ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ИНСТИТУТ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

1930

C=RU, S=Ставропольский край, L=г. Ставрополь, T=проректор по учебной работе, OU=ректорат, O="ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ""СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ""", СНИЛС=15230589951, ИНН=263411176761, E=s.a.maksimovich@stgau.ru, G=Светлана Александровна, SN=Максимович, CN=Максимович Светлана Александровна

Утверждаю
Проректор по среднему профессиональному образованию
_____ Ряховская О.С.
«14» апреля 2026 г.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

«ПРОФЕССИОНАЛИТЕТ»

Уровень профессионального образования
Среднее профессиональное образование

Образовательная программа
подготовки специалистов среднего звена

Специальность
40.02.04 Юриспруденция

На базе среднего общего образования

Квалификация выпускника
Юрист

Одобрено на заседании педагогического совета: протокол №5 от «14» апреля 2026 г.

Согласовано с профильным предприятием:
Адвокатский кабинет
Адвокат, к.ю.н. И.В. Щетинина

АДВОКАТСКАЯ ПАЛАТА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ
АДВОКАТ
Щетинина
Инна Викторовна
№ в реестре 26/3448
АДВОКАТСКИЙ КАБИНЕТ

М.П.

И.В. Щетинина

2026

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

по освоению

СГ.03 Безопасность жизнедеятельности

2026

Пояснительная записка

«Безопасность жизнедеятельности» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла основной образовательной программы для студентов, обучающихся по специальности 40.02.04 Юриспруденция. Знание основ безопасности жизнедеятельности необходимо каждому гражданину, особенно тем, кто получает юридическое образование. Данная дисциплина изучает теоретические основы безопасности, организацию защиты населения в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени, основы военной службы, а также порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

Методические указания являются частью основной профессиональной образовательной программы СГ.03. Безопасность жизнедеятельности специальности СПО 40.02.04 Юриспруденция в соответствии с требованиями ФГОС СПО третьего поколения.

Целью освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» является:

обеспечить общую теоретическую и практическую подготовку обучающихся по специальности СПО 40.02.04 Юриспруденция, получение выпускником образования, позволяющего приобрести необходимые общие компетенции.

Организация выполнения практической работы

Общее руководство и контроль за ходом выполнения практической работы осуществляет преподаватель соответствующей дисциплины.

На время выполнения практической работы составляется расписание консультаций, утвержденных директором колледжа.

В ходе консультаций разъясняются назначение и задачи, структура и объем, принципы разработки и оформления, примерное распределение времени на вопросы студентов.

Основными функциями руководителя практической работы являются: консультирование по вопросам содержания и последовательности выполнения практической работы; оказание помощи студенту в подборе необходимой литературы.

При подборе литературы следует иметь в виду, что необходимо пользоваться, прежде всего, учебниками, книгами, брошюрами и т.д. последних лет (не старше 5-ти лет), которые отражают современное состояние вопроса. Рекомендуется использовать статьи из журналов, где публикуются актуальные проблемы безопасности жизнедеятельности. Особое внимание необходимо обратить на изучение нормативных правовых актов: Федеральных законов «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О воинской обязанности и военной службе», «О гражданской обороне», общевоинских уставов Вооруженных Сил РФ. Используют при этом справочную правовую систему «Консультант Плюс» и официальные сайты МЧС России, Минобороны России.

В целях быстрого поиска необходимой литературы целесообразнее всего знакомиться с последними номерами выпуска изданий за истекшие годы, где чаще всего на последних страницах приводится указатель опубликованных тем и статей. При затруднении в поиске нужных материалов необходимо обратиться за рекомендацией подбора основной литературы к руководителю.

Тематика практических занятий:

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ

Тема 1.1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности

Вопросы для самоконтроля

1. Сформулируйте сущность понятия «безопасность жизнедеятельности». Каковы основные цели этой дисциплины применительно к специалисту среднего звена?
2. Что понимается под системой «человек — среда обитания»? Каковы основные элементы этой системы?
3. Дайте определение понятиям «опасность», «безопасность», «риск», «чрезвычайная ситуация».
4. Перечислите основные виды опасностей, угрожающих человеку в современном мире.
5. Какие опасности могут возникнуть в профессиональной деятельности юриста?
6. Что такое экологическая безопасность? Каковы ее основные принципы?
7. Назовите основные нормативные документы, регламентирующие безопасность жизнедеятельности в Российской Федерации.
8. Каковы основные принципы обеспечения безопасности на рабочем месте?

Задания

Задание № 1

Проанализируйте систему «человек — среда обитания» применительно к профессиональной деятельности юриста. Заполните таблицу:

Элемент системы	**Характеристика применительно к профессии юриста**	**Примеры опасностей**
Человек (субъект деятельности)		
Среда обитания (физическая)		
Среда обитания (информационная)		
Среда обитания (социальная)		
Потоки (вещества, энергии, информации)		

Методические указания: При выполнении задания необходимо учесть, что юрист работает в офисе (физическая среда), взаимодействует с документами и информационными системами (информационная среда), общается с коллегами, клиентами, представителями судебных и правоохранительных органов (социальная среда). Для каждого элемента необходимо указать не менее 2-3 примеров потенциальных опасностей.

Задание № 2 (Ситуационная задача)

В вашей юридической фирме в результате длительной работы за компьютером у нескольких сотрудников появились жалобы на головные боли, снижение зрения, боли в спине и шее. Администрация фирмы обратилась к вам как к специалисту с просьбой разработать рекомендации по улучшению условий труда.

Вопросы к задаче:

1. Проанализируйте возможные причины ухудшения состояния здоровья сотрудников.

