все с большим натяжением. Накладывание витков продолжают только до остановки кровотечения, после чего завязывают жгут. Не следует допускать чрезмерного натяжения жгута, так как при этом могут пострадать нервные волокна.

Максимальное время, в течение которого можно не снимать жгут, в теплое время года составляет 1,5—2 ч, в холодное время — 1 ч. Превышение указанного времени может привести к омертвлению обескровленной конечности. После наложения жгута необходимо принять все меры для скорейшей доставки пострадавшего в ближайшее медицинское учреждение.

Если жгут причиняет сильную боль, допускается на время снять его, чтобы дать пострадавшему отдохнуть от боли. Перед этим необходимо плотно прижать пальцами сосуд, по которому кровь идет к ране. Распускать жгут следует очень осторожно и медленно.

Вместо жгута можно воспользоваться закруткой, изготовленной из мягкого нерастягивающегося материала — бинта, полотенца, галстука, пояса и т. п. Прочную петлю окружностью в полтора-два раза превышающей окружность конечности надевают узлом вверх выше раны на 5—7 см. Кожу, так же как и при наложении жгута, защищают от защемления тканью. В узел или под него продевается короткая палочка или любой подходящий предмет, с помощью которого производится накручивание. Как только кровотечение прекратится, закрепляют палочку, чтобы она не могла самопроизвольно раскрутиться, и закрывают рану асептической повязкой.

Под закрутку или жгут необходимо вложить записку с указанием точного времени их наложения.

2. **Решить ситуационные задачи:**

1. При выполнении работы, работник получил ранение с венозным кровотечением. Выполните приемы остановки венозного наружного кровотечения наложением давящей повязки. Для этого:

б) Поднимите конечность вверх;
в) Прижмите пальцами кровоточащий сосуд;
г) Подготовьте перевязочный материал для изготовления давящей повязки;
д) Наложите материал на рану и туго прибинтуйте.

2. При выполнении работы, работник получил ранение с артериальным кровотечением. Выполните приемы остановки артериального кровотечения на предплечье с помощью кровоостанавливающего жгута, используя следующий алгоритм действий:
   а) Определите место прижатия артерии и прижмите пальцами кровоточащий сосуд к подлежащей кости, выше раны.
   б) Оберните место наложения жгута (выше места ранения) чем-либо мягким, например чистой тканью, тщательно расправьте.
   в) Прежде, чем наложить жгут, растяните его, а затем туго забинтуйте им конечность, не оставляя между оборотами жгута непокрытых им участков кожи.
   г) Зафиксируйте жгут, чтобы он не ослаб;
   д) Проверьте правильность наложения жгута (прекращение кровотечения и исчезновение пульса, бледность кожи)
   е) Закрепите за жгут записку с указанием времени его наложения.
3. Выполните приемы остановки артериального кровотечения на предплечье с помощью «закрутки», используя следующий алгоритм действий:
   а) Подготовьте материал для «закрутки» (косынку, платок, полотенце и т.п.);
   б) Оберните место наложения «закрутки» мягкой тканью;
   в) Закрутку обведите вокруг конечности и свяжите узлом на наружной стороне конечности: в этот узел введите палочку и закручивайте ее до прекращения кровотечения.
   г) Закрутив до необходимой степени палочку, закрепите ее так, чтобы она не смогла раскрутиться.
4. Выполните наложение шины на верхние и нижние конечности.
   - измеряют, подгоняют шину по здоровой конечности пострадавшего;
   - перед наложением шину оборачивают мягким материалом;
   - шину накладывают так, чтобы она захватывала не менее 2-х суставов, ближайших к месту перелома, а при переломе плеча и бедра фиксируют 3 сустава;
   - конечность фиксируют шиной в том положении, какое она приняла вследствие травмы, т.е. не пытаются устранить искривление;
   - при наложении шины конечности придают функционально выгодное положение (для руки – сгибание под углов 90º в локтевом суставе, с незначительным отведением руки вперед, для ноги – легкое сгибание в коленном суставе);
   - шину можно накладывать на одежду и обувь, а под костные выступы вблизи суставов подкладывают мягкий материал;
   - прибинтовывают шину плотно, чтобы она составляла единое целое с конечностью;
   - пальцы на конечности не забинтовывают, чтобы следить за состоянием кровообращения.
5. Ответьте на вопросы:
   – Какие существуют виды кровотечений?
   – Перечислите правила оказания первой помощи при кровотечениях.
   – На какое время накладывается жгут в летнее и зимнее время года?
   – Какие материалы можно использовать при оказании первой помощи в качестве подручных средств при ранениях?

Форма представления результата: Правильно наложенные повязки, жгуты, шины, заполненная таблица «Виды кровотечений», устные ответы.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если обучающийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка «хорошо» выставляется, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два - три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Тема 9.1 Конфликты и способы их разрешения

Практическое занятие №17
Конфликты и способы их разрешения в производственной деятельности

Цель: Ознакомиться со способами бесконфликтного общения и саморегуляции

Выполнение работы способствует формированию: ПРб9_ОУП.13, ПРб8_ОУП.13, ПРб7_ОУП.13, , ПРб14_ОУП.13,

Материальное обеспечение: раздаточный материал

Задание: отработать способы разрешения конфликтов в производственной деятельности.

Порядок выполнения работы:

1. Изучите краткие теоретические сведения.
2. Проанализируйте конфликтную ситуацию.
3. Сделайте выводы о наиболее правильном поведении.
4. Решите ситуационные задачи.

1. Краткие теоретические сведения

В настоящее время растет значение эффективного взаимодействия человека с социальной средой, в том числе с трудовым учебным коллективом; с отделением, расчетом, экипажем при прохождении военной службы; с членами семьи, друзьями; с клиентами. Важное значение приобретают не только самостоятельность, ответственность, способность быстро и правильно принимать решения в условиях ЧС мирного и военного времени, но и умение правильно вести себя в коллективе, не допуская конфликтов, а также владение методами саморегуляциии. Умение разрешать конфликты и острые ситуации без насилия, с соблюдением взаимных интересов исключительно актуально в современных условиях. Конфликт (от лат. conflictus) - это столкновение двух или более различных точек зрения. Конфликт - это острый способ разрешения противоречий в интересах, целях, взглядах, который возникает в процессе взаимодействия и заключается в противодействии его участников. Конфликт обычно сопровождается негативными эмоциями, выходит за рамки правил и норм. Конфликты являются предметом изучения науки конфликтологии. Конфликт - ситуация, в которой каждая из сторон стремится занять позицию, несовместимую и противоположную по отношению к интересам другой стороны. Конфликтующими сторонами могут быть как общественные группы, так и отдельные личности. Конфликтная ситуация - это ситуация, объективно содержащая явные предпосылки для конфликта, провоцирующая враждебные действия. Можно ли вообще не вступать в конфликты и существуют ли люди, которые в них никогда не вступают? Людей, никогда не вступающих в конфликты, не существует. Конфликты возникают в нашей жизни почти ежедневно, причем большинство из них – не по желанию участников. Можно назвать конфликтом и серьезную ссору между друзьями, и случайную перебранку незнакомых людей в переполненном автобусе, и

скандал с родителями из-за очередной двойки, и противостояние представителей различных национальностей.

Формула конфликта: Конфликт = истинная причина + повод

Истинная причина - это накопившиеся противоречия, или «корни», конфликта. Повод - или обстоятельство являющееся толчком к началу конфликта. Повод иногда кажется незначительным. Конфликт можно сравнить с айсбергом: на поверхности воды мы видим только небольшую его часть (то есть повод), а глубоко под водой, скрытая для поверхностного наблюдателя, находится большая часть айсберга (истинная причина конфликта).

Все конфликты можно разделить на пять видов:

1. Личностные - между одним человеком и группой людей (например, на вечеринке все ребята хотят танцевать, а Сережа включает для прослушивания новую рок-оперу).

2. Межличностные - между двумя людьми (например, Сережа с братом живут в одной комнате. В 11 часов вечера Сережа собирается лечь спать, а его брат включил громкую музыку).

3. Групповые - между людьми одной группы (например, одна половина группы считает, что всем надо прогулять учебное занятие, а вторая половина - что всем нужно остаться).

4. Межгрупповые конфликты (например, между фанатами к Спартака и Динамо).

5. Внутренние - внутри одного человека (например, Сереже знакомые ребята предлагают сигарету, ему интересно попробовать, но в то же время он знает об опасности курения).

Основными проявлениями конфликтного поведения считаются:

• стремление к превосходству, выражающееся в виде угроз, обвинений, замечаний, несправедливой критики, насмешек. • хвастовство; • категоричность;

• навязывание советов, своей точки зрения; • открытое недоверие; • прерывание собеседника;

• снисходительное отношение к собеседнику;

• подчеркивание различий между собой и собеседником не в его пользу; • устойчивое нежелание признавать свои ошибки и чью-то правоту;

• заниженная оценка вклада партнера в общее дело и преувеличение собственного вклада;

• неискренность в суждениях;

• резкое ускорение темпа беседы и ее неожиданное свертывание;

• неумение выслушать и понять точку зрения собеседника и др.

В протекании конфликта можно выделить пять основных этапов:

• возникновение конфликтной ситуации (предпосылка конфликта);

• осознание наличия конфликтной ситуации ее участниками. Оно проявляется в виде грубых и недоброжелательных высказываний, угроз, изменения настроения. Угрозы не просто выражают желание сделать что-то что повредит другой стороне - они преследуют цель принудить соперника действовать согласно предъявленным требованиям (Если не вернешь деньги, то...), (Если ты ко мне приблизишься…);

• начало открытого конфликтного взаимодействия. При этом один из участников переходит в наступление, направленное на нанесение ущерба противнику. Другой участник в свою очередь предпринимает активные ответные шаги;

• развитие открытого конфликта, когда участники выдвигают требования, не всегда понимая суть происходящего. Развитие конфликта идет по нарастающей - каждое действие порождает противодействие, которое опережает его на шаг. Иногда участники теряют предмет конфликта, забывая в пылу битвы, с чего все началось; • разрешение конфликта, которое часто достигается педагогическими (убеждение, беседа) или административными методами (увольнение, перевод на другую работу).

Важную роль в возникновении конфликтов играют конфликтогены (от лат, conflictus + gen - рождающий конфликт) - слова, действия (или бездействие), способствующие возникновению и развитию конфликта, то есть приводящие к конфликту непосредственно.

Основными словами – конфликтогенами являются:

• слова, выражающие недоверие: «вы меня обманываете», «я вам не верю», «вы в этом не разбираетесь» и др.;

• оскорбления: «негодяй», «подонок», «дурак», «бестолочь», «лентяй, «ничтожество» и др.;

• угрозы: «мы еще встретимся», «я вам это припомню», «ты еще пожалеешь» и др.;

• насмешки: «очкарик», «лопоухий», «мямля», «дистрофик», «коротышка» и др.;

• обидные сравнения: «как скотина», «как свинья», «как попугай» и др.;

• слова, выражающие отрицательное отношение: «я тебя ненавижу», «я не хочу с тобой разговаривать», «ты мне противен» и др.;

• долженствования: «вы обязаны», «ты должен» и др.;

• обвинения: «вы все испортили», «вы обманщик», «ты во всем виноват» и др.;

• слова, выражающие категоричность: «всегда», «никогда», «все», «никто» и др.;

• слова, выражающие снисходительность: «Это же все, кроме тебя, прекрасно понимают», «Не представляю, как можно не знать таких элементарных вещей!», «Ведешь себя, как маленький»;

• слова, выражающие хвастовство: «Я разбираюсь в этом лучше, чем ты», «Вот я - совсем другое дело!»;

• слова, навязывающие свою точку зрения: «Слушайся меня, я старше и понимаю это лучше тебя».

Способы бесконфликтного общения:

Стратегия поведения - устойчивый комплекс действий, предпочитаемый человеком для решения различных задач. Устойчивыми считаются привычные, автоматизированные действия. Стратегия поведения человека в конфликтной ситуации, то есть то, как он ведет себя в данной ситуации, зависит от его индивидных свойств (пола, общих способностей) и его окружения. В то же время стратегия поведения является результатом личного выбора определенных действий из множества других.

В современной конфликтологии выделяют пять стратегий поведения в конфликтной ситуации:

1) соперничество - активное противостояние другой стороне;

2) избегание - уход от конфликтной ситуации;

3) приспособление - одна сторона во всем соглашается с другой, но имеет свое мнение, которое боится высказывать;

4) компромисс - попытка совместного решения, частично удовлетворяющая обе стороны, стратегия взаимной уступки;

5) сотрудничество - уравновешивание интересов, признание ценностей межличностных отношений. Многие люди, попав в конфликтную ситуацию, выбирают стратегию поведения: «я выигрываю - ты проигрываешь» (конкуренция, соперничество).