2. Какие факторы рабочей среды (физические, психофизиологические) оказывают негативное влияние?

3. Разработайте комплекс мероприятий по улучшению условий труда и профилактике профессиональных заболеваний.

4. Какие нормы трудового законодательства и санитарно-эпидемиологические правила регламентируют условия труда офисных работников?

Методические указания: При ответе необходимо:

5. Привести конкретные ссылки на нормативные документы (Трудовой кодекс РФ, СанПиН).

6. Предложить практические меры (режим работы, гимнастика для глаз, эргономика рабочего места).

7. Обосновать эффективность предложенных мероприятий.

Тема 1.2. Организация гражданской обороны

Вопросы для самоконтроля

1. Что такое Гражданская оборона (ГО)? Каковы ее задачи и структура?

2. Охарактеризуйте оружие массового поражения: ядерное, химическое, биологическое (бактериологическое). Поражающие факторы.

3. Что такое средства индивидуальной защиты (СИЗ)? Назовите их виды и назначение.

4. Как устроены фильтрующие и изолирующие противогазы? В чем их отличие?

5. Что такое убежища и противорадиационные укрытия (ПРУ)? Их классификация и устройство.

6. Каков порядок действий населения по сигналу «Внимание всем!»?

7. Что такое РСЧС? Каковы ее структура и задачи?

8. Какие сигналы гражданской обороны вы знаете? Каков порядок действий по каждому из них?

9. Каков порядок надевания противогаза ГП-7 и ОЗК?

Задания

Задание № 1

Заполните таблицу «Характеристика оружия массового поражения»:

Вид ОМП	**Поражающие факторы**	**Средства защиты**	**Правила поведения в зоне поражения**
Ядерное оружие			
Химическое оружие			
Биологическое оружие			

Методические указания: При заполнении таблицы используйте учебную литературу и нормативные документы. Для каждого вида оружия необходимо указать не менее 3-4 поражающих факторов, перечислить основные средства защиты и описать алгоритм поведения при угрозе или факте применения.

Задание № 2.

Название: «Отработка норматива по надеванию противогаза ГП-7»

Цель работы: Сформировать устойчивый практический навык надевания противогаза ГП-7 в установленное нормативное время.

Задание: Отработать норматив по надеванию противогаза ГП-7.

Время на выполнение: 7 секунд.

Последовательность выполнения:

1. Затаить дыхание и закрыть глаза.
2. Снять головной убор и положить его рядом или зажать между ног.
3. Вынуть из сумки противогаз, взяться обеими руками за нижнюю часть шлем-маски и, прижав ее к подбородку, натянуть на голову так, чтобы не было складок, а очки пришлись против глаз.
4. Сделать резкий выдох, открыть глаза, возобновить дыхание.
5. Надеть головной убор и закрыть сумку клапаном.

Методические указания: При выполнении норматива необходимо строго соблюдать последовательность действий. Ошибки при надевании противогаза (не зафиксирована герметичность, перекручен очковый узел) снижают оценку.

Задание № 3

Название: «Отработка норматива по надеванию общевойскового защитного комплекта (ОЗК)»

Цель работы: Сформировать устойчивый практический навык надевания ОЗК в установленное нормативное время.

Задание: Отработать норматив по надеванию ОЗК в виде «плаща в рукава, чулок и перчаток».

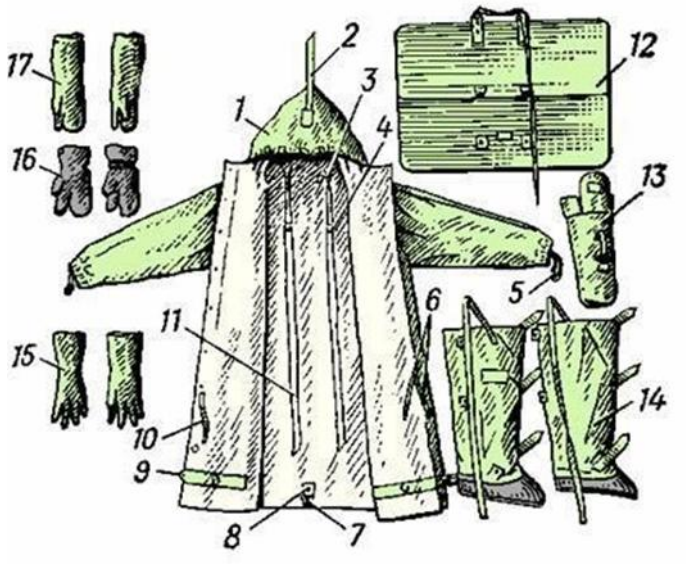


Рис. 1. Общевойсковой защитный комплект

1 – защитный плащ ОП-1М; 2 – затяжник; 3 – петля спинки; 4 и 7 – рамки стальные; 5 – петля для большого пальца руки; 6 и 10 – закрепки; 8 – центральный шпенек; 9 – хлястик: 11 – держатели плаща; 12 – чехол для защитного плаща ОП-1М; 13 – чехол для защитных чулок и перчаток; 14 –защитные чулки; 15 – защитные перчатки БЛ-1М; 16 – утеплительные вкладыши к защитным перчаткам БЗ-1М; 17 – защитные перчатки БЗ-1М

Время на выполнение: 4 минуты.

Последовательность выполнения:

1. Положить оружие (учебное).

2. Снять сумку с противогазом, снаряжение, головной убор.

3. Надеть защитные чулки, застегнуть хлястики и завязать тесьму на брючном ремне.

4. Раскрыть чехол плаща и, взявшись за держатели, занести плащ с чехлом за спину так, чтобы чехол находился на спине под плащом.

5. Надеть плащ в рукава.

6. Продеть концы держателей в рамки в низу плаща и закрепить в рамках держателей.

7. Застегнуть центральные отверстия на центральный шпенек сначала правой, а затем левой полы плаща.

8. Застегнуть полы плаща на шпеньки так, чтобы левая пола обхватывала левую, а правая — правую ногу.

9. Застегнуть боковые хлястики плаща на шпеньки, обернув их предварительно вокруг ног под коленями.

10. Застегнуть полы плаща, оставив не застегнутыми два верхних шпенька.

11. Надеть поверх плаща полевое снаряжение и сумку для противогаза.

12. По команде «Газы» перевести противогаз в боевое положение.

13. Надеть головной убор.

14. Надеть капюшон плаща поверх головного убора.

15. Застегнуть два верхних шпенька.

16. Завернуть рукава плаща.

17. Надеть перчатки. Петли на большие пальцы надеть поверх перчаток.

Методические указания: При выполнении норматива необходимо строго соблюдать последовательность действий. Ошибки при надевании ОЗК (не застегнутые хлястики, не закреплённые держатели) снижают оценку.

Задание № 4 (Ситуационная задача)

В районе расположения вашего офиса произошла авария на химически опасном объекте с выбросом аммиака, объявлен сигнал «Внимание всем!». Ветер дует в сторону офиса.

Вопросы к задаче:

1. Опишите порядок ваших действий: от получения сигнала до выхода из зоны возможного заражения.

2. Какие средства индивидуальной защиты следует использовать?

3. Определите правильное направление эвакуации. Обоснуйте свой ответ.

4. Какие нормативные документы регламентируют действия населения в подобных ситуациях?

Методические указания: При ответе необходимо:

- Изложить пошаговый алгоритм действий.
- Указать конкретные СИЗ для защиты от аммиака (противогаз с коробкой КД, ватно-марлевая повязка, смоченная 2% раствором соды).
- Обосновать направление эвакуации (перпендикулярно направлению ветра).
- Сослаться на ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС» и др.

Тема 1.3. Защита населения и территорий при стихийных бедствиях

Вопросы для самоконтроля

1. Дайте классификацию чрезвычайных ситуаций природного характера. Приведите примеры каждого вида.
2. Что такое землетрясение? Каковы его основные характеристики?
3. Опишите порядок действий при внезапном землетрясении, если вы находитесь в многоэтажном здании.
4. Каковы правила безопасного поведения при наводнении?
5. Назовите правила поведения при урагане, буре, смерче.
6. Опишите правила поведения при лесных, степных и торфяных пожарах.

Задания

Задание № 1

Заполните таблицу «Чрезвычайные ситуации природного характера»:

Вид ЧС	**Причины возникновения**	**Поражающие факторы**	**Правила поведения**	**Меры предупреждения**
Землетрясение				
Наводнение				
Ураган (буря, смерч)				
Лесной пожар				

Методические указания: Используйте учебную литературу и материалы МЧС России. В графе «Правила поведения» укажите конкретные алгоритмы действий (что делать, что категорически запрещено).

Задание № 2 (Ситуационная задача)

Во время прогулки в лесу вы услышали по радио сообщение о том, что в 10 км от вашего места находится эпицентр урагана, который движется в вашу сторону. Скорость ветра достигает 35 м/с.

Вопросы к задаче:

1. Оцените опасность сложившейся ситуации. Какие факторы представляют наибольшую угрозу?
2. Определите этапы решения проблемы: какие действия и в какой последовательности необходимо выполнить?
3. Какие источники информации вы будете использовать для оценки дальнейшего развития ситуации?
4. Предложите алгоритм действий при невозможности покинуть лес.

Методические указания: При ответе необходимо:

1. Оценить скорость ветра (35 м/с — это ураган, разрушительная сила).
2. Определить направление движения урагана и выбрать правильное направление движения (наветренная сторона).

3. Указать действия при невозможности покинуть лес (укрыться в низине, овраге, плотно прижаться к земле, держаться подальше от отдельно стоящих деревьев).

Тема 1.4. Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на транспорте

Вопросы для самоконтроля

4. Опишите алгоритм действий при аварийной посадке самолета.
5. Каковы правила безопасного поведения при аварии на железнодорожном транспорте?
6. Опишите правила безопасного поведения на водном транспорте в случае аварии.
7. Каковы действия пассажира при дорожно-транспортном происшествии?
8. Что такое «декомпрессия» в авиации и как действовать при ее возникновении?
9. Какие сигналы тревоги существуют на водном транспорте?

Задания

Задание № 1. Авиационный транспорт

Изучите правила поведения пассажиров на борту воздушного судна и разработайте памятку «Действия пассажира при аварийной посадке самолета».

Памятка должна содержать:

1. Действия до взлета (инструктаж, изучение схемы эвакуации).
2. Действия при объявлении аварийной посадки.
3. Правильное положение тела при аварийной посадке (схематично изобразить).
4. Действия после посадки (эвакуация, использование надувного трапа).
5. Что категорически запрещается делать.

Методические указания: Используйте материалы Федерального агентства воздушного транспорта и правила безопасности на авиатранспорте. Оформите памятку в виде информационного листа с четкими пунктами. Объем — 1-2 страницы.

Задание № 2. Железнодорожный транспорт

Разработайте алгоритм действий для пассажира поезда в следующих экстренных ситуациях:

1. Внезапное экстренное торможение поезда.
2. Пожар в вагоне.
3. Опрокидывание вагона.