Для разрешения конфликта необходимо:

• принять упорную, стойкую установку на прекращение конфликта. Проявить инициативу и изменить свое поведение в конфликте. Настроиться на то, что для перехода на путь сотрудничества или компромисса нужны определенные усилия. Чтобы выработать в себе эту установка, надо понять: в конфликтах никто никогда никому ничего не может доказать. Это в равной степени относится к каждому участнику конфликта, поскольку отрицательные эмоции блокируют способность принимать, соглашаться, учитывать, понимать, то есть останавливают работу мысли. Значит, незачем и пытаться что-то доказывать, когда одна из сторон не приемлет никаких доводов;

• отказаться от негативных эмоций по отношению к противнику. Постараться найти возможность уменьшить его негативные эмоции по отношению к себе;

• посмотреть на ситуацию со стороны, попытаться увидеть, что оба оппонента не совсем правы, у обоих есть сильные и слабые стороны; • понять суть конфликта, выявить, каковы истинные интересы противника, что он боится потерять в случае проигрыша;

• попытаться смягчить конфликт, чтобы в дальнейшем снять противоречия. Подготовить два-три варианта частичного разрешения или смягчения конфликта с максимально возможным

учетом своих интересов и интересов противника. Если это возможно, представить варианты полного разрешения конфликта;

• открыто поговорить с противником. Объяснить ему, что конфликт вредит обеим сторонам, предложить перемирие; признать свои ошибки ; обсудить возможность взаимных уступок, компромисса и, таким образом, частично или полностью разрешить конфликт. Если разговор не удался,

следует вернуться к нему через какое-то время. А есть и иной, не менее эффективный способ поведения. Если вы незаметно для себя уже оказались втянутым в конфликт, то нужно замолчать. Не от противника требовать: «замолчи», «прекрати», а от себя. Добиться этого от себя легче, чем от другого. Молчание дает возможность выйти из конфликтной ситуации и тем самым прекратить ее. Это же просто: для ссоры, конфликта, скандала нужно участие двух сторон, а если одна исчезла - с кем ссориться? Так же следует всячески избегать словесной констатации отрицательного эмоционального состояния партнера («А чего ты нервничаешь, чего злишься?», «Ты никогда меня не можешь понять»), так как это его только укрепляет и усиливает. Войну может победить только отказ от войны. Нужно учиться избегать конфликтов. А это достигается прежде всего силой собственного примера. И самое главное - надо вести себя с другими так, как вам хотелось бы, чтобы они вели себя с вами, Поэтому, заявляя о своих правах, следует помнить: они есть и у окружающих, Если каждый научится уважать личные права других, то другие будут также уважать его права. И конфликтов в нашей жизни станет намного меньше.

Задание 1.Проанализировать одну из конфликтных ситуаций, которая была в вашей жизни (ученик – ученик, ученик- учитель (воспитатель), ученик – родители, ученик – тренер) по предложенному плану.

Задание 2. Используя предложенные рекомендации, сделайте выводы о наиболее правильном поведении в вашем конфликте и тех ошибках, которые вы допустили и постараетесь избежать в будущем.

Анализ конфликтной ситуации:

1. Описание конфликта. Какая проблема послужила "толчком" к возникновению конфликта? _____

2. Участники конфликта: действия одной стороны конфликта, действия другой стороны конфликта. _____

3. Можно ли было остановить перерастание проблемы в конфликт? В какой момент? _____

4. Что помешало остановить перерастание проблемы в конфликт? _____

5. Какой способ разрешения конфликта вы считаете наиболее эффективным в данной ситуации и почему? _____

6. Подумайте над последствиями выбора вариантов поведения: _____

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ

Варианты поведения в конфликтных ситуациях:

- Избегание (нежелание вступать в конфронтацию, уход от конфликта).
- Компромисс ("половинчатая" выгода каждой стороны).
- Сотрудничество (учитываются интересы обеих сторон).
- Приспособление одной из сторон к целям и интересам другой.
- Соревнование (выигрывает одна из сторон конфликта).

Правила эффективного поведения в конфликте:
1. Остановись! Не торопись реагировать!
2. Дай себе немного времени, чтобы оценить ситуацию!
3. Откажись от установки: "Победа любой ценой!"
4. Подумай о последствиях выбора!

Когда ты очень раздражен, разгневан…
1. Дай себе минуту на размышление и, что бы ни произошло, не бросайся сразу "в бой".
2. Сосчитай до десяти, сконцентрируй внимание на своем дыхании.
3. Попробуй улыбнуться и удержи улыбку несколько минут.
4. Если не удается справиться с раздражением, уйди и побудь наедине с собой некоторое время.

Задание 3. Решите ситуационные задачи:
1. В отделе по планированию сети накопилось много текущей работы, т.к. несколько работников ушли в отпуск и сроки выполнения этой работы достаточно ограничены. Начальник отдела просит выйти сотрудников в выходной день за предоставление в последствии оплачиваемого выходного дня (отгула). Но руководство предприятия не разрешает выход на работу за двойную оплату, мотивируя это экономией фонда заработной платы. Практически все отказываются, так как из-за нехватки персонала отгулы не дадут, а без согласия работника начальник отдела не может заставить выйти на работу в выходной день.
2. Работник цеха начал злоупотреблять алкогольными напитками и опаздывать на работу. Начальник цеха решил поговорить с работником, в результате чего работник сорвался и наорал на начальника, тем самым поставив себя под угрозу увольнения.
3. Муж начал злоупотреблять спиртными напитками, жена не хочет (выносить сор из избы, боится разрушить семью, поэтому делает вид, что ничего не происходит, скрывает ситуацию от родственников и друзей. Какую стратегию поведения в данной ситуации выбрала жена? Правильно ли она поступает? Как вы считаете, какая стратегия поведения здесь наиболее эффективна?
4. Вспомните конфликтные ситуации, свидетелем которой вы были и проанализируйте, ответив на следующие вопросы:
Алгоритм анализа ситуационных задач:
1. Определите вид конфликта.
2. Кто был инициатором конфликта?
3. Какая, по вашему мнению, была причина конфликтной ситуации?
4. Как разрешился данный конфликт?
5. Можно было бы избежать этого конфликта и, каким образом?

Форма предоставления результата: письменные ответы на вопросы, решение ситуационных задач

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если обучающийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка «хорошо» выставляется, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два - три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Тема 9.2 Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия

Практическое занятие № 18
Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия в профессиональной деятельности

Цель: научиться конструктивно строить свои взаимоотношения с окружающими, учитывать психофизические особенности и позиции участников коммуникации, эффективно разрешать конфликты.

Выполнение работы способствует формированию: ПРб9_ОУП.13, ПРб7_ОУП.13, ПРб8_ОУП.13, ПРб14_ОУП.13

Материальное обеспечение: раздаточный материал

Задание: отработать навыки бесконфликтного общения

Порядок выполнения работы:

1. Изучите краткие теоретические сведения.
2. Проанализируйте конфликтную ситуацию. Сделайте выводы о наиболее правильном поведении.
3. Решите ситуационные задачи.

Краткие теоретические сведения.

В зависимости от результатов решения конфликтных ситуаций, их можно обозначить как **деструктивные или конструктивные**. Итогом **деструктивного** столкновения является неудовлетворение одной или обеих сторон итогом столкновения, разрушение отношений, обиды, непонимание.

Конструктивным является конфликт, решение которого стало полезным для сторон, принимавших в нем участие, если они построили, приобрели в нем что-то ценное для себя, остались удовлетворены его результатом.

Деструктивные стратегии поведения в конфликте

Типичными деструктивными приемами воздействия на партнера в конфликтной ситуации является использование угроз, «эмоциональных ударов» (унижения, оскорбления в адрес противника), ссылка на авторитет (или его отрицание), уклонение от обсуждения проблемы, лесть и т. д. Рассмотрим несколько примеров деструктивных приемов.

1. *Запугивание и угрозы*. Общая формула: «потому что я сильнее тебя», «потому что если ты не…, то я …» Примеры: «У меня есть возможности оказать на вас влияние», «Если вы не решите мой вопрос, мне придется обратиться к вашему руководству».
2. *Унижение партнера, оскорбления в его адрес*. Общая формула: «потому что ты (делаешь это всегда неправильно; никогда не можешь ясно объяснить, что ты хочешь; никогда не доводишь дело до конца; просто дурак; ничего в этом не понимаешь)». Примеры: «Вы даже не в состоянии понять проблему», «Вы постоянно делаете ошибки в самых простых ситуациях».
3. *Ссылки на свой авторитет или отрицание авторитета другого*. Общая формула: «потому что я… (здесь решаю; лучше вас в этом разбираюсь)», «потому что вы… (совсем не так компетентны, правы, как думаете)». Примеры: «Поверьте, мне уже неоднократно приходилось принимать подобные решения», «Не думаю, чтобы вы в этом разбирались лучше других».
4. *Уклонение от обсуждения проблемы*. Примеры: «По-моему, вы драматизируете ситуацию», «Я вообще не вижу здесь никакой проблемы».

5. *Лесть*. Примеры: «Вы настолько лучше меня в этом разбираетесь, что вам нетрудно будет найти правильное решение проблемы», «Неужели ты не пойдешь мне навстречу, ведь ты же все можешь и тебе это ничего не стоит».

Среди наиболее часто и типично использовавшихся была выделена своеобразная *«психологическая редукция»,* сведение возникшей конфликтной ситуации к «плохому характеру» участника (или участников) конфликта. Работник жалуется на плохую организацию труда или несправедливость руководителя, а его обвиняют в «скандальности». С помощью этого приема занятая человеком позиция интерпретируется как следствие тех или иных его личностных особенностей и тем самым обесценивается. При этом ему наносится «эмоциональный удар», нередко вынуждающий его занять позицию защиты и оправдания себя.

Другой прием — это *«привязывание» неустраивающего поведения работника к интересам группы*, состоящее в противопоставлении интересов отдельной личности и группы в целом. В этом случае возникает потенциальная возможность давления на человека со стороны группы.

Следующий прием ослабления позиции партнера — это его *компрометация*, причем какие бы зоны ни затрагивались, она в целом способствует снижению доверия к человеку, что, в конечном счете, ослабляет его позицию.

Кроме упомянутых приемов воздействия на «конфликтующего» мы сталкивались и с другими тактиками «силового» воздействия на человека: «застать врасплох», «найти уязвимые места у партнера и воспользоваться его слабостью», наконец, использование угроз и других способов наиболее грубого давления. Все они, однако, связаны с применением силы и направлены на то, чтобы «подавить» партнера.

Методы воздействия могут включать в себя и «мягкие» приемы и разнообразные формы манипулирования, позволяющие «переиграть» партнера. Все приемы манипулирования направлены на создание ситуаций, помогающих манипулятору использовать партнера для достижения своих целей.

Е. Доценко на основе анализа работ разных авторов выделил **пять групп признаков, характеризующих манипуляцию:**

1. психологическое воздействие как родовой признак понятия;
2. отношение манипулятора к другому как к средству достижения собственных целей;
3. стремление получить односторонний выигрыш;
4. скрытый характер воздействия;
5. использование (психологической) силы, игра на слабостях.

Стратегии конструктивного поведения

Одно из наиболее известных описаний приемов взаимодействия — это правила ведения конструктивного спора по Станиславу Кратохвилу (табл. 1 и 2), включающие описания позитивных и деструктивных приемов вербальной коммуникации в конфликтной ситуации.

Таблица 1. Конструктивный спор по Кратохвилу: стиль спора

	+	—
1. Конкретность	В споре имеется предмет, нападение или защита сводится к конкретному поведению.	Обобщение: поведение называется «типичным», ссылка на события прошедшие или не имеющие отношения к делу.
2. Вовлеченность	Оба увлечены, наносят и получают сильные «удары».	Один из участников не задействован, находится в стороне от спора, оскорбляется, прекращает спор преждевременно и т. д.
3.	Ясная, открытая, каждый говорит за себя, думает то, что говорит. Его	Слишком частое повторение своих доводов и невнимание к доводам другого. Скрытые

Коммуникация	можно понять и ответить ему. Хорошая «обратная связь».	признаки непонимания, намеки, неясности «шум».
4. «Честная игра»	Не допускаются «удары ниже пояса» и принимается во внимание, сколько может вынести партнер.	Аргументы не относятся к предмету спора, но нацелены в чувствительное место.