Методические указания: Для каждой ситуации опишите пошаговый алгоритм, укажите, что необходимо делать, а что запрещено. Укажите места расположения аварийных выходов и средств пожаротушения в вагоне.

Задание № 3. Водный транспорт (Ситуационная задача)

Вы находитесь на пассажирском теплоходе, который совершает круиз по реке. Капитан объявил общесудовую тревогу в связи с возникшей угрозой столкновения с другим судном.

Вопросы к задаче:

1. Что означает сигнал «Общесудовая тревога»? Каковы ваши действия?
2. Где находятся спасательные средства на судне и как ими пользоваться?
3. Как правильно надеть спасательный жилет?
4. Как действовать при посадке в шлюпку?
5. Что делать, если вы оказались в воде?

Методические указания: При ответе необходимо:

- Описать значение сигналов тревоги на водном транспорте.
- Указать правила пользования спасательными средствами.
- Описать правильное поведение в воде (группировка, сохранение тепла, подача сигналов).

Задание № 4. Автомобильный транспорт (Ситуационная задача)

Вы — пассажир легкового автомобиля, который движется по трассе. Водитель потерял управление, и машина движется на высокой скорости к препятствию. Столкновение неизбежно.

Вопросы к задаче:

1. Какое положение необходимо принять до столкновения?
2. Какие действия необходимо выполнить сразу после столкновения?
3. Каковы правила эвакуации из поврежденного автомобиля?
4. Что делать, если автомобиль загорелся или есть угроза взрыва?

Методические указания: При ответе опишите конкретные действия, учитывая, что вы находитесь на заднем сиденье автомобиля. Укажите, как защитить голову и тело, как покинуть автомобиль, на каком расстоянии необходимо находиться от поврежденного автомобиля.

Тема 1.5. Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на производственных объектах

Вопросы для самоконтроля

1. Охарактеризуйте поражающие факторы аварий на пожаро- и взрывоопасных объектах.
2. Каковы правила безопасного поведения при пожаре на производственном объекте?
3. Опишите порядок действий при аварии на гидродинамически опасном объекте (плотине, дамбе).
4. Каковы правила поведения при аварии на химически опасном объекте с выбросом АХОВ?
5. Опишите правила безопасного поведения при аварии на радиационно опасном объекте.

Задания

Задание № 1. Химически опасные объекты

Изучите характеристики наиболее распространенных аварийно химически опасных веществ (АХОВ) и заполните таблицу:

Название АХОВ	**Характеристика (цвет, запах)**	**Поражающее действие**	**Средства защиты**	**Первая помощь при поражении**
Хлор				
Аммиак				
Синильная кислота				
Сероводород				
Окись углерода				

Методические указания: Используйте справочные материалы по АХОВ и данные МЧС России. Для каждого вещества укажите: плотность (легче/тяжелее воздуха), признаки отравления, средства защиты органов дыхания (марка противогазной коробки), первую помощь.

Задание № 2. Радиационно опасные объекты (Ситуационная задача)

В результате аварии на атомной электростанции возникла угроза радиоактивного заражения местности. По радио передана информация о необходимости укрыться в защитных сооружениях и использовать средства индивидуальной защиты.

Вопросы к задаче:

1. Что означает сигнал «Радиационная опасность»? Каковы ваши действия?
2. Как подготовить квартиру к возможному радиоактивному заражению?
3. Какие продукты питания необходимо подготовить и как их хранить?
4. Как правильно принимать йодную профилактику?
5. Что делать при возвращении с улицы (дезактивация)?

Методические указания: При ответе необходимо:

- Описать сигналы радиационной опасности и порядок действий.
- Указать способы герметизации помещения.
- Описать правила йодной профилактики (калия йодид).
- Указать порядок дезактивации одежды и обуви.

Задание № 3. Гидродинамически опасные объекты

Разработайте памятку для населения «Действия при угрозе и возникновении прорыва плотины (дамбы)».

Памятка должна содержать:

1. Действия при заблаговременном оповещении об угрозе прорыва.
2. Действия при внезапном прорыве (затоплении).
3. Действия после спада воды (возвращение в жилище).
4. Что категорически запрещается делать.

Методические указания: Опишите правила эвакуации, порядок поведения в зоне затопления, использование подручных плавсредств, меры предосторожности при возвращении в здание.

Задание № 4. Пожаро- и взрывоопасные объекты (Ситуационная задача)

Вы работаете в офисе, расположенном на третьем этаже административного здания. На первом этаже произошел взрыв и начался пожар, который быстро распространяется вверх. Пути эвакуации по лестнице отрезаны огнем и дымом.

Вопросы к задаче:

1. Каковы ваши действия в первые минуты?
2. Как защитить органы дыхания от продуктов горения?
3. Какие действия необходимо предпринять для привлечения внимания спасателей?
4. Как действовать при задымлении лестничной клетки, если вы решили покинуть здание?
5. Какие действия категорически запрещены при пожаре в многоэтажном здании?

Методические указания: При ответе необходимо:

- Описать порядок действий при невозможности эвакуации (укрытие в помещении, герметизация двери, сигналы спасателям).
- Указать правила передвижения в задымленном помещении (движение пригнувшись, мокрая ткань для дыхания).
- Перечислить запрещенные действия (использование лифта, открывание окон).