Таблица 2. Конструктивный спор по Кратохвилу: результат спора

	+	—
1. Информативность	Что-то узнал(а) или получил(а), научился чему-то новому.	Не узнал(а) ничего нового.
2. Отреагирование	Исчезла напряженность, уменьшилось озлобление, выяснены претензии.	Напряжение не исчезло, а осталось или усилилось.
3. Сближение	Спор привел к взаимопониманию и сближению партнеров. Есть ощущение, что это их касается, что так и должно быть. Сохраняют свое достоинство.	Партнеры более отдалены, чем прежде. Ощущение, что они не поняты или сильно обижены.
4. Улучшение	Устранение проблемы, разрешение ситуации, оправдания, извинения, планы на будущее.	Ничего не решено, участник не старается ничего исправить или оставляет это другому и не хочет его простить.

Наиболее распространенными приемами ведения обсуждения и предъявления своей позиции являются приемы ***аргументации*** и ***контраргументации***. К техникам аргументации обычно относят предъявление аргументов, развертывание аргументов и метод положительных ответов, а к техникам контраргументации — «перелицовку» аргументов партнера, их расчленение и встречное развертывание аргументации.

Например, метод положительных ответов предполагает постановку конкретных вопросов, с помощью которых по каждому отдельному пункту достигается согласие оппонента. Тем самым, оба партнера постепенно приходят к одному выводу. Метод перелицовки направлен на подведение партнера к противоположным выводам с помощью постепенного прослеживания решения проблемы вместе с ним. Метод расчленения предполагает конкретизацию и разделение аргументов партнера с их последующей проработкой и т. д.

Психологическое влияниев малой группе.

Одним из важных вопросов управления производственными группами является организационно-психологическое воздействие руководителей на группы с целью повышения эффективности их деятельности.

Стратегии, направления и методы (способы, приемы) организационнопсихологического управленческого воздействия могут характеризоваться их направленностью, содержанием и организационной формой. Они могут быть направлены на группу в целом, отдельные неформальные подгруппы или конкретных членов в группе. При этом они строятся на использовании групповых и индивидуальных мотивов деятельности, ценностей и норм поведения, на учете психологических закономерностей жизнедеятельности коллектива и личности в нем. Социально-психологические методы задают многообразные организационные формы, среди которых выделяются индивидуальные и коллективные, прямые и косвенные и некоторые другие формы управляющих воздействий руководителей.

Организационно-психологическое воздействие целесообразно осуществлять в тех случаях, когда наблюдается тенденция снижения эффективности группы или очевидно возникновение событий, которые могут с высокой вероятностью привести к снижению эффективности.

В этом воздействии должны учитываться внешние условия и специфика совместной деятельности, уровень развития группы и проявления ее социально-психологических характеристик, потенциал и структура группы и т. д

Для психологического влияния в малой группе можно использовать следующие методы:

1. **Помогайте в самооценке**. Важнейшей силой, способствующей переменам, является осознание их необходимости.
2. **Будьте практичны**. Начинайте с небольших изменений и дайте им увеличиться.
3. **Показывайте на своём примере**. Стараясь влиять на окружающих, покажите, что вы верны своему слову.
4. **Вознаграждайте движение в правильном направлении**. Психологи находят, что люди склонны вести себя так, как это одобряют окружающие.
5. **Добейтесь согласия в целях**. Членам группы необходимо видеть будущее и участвовать в установлении целей перемен.
6. **Старайтесь увидеть потенциальные опасности**. Реалистичные ожидания позволяют людям успешно планировать и готовить себя к неудачам.

Задание 2. Вспомните и опишите ситуацию из личной жизни, когда конфликт был разрешен деструктивно и конструктивно. Как бы вы решили данный конфликт, спустя время?

Задание 3. Решение ситуационных задач:

1. В вашем учреждении есть работа, которую бы вы хотели делать. Но вам поручают лишь неинтересные, не творческие дела.

Вопрос: Как вы будете добиваться того, чего вы хотите? Какую стратегию поведения вы выберите?

2. Одна сотрудница высказывает другой претензии по поводу многочисленных и часто повторяющихся ошибок в работе. Вторая сотрудница принимает высказываемые претензии за оскорбление. Между ними возникает конфликт.

Вопрос: В чем причина конфликта? Определите конфликтную ситуацию. Какую стратегию поведения вы выберите?

3. Вы недавно назначены менеджером по кадрам. Вы еще плохо знаете сотрудников фирмы, сотрудники еще не знают вас в лицо. Вы идете на совещание к генеральному директору. Проходите мимо курительной комнаты и замечаете двух сотрудников, которые курят и о чем-то оживленно беседуют. Возвращаясь с совещания, которое длилось один час, вы опять видите тех же сотрудников в курилке за беседой.

Вопрос: Как бы вы поступили в данной ситуации? Объясните свое поведение.

4. Вы – начальник отдела. В отделе напряженная обстановка, срываются сроки выполнения работ. Не хватает сотрудников. Выезжая в командировку, вы случайно встречаете свою подчиненную – молодую женщину, которая уже две недели находится на больничном. Но вы находите ее в полном здравии. Она кого-то с нетерпением встречает в аэропорту.

Вопрос: Как вы поступите в этом случае? Объясните свое поведение.

5. В ответ на критику со стороны подчиненного, прозвучавшую на служебном совещании, начальник начал придираться к нему по мелочам и усилил контроль за его служебной деятельностью.

Вопрос: В чем причина конфликта? Определите конфликтную ситуацию.

Таблица «Диагностическая карта конфликтной ситуации»

Категория	**Классификационный признак конфликта**	**Характерные особенности**

Типология конфликта	Межличностный конфликт	Столкновение людей, чьи нормы поведения или методы работы взаимно исключают друг друга или несовместимы в данной ситуации
	Горизонтальный конфликт	Охватывает рядовых сотрудников, не находящихся в подчинении друг друга
	Конфликт вызван трудовым процессом	Возник в производственной деятельности в ходе производственного процесса
	Конфликт вызван психологическими особенностями человеческих взаимоотношений	Плохая психологическая коммуникация, антипатия, действия руководителя
	Конфликт вызван личным своеобразием членов трудового коллектива	Неумение и нежелание контролировать свои эмоции, агрессивность, некоммуникабельность
	Деструктивный конфликт	Это разногласие, приводящее к негативным последствиям, влияющим не только на результат труда, но и на микроклимат в коллективе
	Конфлик типа схваток	Обе стороны могут не расчитывать на компромисс, необходимо вмешательство руководства
	Открытый конфликт	Ссора, спор
	Неоправданный конфликт	Необоснован, с позиции осуществления контроля над деятельностью другого лица, без имеющихся на то оснований
	Локальный конфликт	Охватывает отдельное структурное подразделение
	Антагонистический конфликт	Сопровождается неуступчивостью и непремиримостью сторон
	Социально-трудовой конфликт	Вызван несовпадением частных и общих интересов
	Субъективный конфликт	Возник из-за мотивации, поведения, целей участников конфликта
Причины конфликта	Информация	Спорный вопрос профессиональной деятельности и правильности выполнения должностных обязанностей
	Структурные факторы	Вопрос социального статуса в рамках организации.
	Несовпадение позиций	Разногласия между субъектами по поводу профессиональной деятельности
	Особенности восприятия	Возникновение негативной реакции одного человека на другого
	Ценностные факторы	Принципы, которые провоглашаются одними и отвергаются другими
	Предрасположенность к конфликту	Индивидуальные особенности личности и ее

		психологическое состояние
	Формирование агрессивных реакций	Предрасположенность сторон к конфликтам

6. Во время планерки один из сотрудников вашего коллектива «вышел из себя», не принимая ваших замечаний по поводу плохо выполненной работы. В присутствии членов коллектива он швыряла ручки на пол, кричала, что ему не создают должных условий и обвинил Вас – как начальника цеха в некомпетентности. Сотрудники ощущали себя несколько неловко, но с любопытством поглядывали на Вас, ожидая развязки. Вы не можете позволить подчиненному так себя вести, ведь он подрывает ваш авторитет и показывает дурной пример другим коллегам.
Проанализируйте ситуацию и предложите варианты решения.

Форма предоставления результата: решение ситуационных задач

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если обучающийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка «хорошо» выставляется, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два - три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Тема 9.3 Психологическиемеханизмы воздействия на большие группылюдей

Практическое занятие № 19
Психологические механизмы воздействия на большие группы людей в профессиональной деятельности.

Цель: ознакомиться с механизмами воздействия на большие группы людей.

Выполнение работы способствует формированию: ПРб9_ОУП.13, ПРб7_ОУП.13, ПРб8_ОУП.13, ПРб14_ОУП.13

Материальное обеспечение: раздаточный материал

Задание: отработать навыки бесконфликтного общения

Порядок выполнения работы:

1. Изучите краткие теоретические сведения.
2. Решите ситуационные задачи.
3. Ответьте на вопросы.

Краткие теоретические сведения

Психологическое воздействие на большие группы помогает передавать информацию, мобилизовывать их, вызывать эмоции у участников. Оно может успокоить толпу или, наоборот, взволновать её.

Механизмы воздействия используются для:

1. введения новой информации в систему взглядов, установок человека;
2. изменения структурных отношений в системе установок (предоставление такой информации, которая вскрывает объективные связи между объектами, изменяет старые связи между установками, взглядами человека);
3. изменение отношений человека (сдвиг мотивов).

Существует целый спектр механизмов воздействия.

Основные из них: заражение, внушение, убеждение, подражание, манипуляция.

1. ***Заражение*** — передача эмоций или идей через передачу их массе, передача своего состояния или отношения другому человеку или группе людей, которые каким-то образом (пока не нашедшим объяснения) перенимают это состояние или отношение. Передаваться и усваиваться данное состояние может как непроизвольно, так и произвольно.

Заражение является самым древним механизмом психологического воздействия. Оно основано на апелляции к эмоционально-бессознательной сфере человека (заражение паникой, раздражением, смехом и т. п.). Его эффект зависит от степени интенсивности эмоционального состояния оратора и количества слушателей.

Факторами эффективности данного механизма являются:

- высокая энергетика поведения оратора;
- артистизм в исполнении действий;
- интригующее вовлечение партнеров в выполнение действий;
- постепенное наращивание интенсивности действий;
- индивидуализированный взгляд в глаза;
- прикосновение и телесный контакт.

Особой ситуацией, где усиливается воздействие через заражение, является - паника. Поводом к панике может быть какое-либо известие, вызывающее эмоциональный шок. Для всякого человека, оказавшегося в ситуации паники, осознание ее причин весьма затруднительно, так как он сам в большей или меньшей степени оказывается вовлеченным в это состояние. Знание причин и циклов паники очень важно для ее предотвращения.

2. Под *внушением (суггестией)* понимается сознательное, неаргументированное воздействие на человека или группу людей, имеющее своей целью изменение их состояния, отношения к чему-либо и предрасположенности к определенным действиям. Оно также основано на апелляции к бессознательному, к эмоциям человека, но уже вербальными средствами.

Применяя данный механизм воздействия, оратор пользуется следующими средствами:

- личный магнетизм;
- личный авторитет;
- уверенность вербального и невербального поведения;
- отчетливая, размеренная речь;
- использование условий и обстановки, усиливающих суггестивное воздействие (приглушенное освещение, ритмические звуки, ритуальные прикосновения и пр.);
- выбор наиболее внушаемых партнеров.

Внушаемость – степень подверженности внушению, способность к некритическому восприятию поступающей информации. Данная характеристика зависит от ряда особенностей человека, подвергающегося воздействию.

Выделяют три основных формы внушения:

1. гипнотическое внушение;
2. внушение в состоянии релаксации (мышечной и психической);
3. внушение при активном состоянии бодрствования человека.

Приемы внушения направлены на снижение критичности человека при приеме информации и использование эмоционального переноса. Так, прием переноса предполагает, что при передаче сообщения новый факт связывается с хорошо знакомыми фактами, явлениями, людьми, к которым

человек имеет эмоциальнально положительное отношение, в результате чего происходит перенос данного эмоционального состояния на новую информацию (возможен перенос и отрицательного отношения).

Условия от которых зависит эффективность внушений:

а) влияние возраста (дети и подростки более внушаемы, чем взрослые);

б) психическое и физическое состояние взрослых (люди утомленные и физически ослабленные быстрее поддаются внушению);

в) авторитет внушающего, особенно руководителя и лидера, создающий эффект доверия к источнику ин формации. Авторитет доверия проявляется не только по отношению к личности руководители, но и к группе, которую он представляет.

г) особенности личностей, подвергающихся внушению. Возможен эффект сопротивления внушению, а также использование дополнительных средств, чтобы преодолеть «психическую самозащиту» сопротивляющегося.

3. *Убеждение* - словесное воздействие на членов группы, направленное на то, чтобы группа оценила доводы и самостоятельно приняла решение.

Рассматривается как сознательное, аргументированное воздействие на другого человека или группу людей, имеющее своей целью изменение их суждения, отношения, намерения или решения.

Убеждение апеллирует к разуму, предполагает достаточно высокий уровень развития логического мышления слушателя. Содержание и форма убеждения должны соответствовать уровню развития личности.