Тема 2.1. Вооруженные Силы России на современном этапе

Вопросы для самоконтроля

1. Дайте определение понятию «военная безопасность Российской Федерации». Почему она является важнейшей составной частью национальной безопасности?
2. Назовите высшие органы государственной власти, осуществляющие руководство Вооруженными Силами РФ. Кратко охарактеризуйте их роль.
3. Перечислите три вида Вооруженных Сил РФ. В чем состоит их основное предназначение?
4. Назовите два отдельных рода войск, не входящих непосредственно в виды ВС. Объясните их стратегическое значение.
5. Что такое «Боевое Знамя воинской части»? Каковы его значение и правовой статус?

Задания

Задание № 1. Виды и рода войск ВС РФ

Заполните таблицу «Вооруженные Силы Российской Федерации»:

Вид/род войск	**Дата создания**	**Основное предназначение**	**Основное вооружение**	**Командующий**
Сухопутные войска				
Воздушно-космические силы				
Военно-Морской Флот				
Ракетные войска стратегического назначения				
Воздушно-десантные войска				

Методические указания: Используйте официальные источники Министерства обороны РФ. Укажите конкретные даты создания (или этапы формирования), основные виды вооружения и техники.

Задание № 2. Воинская обязанность (Ситуационная задача)

Гражданин Сидоров, 19 лет, учится на очном отделении техникума и работает по совместительству в торговой фирме. В апреле он получил повестку из военкомата о явке на призывную комиссию. Сидоров считает, что имеет право на отсрочку от призыва.

Вопросы к задаче:

1. Имеет ли право Сидоров на отсрочку от призыва? Обоснуйте ответ.
2. Какие документы необходимо предоставить Сидорову для подтверждения права на отсрочку?
3. Каков порядок прохождения медицинского освидетельствования при призыве?

4. Какие категории годности к военной службе установлены законодательством?

5. Каковы правовые последствия неявки по повестке без уважительной причины?

Методические указания: При ответе необходимо сослаться на Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 53-ФЗ. Указать условия предоставления отсрочки студентам очной формы обучения.

Задание № 3. Военная служба по контракту

Подготовьте доклад на тему: «Военная служба по контракту в Вооруженных Силах РФ: порядок поступления, требования, социальные гарантии».

План доклада:

1. Правовые основы военной службы по контракту (ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»).

2. Требования к кандидатам на военную службу по контракту (возраст, образование, здоровье, физическая подготовка).

3. Порядок заключения контракта.

4. Социальные гарантии и льготы военнослужащих по контракту (денежное довольствие, жилье, образование).

5. Отличия военной службы по призыву и по контракту (сравнительная таблица).

Методические указания: Доклад должен быть объемом 3-5 страниц. Используйте официальные сайты Министерства обороны РФ и Федеральный закон «О статусе военнослужащих».

Задание № 4. Историческая справка

Напишите эссе на тему: «Роль Вооруженных Сил России в истории страны: от Петра I до наших дней».

План эссе:

1. Введение: значение армии для государства.

2. Основная часть: ключевые этапы развития русской армии (Петр I, А.В. Суворов, М.И. Кутузов, Г.К. Жуков).

3. Современные Вооруженные Силы РФ: достижения и вызовы.

4. Заключение: значение преемственности воинских традиций.

Методические указания: Эссе должно быть объемом 2-3 страницы. Используйте исторические источники и литературу по военной истории России.

Тема 2.2. Строевая подготовка в ВС РФ

Вопросы для самоконтроля

1. Что такое строй? Назовите основные элементы строя (шеренга, фланг, фронт, тыл, интервал, дистанция).

2. Опишите положение «Строевая стойка» согласно Строевому уставу ВС РФ.

3. Что такое «повороты на месте» и как они выполняются?

4. Как выполняется воинское приветствие без оружия на месте и в движении?

5. Что такое походный и строевой шаг? В чем их отличие?

Задания

Задание № 1. Основные элементы строя

Заполните таблицу «Основные элементы строя»:

Элемент строя	Определение по Строевому уставу	Схематическое изображение	Практическое значение
Шеренга			
Фланг			
Фронт			
Тыл			
Интервал			
Дистанция			

Методические указания: Используйте Строевой устав ВС РФ (утв. Приказом Министра обороны РФ от 11.03.2006 № 111). Для каждого элемента дайте точное определение по Уставу, изобразите схематически и укажите его значение для управления строем.

Задание № 2. Строевые приемы

Название: «Выполнение строевых приемов и движений»

Цель работы: Отработать практические навыки выполнения строевых приемов.

Задание: По команде преподавателя выполнить следующие строевые приемы:

1. Принять строевую стойку.
2. Выполнить повороты на месте: «Напра-ВО», «Нале-ВО», «Кру-ГОМ».
3. Выполнить движение строевым шагом.

Критерии оценки:

- Все приемы выполнены четко, правильно, без ошибок.
- Строевая стойка соблюдена.
- Повороты выполнены в соответствии с требованиями Строевого устава.
- Движение строевым шагом выполнено с правильным выносом ноги и движением рук.

Методические указания: При выполнении строевых приемов необходимо строго следовать Строевому уставу. Повороты на месте выполняются:

- «Направо» — на правом каблуке и левом носке (поворот на 90°).
- «Налево» — на левом каблуке и правом носке (поворот на 90°).
- «Кругом» — на правом каблуке и левом носке (поворот на 180°).

Задание № 3. Воинское приветствие

Название: «Выполнение воинского приветствия»

Цель работы: Отработать практические навыки выполнения воинского приветствия.

Задание: По команде преподавателя выполнить воинское приветствие:

1. На месте без оружия (в головном уборе и без него).
2. В движении без оружия (в головном уборе и без него).

Критерии оценки:

- Приветствие выполнено правильно, четко, в соответствии с требованиями Строевого устава.
- Правильное положение руки и поворот головы.