Выделяют следующие требования к содержанию убеждающего воздействия:

- предъявление адресату ясных, четко сформулированных аргументов в приемлемом для него темпе и в понятных для него терминах (метод развертывания аргументации);
- открытое признание как сильных, так и слабых сторон предлагаемого решения, дающее адресату понять, что инициатор воздействия сам видит ограничения этого решения (метод двусторонней аргументации);
- получение согласия на каждом шаге доказательства (метод положительных ответов Сократа).

Слушатель, на которого направлен механизм убеждения, сначала сравнивает получаемую информацию с уже имеющейся с целью создания представления о том, как оратор преподносит информацию (если человеку кажется, что оратор скрывает факты, допускает ошибки, то доверие к нему резко падает); далее создается общее представление об авторитетности убеждающего; в конце происходит сравнение установок оратора и слушателя (если расстояние между ними очень велико, то убеждение может быть неэффективным).

Убеждение более эффективно, когда убеждается группа, а не индивид.

Степень эффективности воздействия информации на установки человека зависит также от параметра первичности-вторичности информации. Первичная информация воспринимается менее критично. В то же время повторяемость информации оказывает пропагандистское влияние, но частота повторений не должна быть чрезмерной, в противном случае возникает отторжение информации.

4. *Подражание* определяется как копирование чужого поведения и образа мыслей. В качестве механизма психологического воздействия, соответствующего подражанию, рассматривается *пробуждение импульса к подражанию* – способности вызывать стремление быть подобным себе. Эта способность может как непроизвольно проявляться, так и произвольно использоваться. Стремление подражать и подражание также может быть произвольным и непроизвольным.

Выделяют следующие средства, способствующие пробуждению данного импульса:

- публичная известность;

- демонстрация высоких образцов мастерства;
- демонстрация доблести, милосердия, служения идее;
- новаторство;
- личный магнетизм;
- «модное» поведение и оформление внешности;
- призыв к подражанию.

Подражание является важнейшим фактором в развитии личности ребенка, оно присуще также и взрослым.

5. ***Манипуляция*** — скрытое воздействие на группу с целью вызвать нужные манипулятору эмоции и подвести к выполнению определённых действий.

Виды и примеры манипулирования со стороны руководителя

Манипуляции со стороны руководства могут проявляться в различных формах, чтобы достичь своих целей и управлять подчинёнными. Психологи и бизнес-тренеры выделяют несколько основных видов воздействия и описывают их возможные последствия для коллег, руководителей и подчинённых.

Первый вид манипулирования, который часто встречается, — это манипуляция информацией. Руководители могут сознательно скрывать или искажать информацию, чтобы воздействовать на решения и действия своих подчинённых. Например, руководитель может представить исключительно негативные аспекты нового проекта, чтобы подтолкнуть своих подчинённых к принятию желаемого решения.

Другой вид манипулирования — это использование эмоций для манипуляции. Руководители могут воздействовать на эмоциональное состояние своих подчинённых, применяя такие методы, как внушение чувства вины или страха. Например, руководитель может упрекать подчинённого за неудачи в прошлом проекте, чтобы подтолкнуть его к выполнению текущих задач.

Третий вид — манипуляция властью. Руководители могут использовать своё положение в организации, чтобы оказывать воздействие на подчинённых. Например, руководитель может угрожать увольнением или снижение коэффициента эффективности тому, кто не выполняет его требования.

Ещё один вид — манипуляция поощрением. В этом случае руководитель использует вознаграждения и похвалу как средство управления поведением подчинённых. Например, руководитель может обещать повышение или бонус за выполнение определённой работы, чтобы мотивировать своих подчинённых, но за обещанием не стоит обязательство его выполнить.

Эти виды манипулирования могут создавать неблагоприятное рабочее окружение, вызывать стресс и доводить до потери доверия между руководителями, подчинёнными и коллегами. В данном случае отличие манипуляции со стороны руководителя от мотивации будет заключаться в том, что в приоритете стоят личные цели. В то время, как при мотивирование сотрудников, во главе стоит общая цель и учитываются возможности каждого.

Уловки, используемые манипуляторами:

Манипуляции выражаются через различные уловки и тактики, применяемые как руководителями, так и подчинёнными для достижения своих целей или сохранения власти. Важно уметь их распознать и не попасть под влияние манипулятора.

— Манипуляция через комплименты и похвалу. Например, руководитель может часто поощрять конкретного подчинённого, намеренно игнорируя других. Это может стать причиной зависти и недовольства у остальных коллег, а также привести к недоверию к руководству.

— Манипуляция через создание конфликтов и распространение слухов. Например, подчинённые могут целенаправленно разжигать конфликты между коллегами, чтобы отвлечь внимание от собственных ошибок или неудач, или даже для того, чтобы укрепить свою позицию в организации. Это может разрушить рабочие отношения и снизить производительность.

— Манипуляции через сравнение. Например, руководитель может приводить в пример более

высокие показатели другого отдела, чтобы стимулировать сотрудников на работать усерднее. Это может привести к неприятию коллег из этого отдела, а также эмоциональному выгоранию.
— Манипуляция через отрицание ответственности. Руководитель или коллега может попытаться избежать ответственности за свои действия, переложив её на других, например, на подчинённых. Это стать причиной недовольства коллег, создать напряжённую атмосферу в коллективе и даже подорвать доверие к организации.
— Манипуляция через отказ от сотрудничества. Подчинённые или руководители могут намеренно отказываться от сотрудничества с коллегами, чтобы добиться своих корыстных целей или укрепить свою позицию. Это может привести к обострению конфликтов в коллективе и снижению общей производительности.

Профилактика появления манипуляций в коллективе.
Профилактика появления манипуляций в коллективе может быть эффективной, если коллеги, руководители и подчинённые будут совместно прилагать усилия для создания здоровой и профессиональной рабочей среды. Для этого они могут применять ряд стратегий:
— Создание атмосферы открытого общения и доверия, где коллеги могут свободно высказывать свои взгляды и опасения, способствует предотвращению манипуляций. Важно поощрять честное обсуждение различий во мнениях и искреннее уважение друг к другу.
— Руководители могут содействовать развитию профессиональной этики в коллективе, подчёркивая важность справедливости, уважения и эмпатии во всех взаимодействиях. Это может создать среду, где манипулятивные тактики будут менее приемлемы.
— Установление ясных стандартов поведения и ожиданий в отношениях между коллегами, руководителями и подчинёнными может помочь предотвратить манипуляции. Это включает в себя честную оценку производительности, распределение обязанностей, а также вознаграждений, что делает процессы более прозрачными.
— Подчинённые могут быть обучены распознавать признаки манипуляций и быть готовыми к адекватной реакции на подобные ситуации. Они также должны знать, что у них есть право защищать себя от манипуляций и бороться за равноправие.
— Подчинённые должны быть внимательны к своим правам и границам на рабочем месте, а также готовы действовать в случае нарушения своих интересов. Такие стратегии помогут предотвратить появление манипуляций и создадут здоровую и профессиональную рабочую среду для всех участников коллектива.
Примеры, как разговаривать с манипуляторами
Рассмотрим способы, как эффективно отвечать на манипуляции в рабочем коллективе, на конкретных примерах:
Пример манипуляции: Манипулятор предлагает вам выполнить свою работу, оправдываясь отсутствием времени или необходимости помощи.
Способ ответа: вы можете отказаться с объяснением, что в данный момент у вас высокая загрузка и важно завершить свои собственные задачи в первую очередь. Кроме того, можно предложить манипулятору альтернативное решение, например, предложить помочь в более удобное для вас время.
Пример манипуляции: Манипулятор использует угрозы или шантаж, чтобы добиться вашего согласия на выполнение задачи.
Способ ответа: в данной ситуации важно остаться спокойным и уверенным. Откажитесь выполнить задачу под давлением и, при необходимости, обратитесь к руководству или HR-специалистам для поддержки.
Пример манипуляции: Манипулятор использует чувства вины, чтобы заставить вас сделать то, что вам необходимо.
Способ ответа: определите свои границы и убедитесь, что вы осознаёте, что не должны чувствовать вины в подобной ситуации. Критически оцените, действительно ли данная просьба оправдана, и при необходимости откажитесь, объяснив свои решения.

Пример манипуляции: Манипулятор использует лесть или комплименты, чтобы добиться вашего согласия на что-то.
Способ ответа: оцените истинность высказываний манипулятора. Вы можете ответить благодарностью за комплимент, но при этом сохранить свою решительность в отношении представленного предложения.
Пример манипуляции: Манипулятор пытается внушить вам, что он (она) единственный (единственная) кто может помочь в данной ситуации.
Способ ответа: попросите подтверждение представленной информации у других коллег или независимых источников. Это поможет вам определить, является ли ситуация фактически срочной и требующей мгновенной реакции, или же можно спокойно обдумать все аспекты предложения.
Помните, необходимо действовать с уважением и профессионализмом, придерживаясь своих установленных границ.

2. Решение ситуационных задач:

1. Семья Ивановых состоит из 3 человек мать – Ирина, отец- Виктор, сын – Сергей.
Отец является примером подражания для Сергея, он ,как и отец, рано встает по утрам, делает зарядку, пьет крепкий кофе. Но у его отца была всего одна вредная привычка - курения. Не пришлось долго дожидаться того дня, когда мать нашла у сына пачку сигарет. Решив не доводить дело до полной огласки, мать объяснила сыну, что курение вредно, но подросток ее не слушал.

2. Полный зал людей, пришедших на концерт известного юмориста, где рассказан очень смешной анекдот, и все громко смеются. Человек, только что вошедший и не слышавший шутку, начинает смеяться со всеми.
Чем вызвано такое поведение человека?

3. В отделе по планированию сети накопилось много текущей работы, т.к. несколько работников ушли в отпуск и сроки выполнения этой работы достаточно ограничены. Начальник отдела просит выйти сотрудников в выходной день за предоставление в последствии оплачиваемого выходного дня (отгула). Но руководство предприятия не разрешает выход на работу за двойную оплату, мотивируя это экономией фонда заработной платы. Практически все отказываются, так как из-за нехватки персонала отгулы не дадут, а без согласия работника начальник отдела не может заставить выйти на работу в выходной день. Как заставить работников выйти на работу?

4. Рассмотрите приведённые ниже ситуационные задачи и определите, в какой из них скрыта манипуляция. Ответ обоснуйте.

Ситуация 1. Вы сделали все уроки, решили отдохнуть и зашли в популярную соцсеть. Вскоре приходит сообщение от одноклассника, который просит вас дать ему списать эссе, заданное к завтрашнему уроку по ОБЖ. Вы, рассудив, что двух одинаковых творческих работ быть не может и что вас же могут заподозрить в списывании, если работу одноклассника прочитают первой, делаете вид, что не увидели сообщение-просьбу, и выходите из сети.

Ситуация 2. Вы сделали все уроки, решили отдохнуть и зашли в популярную соцсеть. Вскоре приходит сообщение от одноклассника о том, что проходит конкурс эссе по теме, заданной вам к завтрашнему уроку по ОБЗР. Участие в конкурсе поощряется ценными призами, однако заявки принимаются от команды не менее чем из двух человек. Одноклассник готов подать заявку и приложить к ней оба эссе. Вы с радостью соглашаетесь на это предложение и отправляете свою работу приятелю, ведь если бы не он, вы упустили бы шанс поучаствовать в конкурсе.

5. Из представленных ситуаций выберите ту, где происходит манипулирование людьми в процессе общения. Ответ обоснуйте, выпишите слова-доказательства.

Ситуация 1. Подойдя к кабинету хирурга, мужчина поинтересовался у окружающих, давно ли идет прием.

Ситуация 2. Ребенок после прогулки по больничному двору просит у мамы бутерброд. Мама отказывает ему, так как он не желает мыть руки после прогулки. Сын начинает плакать со словами: «Если ты будешь заставлять меня мыть руки, я не буду убирать свои игрушки».

Ситуация 3. Фармацевт, привлекая внимание потенциальных покупателей, демонстрирует превосходство лекарственных средств и сообщает, что цена на следующую партию будет уже выше.

Ситуация 4. Медицинская сестра говорит пациентам, что уже поздно, просит выключить телевизор и разойтись по палатам.

6. Приведите примеры, когда применяется механизмы воздействия на группу людей:

а) заражение; б) внушение; в) убеждение; г) подражание.

Задание 3. Ответить на вопросы:

1. Какие механизмы воздействия на группы людей выузнали?
2. Дайте краткую характеристику механизмов воздействия.
3. Какие виды манипуляций существуют?
4. Как не поддаться на мунипуляции?