Методические указания: При выполнении воинского приветствия необходимо:

- За 5-6 шагов до начальника принять строевую стойку.
- В головном уборе — приложить правую руку к головному убору.
- Без головного убора — повернуться в сторону начальника, принять строевую стойку.

Задание № 4. Обязанности в строю

Изучите Строевой устав ВС РФ и выпишите обязанности военнослужащих перед построением и в строю.

Вопросы для выполнения:

1. Каковы обязанности военнослужащего перед построением?
2. Каковы обязанности военнослужащего в строю?
3. Каковы обязанности командира перед построением и в строю?
4. Какие команды подаются в строю и каков порядок их выполнения?

Методические указания: Используйте Строевой устав ВС РФ, разделы, регламентирующие обязанности военнослужащих и командиров.

Тема 2.3. Огневая подготовка

Вопросы для самоконтроля

1. Назовите назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова (АК-74).
2. Каковы основные тактико-технические характеристики АК-74?
3. Расскажите о ручных осколочных гранатах: виды, назначение, устройство.
4. Каковы правила и меры безопасности при проведении стрельб?
5. Опишите порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова.

Задания

Задание № 1. Устройство автомата Калашникова

Изучите устройство автомата Калашникова и заполните таблицу «Основные части и механизмы автомата Калашникова»:

Часть/механизм	Назначение	Материал изготовления	Особенности конструкции
Ствол со ствольной коробкой			
Крышка ствольной коробки			
Затворная рама с газовым поршнем			
Затвор			
Возвратный механизм			
Газовая трубка со ствольной накладкой			
Ударно-спусковой механизм			
Цевье			
Магазин			
Прицельное приспособление			

Методические указания: Используйте Наставление по стрелковому делу и Руководство по 5,45-мм автомату Калашникова. Для каждой части укажите ее точное назначение, из какого материала изготовлена, особенности конструкции.

Задание № 2. Тактико-технические характеристики АК-74

Заполните таблицу «Тактико-технические характеристики автомата Калашникова АК-74»:

Характеристика	Значение
Калибр	
Масса без магазина	
Масса со снаряженным магазином	
Длина автомата	
Длина ствола	
Емкость магазина	
Начальная скорость пули	
Прицельная дальность	
Темп стрельбы	
Боевая скорострельность (очередями)	

Методические указания: Используйте Наставление по стрелковому делу. Укажите все характеристики с точными числовыми значениями.

Задание № 3. Неполная разборка и сборка (Практическое задание)

Название: «Отработка норматива по неполной разборке и сборке автомата Калашникова (АК-74)»

Цель работы: Сформировать устойчивые практические навыки выполнения неполной разборки и сборки автомата Калашникова в установленное нормативное время.

Задание: Выполнить неполную разборку и сборку автомата Калашникова.

Время на выполнение разборки: 27 секунд. Время на выполнение сборки: 30 секунд.

Последовательность неполной разборки:

1. Отделить магазин.
2. Проверить, нет ли патрона в патроннике (спустить курок с боевого взвода, поставить на предохранитель).
3. Вынуть пенал с принадлежностью из приклада.
4. Отделить шомпол.
5. Отделить крышку ствольной коробки.
6. Отделить возвратный механизм.
7. Отделить затворную раму с затвором.
8. Отделить затвор от затворной рамы.
9. Отделить газовую трубку со ствольной накладкой.

Сборка — в обратной последовательности.

Критерии оценки:

- «отлично» — разборка до 27 сек, сборка до 30 сек, последовательность соблюдена, детали не падали.
- «хорошо» — разборка до 32 сек, сборка до 35 сек, допущена 1 ошибка.
- «удовлетворительно» — разборка до 37 сек, сборка до 40 сек, допущены 2 ошибки.
- «неудовлетворительно» — превышение времени, нарушена последовательность, повреждение деталей.

Методические указания: При выполнении норматива необходимо строго соблюдать последовательность действий. Части и механизмы укладываются на столе в порядке

разборки. Обращаться с ними следует осторожно, не класть одну часть на другую, не применять излишних усилий.

Задание № 4. Правила безопасности при стрельбе

Изучите правила техники безопасности при проведении стрельб и составьте памятку «Меры безопасности при стрельбе».

Памятка должна содержать:

1. Что категорически запрещается делать при стрельбе (не менее 5 пунктов).
2. Что обязан делать стрелок (не менее 5 пунктов).
3. В каких случаях необходимо прекратить стрельбу.
4. Порядок действий после стрельбы.

Методические указания: Памятка должна быть краткой, четкой, с перечнем конкретных правил. Оформите в виде информационного листа.

Тема 2.4. Основы общевойскового боя

Вопросы для самоконтроля

1. Дайте определение общевойсковому бою. Каковы его основные черты в современных условиях?
2. Назовите виды общевойскового боя и дайте им краткую характеристику.
3. Что такое боевой порядок мотострелкового отделения?
4. Опишите основные обязанности солдата (мотострелкового номера расчёта) в бою.
5. Каковы особенности действий отделения в обороне?

Задания

Задание № 1. Виды общевойскового боя

Заполните таблицу «Виды общевойскового боя»:

Вид боя	**Определение**	**Цель**	**Способы ведения**	**Особенности**
Наступление				
Оборона				
Встречный бой				

Методические указания: Используйте Боевой устав Сухопутных войск. Для каждого вида боя укажите его цель, основные способы ведения и особенности в современных условиях.