Форма предоставления результата: решение ситуационных задач

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если обучающийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка «хорошо» выставляется, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два - три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Тема 10.3 Достоверностьинформации в цифровой среде

Практическое занятие № 20
Достоверностьинформации в цифровой среде в профессиональной деятельности

Цель: Обобщение знаний о безопасности в цифровой среде; о правилах защиты от вредоносного программного обеспечения, от мошенников;

Выполнение работы способствует формированию: ПРб15_ОУП.13, ПРб8_ОУП.13, ПРб7_ОУП.13

Материальное обеспечение: не требуется

Задание: отработать навыки определения достоверной информации в цифровой среде.

Порядок выполнения работы:

1. Изучите краткие теоретические сведения.
2. Работа в группах.
3. Решите ситуационные задачи.

Краткие теоретические сведения

Цифровая среда - пространство, доступ в которое осуществляется посредством электронных устройств и в котором с помощью программных средств происходит активное взаимодействие людей между собой или людей с электронными сервисами: создание поисковых

запросов и получение информации по ним, публикация постов, фото- и видеоматериалов, отправка сообщений.

Пользуясь различными гаджетами, подключаясь к Интернету, мы погружаемся в цифровую среду – быстро меняющееся и динамично реагирующее на наши запросы пространство, которое формирует интернет-сайты, поисковые серверы, социальные сети и форумы, мессенджеры, мобильные приложения, электронные почтовые сервисы, компьютерные игры.

В цифровой среде люди выступают как цифровые сущности – аккаунты и профили (анонимные и персональные). Пользователь цифровой среды действует в ней, с одной стороны, как активный потребитель информации (выбирает контент, формирует поисковые запросы), а с другой стороны, как создатель и распространитель контента (размещает сообщения, комментарии, фото и видео информацию).

Большинство интернет-пользователей чувствуют себя в цифровой среде достаточно защищенными, но, несмотря на то, что в виртуальном пространстве действуют государственные законы, общепринятые нормы поведения и даже формируются новые правила (сетевой этикет), гарантий полной безопасности не существует.

Это обусловлено совокупностью факторов:

В цифровом пространстве отсутствует контакт «лицом к лицу». Замена его взаимодействием цифровых сущностей создает иллюзию анонимности, что снижает у некоторых людей степень ответственности за свои поступки и вызывает желание нарушить правила поведения и этические нормы, которые они в реальной жизни, как правило, соблюдают.

Другое заблуждение, свойственное пользователям цифровой среды – иллюзия приватности – необоснованная уверенность в том, что он полностью контролирует размещенную информацию, включая персональную. Сведениями личного характера могут воспользоваться злоумышленники в корыстных целях.

При работе в цифровом пространстве необходимо помнить об угрозе заражения цифровых устройств вредоносными программами, которые могут вывести технику из строя или привести к потере пользователем данных. В цифровом пространстве присутствуют персоны, противоправную деятельность которых полностью предотвратить невозможно. Об обеспечении безопасности в цифровой среде заботятся как на индивидуальном, так и на общественном и государственнном уровнях: принимаются специальные цифровые законы, выпускаются антивирусные программы, владельцы социальных сетей разрабатывают и обновляют правила поведения в них. Но каждый пользователь должен лично принимать участие в обеспечении собственной безопасности.

Основные опасности цифровой среды

Электронные риски или киберриски, угрожающие самому устройству (планшету, ноутбуку, смартфону), установленным на нем программам, банковским счетам, паролям (трояны, вирусы, кибератаки).

Информационные риски, угрожающие сознанию владельца цифрового устройства (цифровая зависимость, фальшивые новости, вовлечение в деструктивные группы, психологические травмы).

Цифровая зависимость

Серьезная социальная и медицинская проблема.

Необходимо обратить внимание:

- если пользователь бесцельно и хаотично ищет что-то в Интернете;
- постоянно и подолгу переписывается в мессенджерах и чатах;
- много времени (более 7-8 часов каждый день) проводит за компьютерной игрой (или игрой на смартфоне) и общением в социальных сетях;
- беспрерывно смотрит фильмы, видеоролики, сериалы через Интернет;
- совершает множество бесконтрольных покупок в Интернете;
- постоянно читает новости;

Чрезмерное погружение в цифровую реальность чревато привыканием.

Основные признаки цифровой зависимости

- придание сверхзначимости постоянному присутствию и общению в соцсетях;
- формирование эмоциональной зависимости, колебания настроения в зависимости от возможности присутствия в Интернете;
- потребность в увеличении времени присутствия в Интернете;
- возникновение «синдрома отмены» - ухудшение самочувствия при отсутствии возможности доступа в цифровую среду;
- возникновение нарушений (недоразумений, конфликтов) в общении в личной жизни;
- потеря самоконтроля, возникновение срывов при попытках отрегулировать время присутствия в цифровой среде;

Дополнительные признаки цифровой зависимости

- ухудшение здоровья (набор или потеря веса, мышечные боли), психологическая (депрессия, тревога, апатия);
- нарушение ритма жизни, пренебрежение общением, отказ от хобби;
- использование обмана с целью доступа в Интернет;

Игромания - патологическая склонность к играм, в цифровой среде выражается в навязчивой потребности играть в онлайн -видеоигры; ВОЗ с 01.01.2022 включила зависимость от видеоигр в перечень болезней и расстройств.

Опасный контент - информационные материалы, способные причинить моральные страдания человеку, нанести урон его психике.

Хищные персоны – манипуляторы, вербовщики в деструктивные движения, мошенники, интернет-тролли.

Вербовщики – люди, занимающиеся привлечением к какой-либо деятельности (зачастую преступной).

Троллинг – провокативное и издевательское общение в соцсетях.

Правила поведения

- быть внимательным к тем, кто пытается стать вашим виртуальным другом;
- не сообщать незнакомым или малознакомым людям информацию о себе(адрес, номер телефона, место учебы), если кто-то настойчиво хочет ее получить, сказать об этом взрослым;
- свой профиль держать закрытым;

Электронные риски - угрожают электронным устройствам и программному обеспечению.

Программы, приложения

Программами принято называть программное обеспечение (ПО), используемое на компьютере;

Приложениями принято называть ПО, используемое на смартфонах и планшетах;

Вредоносное программное обеспечение

Что вам известно о вредоносном ПО?

-это программы, предназначенные для осуществления несанкционированного доступа к информации или ресурсам информационной системы и воздействия на них.

Наиболее распространенные виды вредоносного ПО:

Какие виды вредоносных программ вы знаете?

-вирусы – внедряются в программы, распространяются по каналам связи, могут удалить операционную систему, отдельные файлы, блокировать работу пользователей; потребляют ресурсы системы, занимают место на накопителях информации;

-троянские программы (трояны) – проникают в компьютер под видом легального ПО, могут собирать данные банковских карт, нарушать работоспособность компьютера и даже использовать IP-адрес пользователя.

Опасные явления в Интернете

Какие опасные явления вам известны?

Фишинг (рыбная ловля, выуживание) – вид Интернет-мошенничества, целью которого является получение доступа к конфиденциальной информации. Нередки случаи, когда пользователь получает письмо (или сообщение в социальной сети) от банка, в котором у него оформлена карта (или интернет-магазина, в котором он делал заказ), содержащее ссылку на сайт этого банка (интернет-магазина). Адрес в ссылке будет практически неотличим от реального, визуально знакомого. Пройдя по этой ссылке, потенциальная жертва мошенничества попадает на страницу, где ей будет предложено заполнить специальную форму – ввести личные данные, данные банковской карты (логин, пароль), номер телефона.

Спам – распространенное явление в Интернете, которое можно назвать условно мошенническим.

Как правило, спам-сообщения носят рекламный или агитационный характер. Например, это может быть реклама новой акции в каком-либо магазине, письмо с просьбой помочь человеку, попавшему в беду. Спам может нанести вред компьютеру, причинить неудобства пользователю, поскольку открытие некоторых сообщений может повлечь за собой установку вредоносного ПО. Если попасть в базу рассылки спамеров, сообщения от них будут поступать постоянно. Считается, что первая спам-рассылка была осуществлена в конце XIX века с помощью телеграфа: когда компания «Вестерн Юнион» разрешила отправку телеграмм сразу нескольким адресатам, ряд британских политиков получили рекламное сообщение о предлагаемых им услугах дантиста. Установлено, что 45% всех отправленных электронных писем являются спамом.

Социальная инженерия – совокупность приемов, направленных на получение несанкционированного доступа к конфиденциальной информации и основанных на знании особенностей психологии людей. Мошеннические схемы и технологии постоянно совершенствуются.

Пуш-уведомления – небольшие всплывающие окна на экране устройства. Уведомления могут выводиться на экране любого устройства, имеющего область оповещений.

Прообраз компьютерного вируса был создан в 1971 году, программа получила название Creeper. Creeper не являлся полноценным вирусом, так как вреда системе не было нанесено никакого. Всё что он делал, это занимался поиском по сети компьютеров, затем мог самостоятельно скопировать на них и вывести на терминале сообщение: Я Крипер, поймай меня, если сможешь! («I'm the creeper, catch me if you can!»). В том случае, если Creeper уже обнаружил на машине существующую копию самого себя, то «перепрыгивал» на другую машину;

Защита

Как можно защитить себя от мошеннических сообщений?

критичное отношение ко всем входящим сообщениям. Если вас просят перевести деньги, сообщить пароль, код, пришедший по СМС и т. п, то предпринимать действия рекомендуется только после проверки подлинности сообщения и его источника.

Правила кибергигиены

Соблюдение ряда простых правил поможет вам если не полностью обезопасить компьютер и мобильные устройства, то по крайней мере снизить риск их заражения, а также сохранить ваши средства и персональные данные.

Как и что скачивать:

- постоянно пользуйтесь антивирусным программным обеспечением, регулярно обновляйте и не отключайте его;
- скачивайте только проверенные программы и приложения из надежных источников, читайте отзывы от них (вас должно насторожить, если при установке приложение запрашивает слишком много прав);
- скачивайте только те программы и приложения, которые вам действительно нужны;

- избегайте скачивания различных «расширений» и «улучшителей» функционала для широко распространенных приложений;

Как защититься от вредного вредоносного ПО

- проверьте права установленных у вас приложений, поставьте ограничения;
- избегайте подписки на пуш-уведомления сайтов в браузерах (это наделит владельцев этих сайтов обширными возможностями);

Как защититься от мошенников, стремящихся воспользоваться личными данными

- не рекомендуется переходить по ссылкам и заполнять формы, в которых необходимо указывать личные данные; Если вам нужно выполнить какие-либо операции с банковской картой, сделайте это тс помощью официального сайта банковского учреждения;
- номер и пин-код банковской карты, логины и пароли от личных кабинетов должны знать только вы и на всякий случай ваши родители(на письма, сообщения, звонки с просьбой уточнить/перепроверить/подтвердить личные данные отвечайте отказом, а о поступившем предложении сообщите взрослым);
- не храните пин-коды от карт рядом с самими картами. Запишите в мобильный телефон номер службы поддержки банка или установите мобильное приложение от банка, чтобы в случае утери или кражи карты можно было сразу же обратиться в банк и заблокировать карту;
- не разрешайте фотографировать документы и банковские карты, если кто-то предпринял эти попытки, сообщите взрослым;
- относитесь к копиям ваших документов (электронным и бумажным) так же внимательно, как и к самим документам, не оставляйте их на виду и постарайтесь не пересылать их по электронной почте;
- если вам на электронную почту пришло сообщение от финансового учреждения с просьбой перейти по ссылке и заполнить некую форму, перенаправьте это письмо в службу безопасности финансового учреждения, таким образом вы поможете предотвратить мошеннические действия в отношении себя и других пользователей;
- если не хотите получать уведомления от компаний или интернет-магазинов, не соглашайтесь на рассылку от них сообщений или направьте письмо с просьбой исключить вас из списка рассылки;

Правила создания и хранения паролей

- всегда придумывайте сложные пароли;
- используйте разные пароли для разных устройств;
- периодически меняйте пароли;
- старайтесь не записывать пароли на листках бумаги и не хранить их рядом с банковскими картами;
- используйте программы для хранения паролей;

Как защититься от спам-рассылок

- заблокируйте этих авторов, письма поместите в папку «Спам» или удалите;
- постарайтесь не оставлять без надобности ФИО, адрес электронной почты и телефон при совершении покупок;

Как обезопасить себя при совершении операций на электронных торговых площадках

- не вносите предоплату и не сообщайте данные своей карты, даже если покупка кажется вам очень выгодной (вас должно насторожить, если продавец создает иллюзию ажиотажного спроса на его товар, побуждая вас внести предоплату);
- внимательно читайте правила и условия пользования сайтами, если оставляете на нем свои персональные данные;

Задание 2: Работа в группах.
Пользуясь раздаточным материалом рассказать одногруппникам правила работы на компьютере/телефоне в Интернете; Уметь защититься от мошенников, стремящихся воспользоваться личными данными;
Задание для 1-й группы: расскажите что такое цифровая среда, перечислите три основные опасности, с которыми может столкнуться пользователь цифровой среды;
Задание для 2-й группы: перечислите правила кибергигиены;
Задание для 3-й группы: перечислите наиболее распространенные виды вредоносного программного обеспечения;
Задание для 4-й группы: что такое социальная инженерия; перечислите, как можно защититься от мошенников, стремящихся воспользоваться вашими личными данными;

Задание 3. Решите ситуационные задачи:
1 . Вам в соц.сети пришло сообщение от друга. *Ваши действия в данной ситуации?*
- Привет, займи денег, через день верну.
- Сколько?
- 2000
- Заезжай.
- Мне на карту надо, переведи.
2. Пришло СМС на номер телефона с номера +7 (962)007-21-40
Ошиблась. Положила вам 100р. Верните пожалуйста дочке на билайн 896552406783 Яна.
Ваши действия в данной ситуации?
3. Вас объявили победителем. На ваш номер телефона пришло СМС с сообщением:
Поздравляем Вас! По итогам акции на Ваш абонентский номер выпал ПРИЗ – плазменный телевизор! Чтобы получить его отправьте sms на номер …
Ваши действия в данной ситуации?
4. На некотором сайте разместили личную информацию о вас (ФИО, адрес, увлечения и т. д.) вместе с фотографией. Это все было взято из социальных сетей, где данная информация и фотография в настоящее время отсутствуют, так как вы сами все удалили. Правомерно ли размещение подобной информации?
5. Вы заказали в интернет-магазине «оригинальные» кроссовки дорогого бренда. Оплата осуществлялась переводом денег (в размере 10 тысяч рублей) на Qiwiкошелек продавца. Через сутки, почитав отзывы в интернете о продавце и осознав, что были обмануты, вы заполнили соответствующую заявку на сайте платежной системы Qiwi о том, что перевели деньги мошеннику. При этом создали и сохранили скриншоты переписки. Какие у вас шансы вернуть деньги?
6. В соц.сетях с вами пытается познакомиться незнакомый человек. На что вы обратите внимание? Ваши действия?

Общие рекомендации:
Для проверки достоверности информации, полученной через Интернет, можно воспользоваться следующими рекомендациями:

1. Проверьте факты. **Факт — это реальное событие, которое действительно произошло.**
2. Найдите другие источники и сравните информацию. **Если в разных источниках Интернета данные совпадают, то, скорее всего, им можно доверять.**
3. Ознакомьтесь с рейтингом и репутацией сайта. **Известные ресурсы трепетно относятся к своему рейтингу и вряд ли будут размещать данные сомнительного характера.**
4. Выясните, кто автор материала. **Поищите информацию об авторе, познакомьтесь с отзывами о его работах.**

5. Обратите внимание на заголовок сайта, статьи, документа или другого опубликованного материала. **Часто недостоверная информация заманивает заголовками, которые нас сильно удивляют, расстраивают, злят, пугают.**
6. Обратите внимание на оценочные суждения, оскорбительные и грубые выражения в опубликованном материале.
7. Проверьте авторство и достоверность цитат.
8. Обратите внимание на фотографии и иллюстрации, которые содержит опубликованный материал.
9. Проверьте дату опубликованного материала.
10. Ищите в официальных документах или высказываниях специалистов ссылки на источники.

Также доверие вызывают материалы, отсканированные или перепечатанные и опубликованные в Интернете из реальных источников, например, учебники, энциклопедии, справочники и так далее.

Форма предоставления результата: решение ситуационных задач

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если обучающийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка «хорошо» выставляется, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два - три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Тема 11.2 Правила безопасногоповедения при угрозе и совершении террористического акта

Практическое занятие № 21
Правила безопасногоповедения при угрозе и совершении террористического акта, в том числе на производственных объектах

Цель: научиться определять правильные действия при угрозе теракта; составить алгоритм действий при угрозе террористического акта; ознакомить обучающихся с перечнем неотложных мер по пресечению теракта (при обнаружении оставленных и бесхозных подозрительных предметов, при получении любой информации о подготовке теракта и т.п.), научиться определять правильные действия в случае захвата в заложники; составить алгоритм действий в случае захвата в заложники.

Выполнение работы способствует формированию: ПРб16_ОУП.13, ПРб12_ОУП.13

Материальное обеспечение: раздаточный материал, видеоролик

Задание: отработать правила безопасного поведения при угрозе теракта.

Порядок выполнения работы:

1. Изучите теоретический материал.
2. Ответьте на вопросы.
3. Заполните таблицу «Виды терроризма»

4. Решите ситуационные задачи.

Краткие теоретические сведения

В настоящем Федеральном законе "О противодействии терроризму" используются следующие основные понятия:

1) терроризм - идеология насилия и практика воздействия на принятие решения органами государственной власти, органами публичной власти федеральных территорий, органами местного самоуправления или международными организациями, связанные с устрашением населения и (или) иными формами противоправных насильственных действий;

2) террористическая деятельность - деятельность, включающая в себя:

а) организацию, планирование, подготовку, финансирование и реализацию террористического акта;

б) подстрекательство к террористическому акту;

в) организацию незаконного вооруженного формирования, преступного сообщества (преступной организации), организованной группы для реализации террористического акта, а равно участие в такой структуре;

г) вербовку, вооружение, обучение и использование террористов;

д) информационное или иное пособничество в планировании, подготовке или реализации террористического акта;

е) пропаганду идей терроризма, распространение материалов или информации, призывающих к осуществлению террористической деятельности либо обосновывающих или оправдывающих необходимость осуществления такой деятельности;

3) террористический акт - совершение взрыва, поджога или иных действий, устрашающих население и создающих опасность гибели человека, причинения значительного имущественного ущерба либо наступления иных тяжких последствий, в целях дестабилизации деятельности органов власти или международных организаций либо воздействия на принятие ими решений, а также угроза совершения указанных действий в тех же целях;

4) противодействие терроризму - деятельность органов государственной власти, органов публичной власти федеральных территорий и органов местного самоуправления, а также физических и юридических лиц по:

а) предупреждению терроризма, в том числе по выявлению и последующему устранению причин и условий, способствующих совершению террористических актов (профилактика терроризма);

б) выявлению, предупреждению, пресечению, раскрытию и расследованию террористического акта (борьба с терроризмом);

в) минимизации и (или) ликвидации последствий проявлений терроризма;

5) контртеррористическая операция - комплекс специальных, оперативно-боевых, войсковых и иных мероприятий с применением боевой техники, оружия и специальных средств по пресечению террористического акта, обезвреживанию террористов, обеспечению безопасности физических лиц, организаций и учреждений, а также по минимизации последствий террористического акта;

6) антитеррористическая защищенность объекта (территории) - состояние защищенности здания, строения, сооружения, иного объекта, места массового пребывания людей, препятствующее совершению террористического акта. При этом под местом массового пребывания людей понимается территория общего пользования федеральной территории, поселения, муниципального округа или городского округа, либо специально отведенная территория за их пределами, либо место общего пользования в здании, строении, сооружении, на ином объекте, на которых при определенных условиях может одновременно находиться более пятидесяти человек.

Основными тенденциями развития современного терроризма являются:

• расширение географии терроризма в мире и его интернационализация;

• усиление взаимного влияния различных внутренних и внешних социальных, политических, экономических и иных факторов, способствующих возникновению и распространению терроризма;

• повышение уровня организованности террористической деятельности, создание крупных террористических формирований с развитой инфраструктурой;

• усиление взаимосвязи терроризма и организованной преступности;

• рост финансового и материально-технического обеспечения террористических структур;

• стремление субъектов терроризма овладеть средствами массового поражения людей;

• попытки использования терроризма как инструмента вмешательства во внутренние дела государств.

В целях своевременного информирования населения о возникновении угрозы террористического акта могут устанавливаться уровни террористической опасности.

Уровень террористической опасности устанавливается решением председателя антитеррористической комиссии в субъекте Российской Федерации, которое подлежит незамедлительному обнародованию в средства массовой информации.

*Повышенный **«СИНИЙ»** уровень* устанавливается при наличии требующей подтверждения информации о реальной возможности совершения террористического акта.

При установлении «синего» уровня террористической опасности рекомендуется:

1. При нахождении на улице, в местах массового пребывания людей, общественном транспорте обращать внимание на:

- внешний вид окружающих (одежда не соответствует времени года либо создается впечатление, что под ней находится какой - то посторонний предмет);
- странности в поведении окружающих (проявление нервозности, напряженного состояния, постоянное оглядывание по сторонам, неразборчивое бормотание, попытки избежать встречи с сотрудниками правоохранительных органов);
- брошенные автомобили, подозрительные предметы (мешки, сумки, рюкзаки, чемоданы, пакеты, из которых могут быть видны электрические провода, электрические приборы и т.п.).

2. Обо всех подозрительных ситуациях незамедлительно сообщать сотрудникам правоохранительных органов.

3. Оказывать содействие правоохранительным органам.

4. Относиться с пониманием и терпением к повышенному вниманию правоохранительных органов.

5. Не принимать от незнакомых людей свертки, коробки, сумки, рюкзаки, чемоданы и другие сомнительные предметы даже на временное хранение, а также для транспортировки. При обнаружении подозрительных предметов не приближаться к ним, не трогать, не вскрывать и не передвигать.

6. Разъяснить в семье пожилым людям и детям, что любой предмет, найденный на улице или в подъезде, может представлять опасность для их жизни.

7. Быть в курсе происходящих событий (следить за новостями по телевидению, радио, сети «Интернет»).

*Высокий **«ЖЕЛТЫЙ»** уровень* устанавливается при наличии подтвержденной информации о реальной возможности совершения террористического акта.

Наряду с действиями, осуществляемыми при установлении «синего» уровня террористической опасности, рекомендуется:

1. Воздержаться, по возможности, от посещения мест массового пребывания людей.

2. При нахождении на улице (в общественном транспорте) иметь при себе документы, удостоверяющие личность. Предоставлять их для проверки по первому требованию сотрудников правоохранительных органов.

3. При нахождении в общественных зданиях (торговых центрах, вокзалах, аэропортах и т.п.)

обращать внимание на расположение запасных выходов и указателей путей эвакуации при пожаре.

4. Обращать внимание на появление незнакомых людей и автомобилей на прилегающих к жилым домам территориях.

5. Воздержаться от передвижения с крупногабаритными сумками, рюкзаками, чемоданами.

6. Обсудить в семье план действий в случае возникновения чрезвычайной ситуации:

- определить место, где вы сможете встретиться с членами вашей семьи в экстренной ситуации;

- удостовериться, что у всех членов семьи есть номера телефонов других членов семьи, родственников и экстренных служб.

Критический ***«КРАСНЫЙ»*** *уровень* устанавливается при наличии информации о совершенном террористическом акте либо о совершении действий, создающих непосредственную угрозу террористического акта.

Наряду с действиями, осуществляемыми при установлении «синего» и «желтого» уровней террористической опасности, рекомендуется:

1. Организовать дежурство жильцов вашего дома, которые будут регулярно обходить здание, подъезды, обращая особое внимание на появление незнакомых лиц и автомобилей, разгрузку ящиков и мешков.

2. Отказаться от посещения мест массового пребывания людей, отложить поездки по территории, на которой установлен уровень террористической опасности, ограничить время пребывания детей на улице.

3. Подготовиться к возможной эвакуации:

- подготовить набор предметов первой необходимости, деньги и документы;

- подготовить запас медицинских средств, необходимых для оказания первой медицинской помощи;

- заготовить трехдневный запас воды и предметов питания для членов семьи.

4. Оказавшись вблизи или в месте проведения террористического акта, следует как можно скорее покинуть его без паники, избегать проявлений любопытства, при выходе из эпицентра постараться помочь пострадавшим покинуть опасную зону, не подбирать предметы и вещи, не проводить видео и фотосъемку.

5. Держать постоянно включенными телевизор, радиоприемник или радиоточку.

6. Не допускать распространения непроверенной информации о совершении действий, создающих непосредственную угрозу террористического акта.

ВНИМАНИЕ! В качестве маскировки для взрывных устройств террористами могут использоваться обычные бытовые предметы: коробки, сумки, портфели, сигаретные пачки, мобильные телефоны, игрушки.

Объясните это вашим детям, родным и знакомым. Не будьте равнодушными, ваши своевременные действия могут помочь предотвратить террористический акт и сохранить жизни окружающих.

Правила поведения при террористическом акте

К террористическому акту невозможно подготовиться заранее, поэтому следует всегда быть настороже.