Задание № 2. Боевой порядок отделения

Изучите боевой порядок мотострелкового отделения и выполните задание:

1. Изобразите схематически боевой порядок мотострелкового отделения в наступлении (вид сверху).
2. Укажите на схеме: командира отделения, стрелков, пулеметчика, гранатометчика, БМП/БТР.
3. Обозначьте интервалы между солдатами и расстояние между БМП и пехотой.

4. Опишите порядок действий отделения при преодолении минно-взрывных заграждений.

Методические указания: Используйте Боевой устав Сухопутных войск. Схема должна быть четкой с пояснениями. Укажите численность отделения и распределение задач между солдатами.

Задание № 3. Тактическая задача (Наступление)

Мотострелковое отделение получило задачу в пешем порядке атаковать опорный пункт противника в районе лесной опушки. Справа наступает соседнее отделение. Перед позицией противника — открытое поле, заминированное в нескольких местах.

Вопросы к задаче:

1. Каков боевой порядок отделения в наступлении? Изобразите схематически.
2. Как организовать преодоление минного поля?
3. Какие задачи ставятся пулеметчику и гранатометчику?
4. Как организовать взаимодействие с соседним отделением и поддерживающим огнем?
5. Каков порядок действий командира отделения после захвата первой траншеи противника?

Методические указания: При ответе необходимо:

- Изложить алгоритм действий командира отделения (оценка обстановки, принятие решения, постановка задач).
- Описать боевой порядок отделения в наступлении.
- Указать способы преодоления минно-взрывных заграждений.
- Описать порядок взаимодействия с соседним отделением (сигналы, направление атаки).

Задание № 4. Тактическая задача (Оборона)

Отделению поставлена задача оборонять рубеж шириной 200 метров. Местность — холмистая, с кустарником. Справа и слева — соседние отделения. Противник имеет численное превосходство.

Вопросы к задаче:

1. Каковы особенности организации обороны отделения на данном рубеже?
2. Как организовать систему огня на позиции отделения?
3. Что такое «опорный пункт» отделения и как он оборудуется?
4. Каковы основные обязанности солдата в обороне?
5. Как организовать взаимодействие с соседними отделениями и поддерживающей артиллерией?

Методические указания: При ответе необходимо:

- Описать систему огня (фланговый, перекрестный, кинжальный огонь).
- Описать инженерное оборудование опорного пункта (окопы, ходы сообщения, укрытия).
- Указать обязанности солдата (наблюдение, окопы, ведение огня, маскировка).

Тема 3.1. Порядок и правила оказания первой доврачебной помощи

Вопросы для самоконтроля

1. Дайте общую характеристику видам кровотечений и способам их остановки.
2. Какова последовательность действий при оказании первой помощи при переломах, вывихах, растяжениях связок?
3. Опишите алгоритм оказания первой помощи при клинической смерти (сердечно-легочная реанимация).
4. Каковы правила оказания первой помощи при ожогах, обморожениях и отравлениях?
5. Расскажите о порядке наложения повязок при различных ранениях.

Задания

Задание № 1. Виды кровотечений

Заполните таблицу «Виды кровотечений и способы их остановки»:

Вид кровотечения	**Характеристика**	**Признаки**	**Способы остановки**	**Ошибки при оказании помощи**
Капиллярное				
Венозное				
Артериальное				
Паренхиматозное				

Методические указания: Для каждого вида кровотечения укажите цвет крови, характер вытекания, конкретные способы остановки (пальцевое прижатие, жгут, давящая повязка и др.). Укажите максимальное время наложения жгута (летом — 2 часа, зимой — 1,5 часа). Перечислите типичные ошибки при оказании помощи.

Задание № 2. Остановка артериального кровотечения

Название: «Оказание первой помощи при артериальном кровотечении из бедренной артерии с наложением кровоостанавливающего жгута»

Цель работы: Сформировать практический навык временной остановки опасного для жизни артериального кровотечения.

Задание: Правильно наложить кровоостанавливающий жгут выше места ранения, зафиксировать время его наложения.

Критерии оценки:

- Жгут наложен правильно (выше раны на 3-5 см, поверх одежды или подложенной ткани).
- Пульсация ниже жгута отсутствует.
- Время наложения зафиксировано в записке (под жгут или на теле пострадавшего).
- Кровотечение остановлено.

Методические указания: При наложении жгута необходимо:

- Приподнять конечность.
- Наложить жгут выше раны, ближе к месту повреждения.
- Первый виток затянуть максимально туго, последующие — с меньшим усилием.

- Зафиксировать время наложения (записка под жгут или надпись на теле).

Задание № 3. Сердечно-легочная реанимация

Название: «Проведение сердечно-легочной реанимации (СЛР) на тренажере»

Цель работы: Сформировать практический навык проведения базовой сердечно-легочной реанимации.

Задание: На тренажере-манекене выполнить реанимационные мероприятия.

Алгоритм выполнения:

1. Проверить наличие сознания и дыхания.
2. Вызвать скорую помощь (103).
3. Освободить дыхательные пути (запрокинуть голову, поднять подбородок).
4. Выполнить 30 компрессий грудной клетки (глубина 5-6 см, частота 100-120/мин).
5. Выполнить 2 вдоха искусственной вентиляции легких.
6. Продолжить цикл 30:2 до прибытия помощи.

Критерии оценки:

- «отлично» — алгоритм полностью соблюден, компрессии на правильную глубину и частоту, вдохи эффективны.
- «хорошо» — алгоритм соблюден, но есть незначительные ошибки.
- «удовлетворительно» — алгоритм соблюден не полностью, есть ошибки в технике.
- «неудовлетворительно» — алгоритм не соблюден, техника выполнения неверная.