Главное правило: избегайте без необходимости посещения регионов, городов, мест и мероприятий, которые могут привлечь внимание террористов.

Общие рекомендации:

- обращайте внимание на подозрительных людей, предметы, на любые подозрительные мелочи. Сообщайте обо всем подозрительном сотрудникам правоохранительных органов;

- никогда не принимайте от незнакомцев пакеты и сумки, не оставляйте свой багаж без присмотра;

- у семьи должен план действий в чрезвычайных обстоятельствах, у всех членов семьи должны быть номера телефонов, адреса электронной почты.

- необходимо назначить место встречи, где вы сможете встретиться с членами вашей семьи в экстренной ситуации;

- в случае эвакуации, возьмите с собой набор предметов первой необходимости и документы;

- всегда узнавайте, где находятся резервные выходы из помещения;

- в доме надо укрепить и опечатать входы в подвалы и на чердаки, установить домофон, освободить лестничные клетки и коридоры от загромождающих предметов;

- организовать дежурство жильцов вашего дома, которые будут регулярно обходить здание, наблюдая, все ли в порядке, обращая особое внимание на появление незнакомых лиц и автомобилей, разгрузку мешков и ящиков;

- если произошел взрыв, пожар, землетрясение, никогда не пользуйтесь лифтом;

- старайтесь не поддаваться панике, что бы ни произошло.

Поведение в толпе:

Террористы часто выбирают для атак места массового скопления народа. Помимо собственно поражающего фактора террористического акта, люди гибнут и получают травмы еще и в результате давки, возникшей вследствие паники. Поэтому необходимо помнить следующие правила поведения в толпе:

- Избегайте больших скоплений людей.

- Не присоединяйтесь к толпе, как бы ни хотелось посмотреть на происходящие события.

- Если оказались в толпе, позвольте ей нести Вас, но попытайтесь выбраться из неё.

- Глубоко вдохните и разведите согнутые в локтях руки чуть в стороны, чтобы грудная клетка не была сдавлена.

- Стремитесь оказаться подальше от высоких и крупных людей, людей с громоздкими предметами и большими сумками.

- Любыми способами старайтесь удержаться на ногах.

- Не держите руки в карманах.

- Двигаясь, поднимайте ноги как можно выше, ставьте ногу на полную стопу, не семените, не поднимайтесь на цыпочки.

- Если давка приняла угрожающий характер, немедленно, не раздумывая, освободитесь от любой ноши, прежде всего от сумки на длинном ремне и шарфа.

- Если что-то уронили, ни в коем случае не наклоняйтесь, чтобы поднять.

- Если Вы упали, постарайтесь как можно быстрее подняться на ноги. При этом не опирайтесь на руки (их отдавят либо сломают). Старайтесь хоть на мгновение встать на подошвы или на носки. Обретя опору, "выныривайте", резко оттолкнувшись от земли ногами.

- Если встать не удается, свернитесь клубком, защитите голову предплечьями, а ладонями прикройте затылок.

Попав в переполненное людьми помещение, заранее определите, какие места при возникновении экстремальной ситуации наиболее опасны (проходы между секторами на стадионе, стеклянные двери и перегородки в концертных залах и т.п.), обратите внимание на запасные и аварийные выходы, мысленно проделайте путь к ним.

Легче всего укрыться от толпы в углах зала или вблизи стен, но сложнее оттуда добираться до выхода.

При возникновении паники старайтесь сохранить спокойствие и способность трезво оценивать ситуацию.

Не присоединяйтесь к митингующим "ради интереса". Сначала узнайте, санкционирован ли митинг, за что агитируют выступающие люди.

Не вступайте в незарегистрированные организации. Участие в мероприятиях таких

организаций может повлечь уголовное наказание.

Во время массовых беспорядков постарайтесь не попасть в толпу, как участников, так и зрителей. Вы можете попасть под действия бойцов спецподразделений.

При захвате в заложники:

Любой человек по стечению обстоятельств может оказаться в качестве заложника у преступников. При этом они могут добиваться достижения политических целей, получения выкупа и т.п. Во всех случаях, Ваша жизнь становиться предметом торга для террористов. Захват может произойти в транспорте, в учреждении, на улице, в квартире. Если Вы оказались в заложниках, рекомендуем придерживаться следующих правил поведения:

- основное правило – не допускайте действия, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам;
- переносите лишения, оскорбления и унижения. Не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе;
- при необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной. Старайтесь не допускать истерик и паники;
- на совершение любых действий (сесть, встать, попить, сходить в туалет) спрашивайте разрешение;
- если Вы ранены, постарайтесь не двигаться, этим Вы сократите потерю крови.

Помните – Ваша цель остаться в живых. Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы преступников, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения, тематику разговоров и т.д. Помните, что получив сообщение о Вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимые действия по Вашему освобождению. Во время проведения спецслужбами операции по Вашему освобождению неукоснительно соблюдайте следующие требования:

- лежите по полу лицом вниз, голову закройте руками и не двигайтесь;
- ни в коем случае не бегите навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как они могут принять Вас за преступника;
- если есть возможность, держитесь подальше от проемов дверей и окон.

Вы можете оказаться в ситуации, когда Вам станет известно о готовящемся или совершенном преступлении, возможно, кто-то знает о готовящемся преступлении против Вас. Как поведете Вы, так, возможно, поведут себя и другие.

При угрозе теракта:

- Всегда контролируйте ситуацию вокруг себя, особенно когда находитесь на объектах транспорта, культурно - развлекательных, спортивных и торговых центрах.
- При обнаружении забытых вещей, не трогая их, сообщите об этом водителю, сотрудникам объекта, службы безопасности, органов милиции. Не пытайтесь заглянуть внутрь подозрительного пакета, коробки, иного предмета.
- Не подбирайте бесхозных вещей, как бы привлекательно они не выглядели.
- В них могут быть закамуфлированы взрывные устройства (в банках из-под пива, сотовых телефонах и т.п.). Не пинайте на улице предметы, лежащие на земле.
- Если вдруг началась активизация сил безопасности и правоохранительных органов, не проявляйте любопытства, идите в другую сторону, но не бегом, чтобы Вас не приняли за противника.
- При взрыве или начале стрельбы немедленно падайте на землю, лучше под прикрытие (бордюр, торговую палатку, машину и т.п.). Для большей безопасности накройте голову руками.
- Случайно узнав о готовящемся теракте, немедленно сообщите об этом в правоохранительные органы.

Если вам стало известно о готовящемся или совершенном преступлении, немедленно

сообщите об этом в органы ФСБ или МВД.

Задание 2. Проанализируйте слайды и ответьте на следующие вопросы:
- Какова динамика и количество терактов в мире, в РФ?
- Дайте определение понятию ”терроризм”, назовите его разновидности.
- Назовите методы и приемы терактов, предпосылки, причины терактов;
- Потенциальные объекты возможных терактов.
- Превентивные меры на объекте.
- Характерные признаки подготовки террористических актов.

Задание 3. Заполнить таблицу:

Виды терроризма	Характеристика (цель)	Приведите примеры
По характеру субъекта:		
Неорганизованный		
Организованный		
По целям:		
Националистический		
Религиозный		
Идеологический		

Задание 4. Определите правильные действия в следующих ситуациях:
1) В салоне трамвая вы увидели подозрительную хозяйственную сумку;
2) Вы увидели возле своего дома подозрительный грузовик с мешками, которые переносили подозрительными лицами в подвал дома;
3) Стоя на остановке общественного транспорта, уловили еле слышное тиканье какого-то механизма;
5.Ознакомьтесь с информацией:

Признаки наличия взрывных устройств

- Бесхозные портфели, чемоданы, сумки, свертки, мешки, коробки.
- Шум из обнаруженного предмета (тиканье часов, щелчки)
- Необычное размещение обнаруженного предмета
- Наличие на найденном предмете источников питания (батарейки)
- Припаркованные вблизи домов автомашины, неизвестные жильцам (бесхозные)
- Специфический, не свойственный окружающей местности запах;
- Растяжки из проволоки, ниток, веревки.

Форма предоставления результата: Заполненная таблица, устные ответы на вопросы, решение ситуационных задач.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если обучающийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка «хорошо» выставляется, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два - три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Тема 11.3 Противодействие экстремизму и терроризму

Практическое занятие № 22
Противодействие экстремизму и терроризму

Цель: Ознакомиться с правами и обязанностями граждан и общественных организаций в области противодействия экстремизму и терроризму.

Выполнение работы способствует формированию: ПРб16_ОУП.13

Материальное обеспечение: раздаточный материал, видеоролик

Задание: отработать навыки противодействию терроризму и экстремизму

Порядок выполнения работы:

1. Изучите теоретический материал;
2. Письменно ответьте на вопросы;
3. Заполните таблицу «Ответственность за экстремистскую и террористическую деятельность»;
4. Решите ситуационные задачи.

Краткие теоретические сведения

Экстремизм, и его крайняя форма – терроризм, – являются одной из самых опасных общественно-политических проблем. Профилактика экстремизма и терроризма – это не только задача государства, это задача и представителей гражданского общества: общественных и религиозных объединений, отдельных граждан.

В Российской Федерации экстремистская деятельность запрещена, а соблюдение этого запрета находится под строгим контролем. Подобная строгость обусловлена многонациональным и многоконфессиональным составом нашего государства, что требует пристального внимания и необходимости быстрого реагирования на попытки отдельных лиц и организаций посеять рознь между народами и различными группами населения нашей страны.

Правовую основу общегосударственной системы противодействия экстремизму и терроризму составляют общепризнанные принципы и нормы международного права, международные договоры Российской Федерации, Федеральные законы «О противодействии экстремисткой деятельности» и «О противодействии терроризму», а также иные нормативные правовые акты Российской Федерации, направленные на совершенствование деятельности в данной области.

Целью государственной политики в сфере противодействия экстремизму является защита основ конституционного строя Российской Федерации, государственной и общественной безопасности, прав и свобод граждан от экстремистских угроз.

Достижение указанной цели должно осуществляться путем реализации на федеральном, региональном и муниципальном уровнях мер организационного и правового характера, разрабатываемых с учетом результатов мониторинга в сфере противодействия экстремизму.

Задачами государственной политики в сфере противодействия экстремизму являются:

а) создание единой государственной системы мониторинга в сфере противодействия экстремизму;

б) совершенствование законодательства Российской Федерации и правоприменительной практики в сфере противодействия экстремизму;

в) консолидация усилий субъектов противодействия экстремизму, институтов гражданского общества и иных заинтересованных организаций;

г) организация в средствах массовой информации, информационно-телекоммуникационных сетях, включая сеть "Интернет", информационного сопровождения деятельности субъектов противодействия экстремизму, а также реализация эффективных мер, направленных на

информационное противодействие распространению экстремистской идеологии;

д) разработка и осуществление комплекса мер по повышению эффективности профилактики, выявления и пресечения преступлений и административных правонарушений экстремистской направленности.

Противодействие экстремизму и терроризму осуществляется на федеральном, региональном и местном уровнях.

В соответствии с Федеральным законом от 25.07.2002 N 114-ФЗ "О противодействии экстремистской деятельности" (далее - Закон о противодействии экстремизму) экстремизм (экстремистская деятельность) это:

- насильственное изменение основ конституционного строя и (или) нарушение территориальной целостности Российской Федерации (в том числе отчуждение части территории Российской Федерации), за исключением делимитации, демаркации, редемаркации Государственной границы Российской Федерации с сопредельными государствами;
- публичное оправдание терроризма и иная террористическая деятельность;
- возбуждение социальной, расовой, национальной или религиозной розни;
- пропаганда исключительности, превосходства либо неполноценности человека по признаку его социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности или отношения к религии;
- использование нацистской атрибутики или символики, либо атрибутики или символики, сходных с нацистской атрибутикой или символикой до степени смешения, либо атрибутики или символики экстремистских организаций, за исключением случаев использования нацистской атрибутики или символики, либо атрибутики или символики, сходных с нацистской атрибутикой или символикой до степени смешения, либо атрибутики или символики экстремистских организаций, при которых формируется негативное отношение к идеологии нацизма и экстремизма и отсутствуют признаки пропаганды или оправдания нацистской и экстремистской идеологии;
- организация и подготовка указанных деяний, а также подстрекательство к их осуществлению;
- финансирование указанных деяний либо иное содействие в их организации, подготовке и осуществлении, в том числе путем предоставления учебной, полиграфической и материально-технической базы, телефонной и иных видов связи или оказания информационных услуг и др.

За осуществление экстремистской деятельности граждане РФ, иностранные граждане и лица без гражданства несут уголовную, административную и гражданско-правовую ответственность в установленном законодательством РФ порядке.

Под преступлениями экстремистской направленности в Уголовном кодексе РФ (примечании 2 ст. 282.1) понимаются преступления, совершенные по мотивам политической, идеологической, расовой, национальной или религиозной ненависти или вражды либо по мотивам ненависти или вражды в отношении какой-либо социальной группы, предусмотренные соответствующими статьями Особенной части УК РФ (например, ст. ст. 280, 280.1, 282, 282.1, 282.2, 282.3 УК РФ, п. "л" ч. 2 ст. 105, п. "е" ч. 2 ст. 111, п. "б" ч. 1 ст. 213 УК РФ), а также иные преступления, совершенные по указанным мотивам, которые в соответствии с п. "е" ч. 1 ст. 63 УК РФ признаются обстоятельством, отягчающим наказание.

Предусмотрена административная ответственность за экстремизм. К примеру, в ст. 20.3 КоАП РФ предусмотрена административная ответственность за пропаганду либо публичное демонстрирование нацистской атрибутики или символики либо атрибутики или символики, сходных с нацистской атрибутикой или символикой до степени смешения, атрибутики или символики нацистских, экстремистских организаций, а также иных атрибутики или символики, запрещенных федеральными законами, а также за изготовление или сбыт в целях пропаганды либо приобретение в целях сбыта или пропаганды указанной атрибутики или символики, кроме

случаев, когда указанными действиями формируется негативное отношение к идеологии нацизма и экстремизма и отсутствуют признаки пропаганды или оправдания нацистской и экстремистской идеологии.

Статьей 20.29 КоАП РФ предусмотрена административная ответственность за массовое распространение экстремистских материалов, включенных в опубликованный федеральный список экстремистских материалов, а равно их производство либо хранение в целях массового распространения, за исключением случаев, предусмотренных ст. 20.3.2 КоАП РФ.

Кроме того, для целей противодействия экстремизму применяется комплекс мер, предусмотренных законодательством: В частности, на основании ст. 5 Закона о противодействии экстремизму в целях противодействия экстремистской деятельности федеральные органы государственной власти, органы государственной власти субъектов РФ, органы местного самоуправления в пределах своей компетенции в приоритетном порядке осуществляют профилактические, в том числе воспитательные, пропагандистские, меры, направленные на предупреждение экстремистской деятельности.

Такие меры закреплены специальными нормами законодательства. Например, на основании п. 7.1 ч. 1 ст. 14 Федерального закона от 06.10.2003 N 131-ФЗ "Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации" к вопросам местного значения городского, сельского поселения относится участие в профилактике терроризма и экстремизма, а также в минимизации и (или) ликвидации последствий проявлений терроризма и экстремизма в границах поселения.

Согласно ст. ст. 6, 7 Закона о противодействии экстремизму в качестве мер для противодействия экстремизму также применяется предостережение или предупреждение со стороны компетентных органов в пределах их полномочий (в т.ч. органов прокуратуры, Минюста и др.).

Предусмотрена ответственность в виде приостановления, прекращения деятельности организаций, объединений:

- *для организаций и общественных и религиозных объединений* (при наличии в их деятельности признаков экстремизма либо в случае осуществления экстремистской деятельности такие организации могут быть ликвидированы, а деятельность объединений, не являющихся юридическими лицами, - запрещена по решению суда на основании заявления Генерального прокурора Российской Федерации или подчиненного ему соответствующего прокурора; кроме того, до момента рассмотрения судом указанного заявления деятельность общественного или религиозного объединения может быть приостановлена) (ст. ст. 9, 10 Закона о противодействии экстремизму). При этом, перечень общественных и религиозных объединений, деятельность которых приостановлена в связи с осуществлением ими экстремистской деятельности, публикуется в "Российская газета", которая на основании распоряжения Правительства РФ от 15.10.2007 N 1420-р определена в качестве официального периодического издания, осуществляющего публикацию перечня организаций, в отношении которых судом принято вступившее в законную силу решение о ликвидации или запрете деятельности по основаниям, предусмотренным Законом о противодействии экстремизму.

- *СМИ* (на основании ст. ст. 8, 11 Закона о противодействии экстремизму в случае распространения экстремистских материалов либо выявления фактов, свидетельствующих о наличии в его деятельности признаков экстремизма, либо в случае осуществления экстремистской деятельности, повлекшей за собой нарушение прав и свобод человека и гражданина, причинение вреда личности, здоровью граждан, окружающей среде, общественному порядку, общественной безопасности, собственности, законным экономическим интересам физических и (или) юридических лиц, обществу и государству или создающей реальную угрозу причинения такого вреда, деятельность соответствующего СМИ может быть прекращена по решению суда на основании заявления уполномоченного государственного органа, осуществившего регистрацию данного СМИ, либо федерального органа исполнительной власти в сфере печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций, либо Генерального прокурора РФ или

подчиненного ему соответствующего прокурора).

В целях защиты общества от противоправной информации, распространяемой в информационно-телекоммуникационных сетях (в том числе в сети Интернет) создан Единый реестр доменных имен и (или) универсальных указателей страниц сайтов в сети Интернет и сетевых адресов сайтов в сети Интернет, содержащих информацию, запрещенную к распространению на территории Российской Федерации федеральными законами.

В **целях уголовно-правового обеспечения противодействия терроризму** и в интересах выполнения международных обязательств УК РФ **устанавливает ответственность за совершение преступлений террористической направленности, предусмотренных ст. ст. 205, 205.1, 205.2, 205.3, 205.4, 205.5, 206, 208, 211, 220, 221, 277, 278, 279, 360 и 361 Уголовного кодекса РФ**. Предусмотрены самая строгая мера наказания в виде лишения свободы вплоть до пожизненного лишения свободы.

Угроза терроризма будет сохраняться до тех пор, пока существуют источники и каналы распространения этой идеологии.

Противодействие экстремистской и террористической деятельности осуществляется по следующим основным направлениям:

Первое направление - принятие профилактических мер, направленных на предупреждение данной деятельности, в том числе на выявление и последующее устранение причин и условий, способствующих её осуществлению. Оно включает в себя совместную работу органов власти, местного самоуправления, правоохранительных органов, общественных организаций начиная от принятия Целевых программ, предусматривающих бюджетное финансирование, включающих в себя мероприятия по воспитательной, пропагандистской работе, направленной на предупреждение экстремистской деятельности, заканчивая укреплением антитеррористической защищенности объектов особой важности, мест с массовым скопление людей, социальных учреждений и т.д.

В целях защиты населения и территории все места массового пребывания людей независимо от установленной категории оборудуются:

- системой видеонаблюдения;
- системой оповещения и управления эвакуацией;
- системой освещения.

В целях поддержания правопорядка в местах массового пребывания людей организуется их физическая охрана.

Второе направление - это непосредственное выявление и пресечение правоохранительными органами экстремистской и террористической деятельности общественных и религиозных объединений, иных организаций, физических лиц.

Для оперативности выявления экстремистских и террористических угроз необходимы усилия не только правоохранительных органов, но и гражданского общества, направленные на патриотическое воспитание населения, развитие терпимого отношения общества ко всем расам и религиям, воспитание правового сознания.

Важнейшее значение в деле предупреждения терроризма имеет общественная изоляция террористических групп, лишение их внутренней и внешней поддержки, выявление и ликвидация источников их финансирования, включая легитимные и криминальные доходы террористов как внутри страны, так и из-за рубежа.

В связи с чем, значимую роль в противодействии экстремизму и терроризму выполняют органы прокуратуры.

Терроризм во всех его формах и проявлениях и по своим масштабам и интенсивности, по своей бесчеловечности и жестокости – одна из самых острых и злободневных проблем. Проявления терроризма влекут за собой массовые человеческие жертвы, разрушение духовных, материальных, культурных ценностей, которые невозможно воссоздать веками. Кроме того, терроризм порождает ненависть и недоверие между социальными и национальными группами.

Спецслужбами и правоохранительными органами фиксируется использование идеологами террористических организаций все новых средств коммуникации для наибольшего охвата аудитории. Значительным идеологическим ресурсом экстремистов, террористов является обучение молодых граждан России в зарубежных теологических учебных заведениях. Преступники широко используют дезинформацию, запугивание, манипуляцию общественным сознанием, подмену понятий и фактов, используют Интернет для вербовки новых членов, включая террористов-смертников.

В России веками дружно жили люди разных национальностей и вероисповеданий, воспитанные на уважении к культурным и конфессиональным особенностям, при сохранении собственной идентичности. Только взаимоуважение позволят предупредить разрастание социальной базы терроризма.

Защищать безопасность Отечества надо сообща с участием каждого гражданина, каждого из нас. В случае обнаружения фактов терроризма и экстремизма необходимо обращаться в органы полиции, прокуратуры, федеральной безопасности.

В Российской Федерации запрещаются создание и деятельность общественных и религиозных объединений, иных организаций, цели или действия которых направлены на осуществление экстремистской деятельности.

Экстремистская организация - это общественное или религиозное объединение либо иная организация, в отношении которых судом принято вступившее в законную силу решение о ликвидации или запрете деятельности в связи с осуществлением экстремистской деятельности.

Как оградить себя и близких от экстремистской пропаганды?

- не вступайте в диалог с проповедниками, подошедшими к вам на улице и предлагающими посетить собрание организации;
- не пытайтесь отстаивать свои убеждения при первой же встрече с проповедниками любой организации;
- если вы решите задать вопросы о структуре организации, то делайте это без агрессии или скрытой иронии;
- если вам предложили листовку, брошюру, журнал, поблагодарите вежливо откажитесь;
- ваша цель - разобраться и не попасть в сети деструктивной организации;
- для сохранения душевного и физического здоровья подумайте, стоит ли причинять боль родным или близким, вступая в ряды объединений нетрадиционного направления;
- не пытайтесь найти цель в жизни, успех и покой в рядах организаций, миссий, церквей нетрадиционного направления.

Политическая практика экстремизма находит выражение в различных формах экстремистской деятельности, начиная от проявлений, не выходящих за конституционные рамки, и заканчивая такими острыми и общественно опасными формами как мятеж, повстанческая деятельность, терроризм

Задание 2. Письменно ответить на вопросы:

1. Назовите цель и задачи государственной политики в сфере противодействия экстремизму.
2. На каких уровнях осуществляется противодействие экстремизму и терроризму?
3. Какие законы осуществляют правовую основу общегосударственной системы противодействия экстремизму и терроризму?
4. По каким направлениям осуществляется противодействие экстремистской и террористической деятельности?
5. **Как оградить себя и близких от экстремистской пропаганды?**

Задание 3. Используя Уголовный кодекс РФ Заполнить таблицу «Ответственность за экстремистскую и террористическую деятельность».

№ статьи Уголовный Кодекс РФ (УК РФ)	**Название статьи**	**Наказание**

148 УК
205
205.5
205.2
205.3
205.4
205.5
206
207
208
211
212
212.1
213
214
277
278
279
280 УК
281
282 УК
282.1 УК
282.2 УК
282.3 УК
357
360
361

Кодекс об Административных правонарушениях (КоАП)

20.3
20.3.1
20.3.2
20.3.3
20.29

Задание 4. Ситуационные задачи по ФЗ №35 «О противодействии терроризму»

1. На территории вокзала произошёл террористический акт, в результате пострадало много людей. Имеют ли они право на психологическую и (или) медицинскую помощь? Ответ сформулируйте, ссылаясь на ФЗ №35 «О противодействии терроризму».
2. Иван Иванов припарковал машину на территории колледжа. В это время в СМИ распространялась информация о захвате объекта террористами. Полиция быстро среагировала и отбуксировала транспортное средство в безопасное место. Имела ли право полиция отбуксировать машину на безопасную территорию? Ответ сформулируйте, ссылаясь на ФЗ №35 «О противодействии терроризму».
3. Военнослужащий Пётр Петров несколько лет прослужил в подразделении в борьбе с терроризмом. Полагаются ли ему льготы, гарантии и компенсации за многолетнюю службу в борьбе с терроризмом? Ответ сформулируйте, ссылаясь на ФЗ №35 «О противодействии терроризму».
4. На территории торгового центра проводилась контртеррористическая операция. Вы пошли поздним вечером в магазин за продуктами. Вас остановила полиция и потребовала показать документы для удостоверения личности. Документов у вас не оказалось и вас увезли в

полицейский участок. Имела ли право полиция увести вас в участок для удостоверения личности? Ответ сформулируйте, ссылаясь на ФЗ №35 «О противодействии терроризму».

Ответы на ситуационные задачи по ФЗ №35 «О противодействии терроризму»

1. Ответ: Статья 19.
2. Ответ: Статья 11 пункт 3 (2).
3. Ответ: Статья 23.
4. Ответ: Статья 11 пункт 3 (1).

Форма предоставления результата: Заполненная таблица, письменные ответы на вопросы.

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если обучающийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка «хорошо» выставляется, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два - три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.