Задание № 4. Иммобилизация при переломе (Практическое задание)

Название: «Иммобилизация конечности при переломе с использованием подручных средств»

Цель работы: Сформировать практический навык транспортной иммобилизации при переломах.

Задание:

1. Диагностировать признаки перелома конечности.
2. Обездвижить (иммобилизировать) конечность с использованием подручных средств.
3. Наложить асептическую повязку на рану (при открытом переломе).

Критерии оценки:

- Иммобилизация выполнена правильно (захвачены 2 сустава).
- Шина зафиксирована надежно.
- Повязка наложена асептически.

Методические указания: При иммобилизации необходимо:

- Использовать подручные средства (доски, палки, зонты, ветки).
- Наложить шину так, чтобы она захватывала 2 сустава (выше и ниже места перелома).
- Зафиксировать шину бинтами или подручными материалами.
- При открытом переломе сначала наложить асептическую повязку на рану, затем шину.
- Не вправлять кости!

Задание № 5. Наложение повязок (Практическое задание)

Название: «Наложение повязок при различных ранениях»

Цель работы: Сформировать практические навыки наложения различных типов повязок.

Задание: Наложить повязки на следующие области:

1. Пращевидная повязка на нос.
2. Повязка «Чепец» на голову.
3. Спиральная повязка на предплечье.
4. Крестообразная повязка на кисть.

Критерии оценки:

- Повязка наложена правильно, аккуратно.
- Бинт не перекручен, обороты бинта закрывают предыдущий наполовину.
- Повязка не слишком тугая и не слишком слабая.

Методические указания: Используйте перевязочные материалы (бинты, салфетки, лейкопластырь). Соблюдайте правила асептики при наложении повязок на раны.

Задание № 6. Ситуационная задача (ДТП)

На оживленной улице вы стали свидетелем ДТП. Пострадавший без сознания, лежит на спине. У него имеется обильное кровотечение из раны на предплечье. Дыхание и пульс отсутствуют.

Вопросы к задаче:

1. Определите последовательность ваших действий на месте происшествия.
2. Какие признаки указывают на клиническую смерть?
3. Каким способом и в какой последовательности необходимо остановить кровотечение?
4. В каком порядке проводятся мероприятия по сердечно-легочной реанимации?

Методические указания: При ответе необходимо:

- Определить порядок действий: 1) оценить ситуацию, 2) вызвать скорую, 3) проверить сознание и дыхание, 4) при отсутствии дыхания и пульса — начать СЛР, 5) одновременно с СЛР остановить кровотечение (жгут или давящая повязка).
- Указать признаки клинической смерти (отсутствие сознания, дыхания, пульса на сонной артерии, широкие зрачки, бледность/синюшность кожи).
- Описать технику наложения жгута (выше раны) и порядок СЛР (30:2).

Задание № 7. Ситуационная задача (Ожоги)

На производстве произошло возгорание. Пострадавший получил ожоги: на правой руке — покраснение и отек кожи, на левой руке — пузыри с жидкостью, на груди — обугливание тканей.

Вопросы к задаче:

1. Определите степень ожогов у пострадавшего.
2. Каковы правила оказания первой помощи при ожогах каждой степени?
3. Какие действия категорически запрещены при ожогах?
4. Каков порядок транспортировки пострадавшего с обширными ожогами?

Методические указания: При ответе необходимо:

- Определить степень ожогов (I — покраснение, II — пузыри, III-IV — обугливание).
- Описать порядок оказания помощи для каждой степени (охлаждение, асептическая повязка, обезболивание).
- Перечислить запрещенные действия (не вскрывать пузыри, не смазывать жирами, не отрывать прилипшую одежду).

ОБЩИЕ ЗАДАНИЯ

Задание № 1. Правовые аспекты БЖД

Изучите нормативные правовые акты, регулирующие безопасность жизнедеятельности в Российской Федерации, и заполните таблицу:

Нормативный акт	**Год принятия**	**Предмет регулирования**	**Основные положения**
ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС»			
ФЗ «О гражданской обороне»			
ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»			
ФЗ «О пожарной безопасности»			
ФЗ «О безопасности»			

Методические указания: Используйте официальные тексты законов в действующей редакции. Укажите основные права и обязанности граждан, установленные каждым законом.

Задание № 2. Информационная безопасность

Разработайте памятку для сотрудников юридической фирмы по информационной безопасности.

Памятка должна содержать:

1. Правила работы с конфиденциальными документами.
2. Требования к паролям и доступу к информационным системам.
3. Правила использования электронной почты и интернета.
4. Порядок действий при утечке информации.
5. Ответственность за нарушение информационной безопасности.

Методические указания: Учитывайте специфику юридической деятельности (адвокатская тайна, коммерческая тайна, защита персональных данных). Ссылайтесь на Федеральный закон «О персональных данных» и Кодекс профессиональной этики юриста.

Задание № 3. Психологическая безопасность на рабочем месте

Разработайте комплекс мер по обеспечению психологической безопасности сотрудников юридической фирмы.

Меры должны включать:

1. Профилактику профессионального выгорания.
2. Способы управления стрессом в условиях высокой нагрузки.
3. Разрешение конфликтных ситуаций с клиентами и коллегами.
4. Организацию психологической поддержки.
5. Мероприятия по формированию благоприятного психологического климата.

Методические указания: Укажите конкретные методы и техники (тайм-менеджмент, тренинги, супервизии, комнаты психологической разгрузки). Ссылайтесь на исследования по психологии труда и организационной психологии.

Задание № 4. Пожарная безопасность в офисе

Разработайте план эвакуации при пожаре для офиса юридической фирмы.

План должен включать:

1. Схему путей эвакуации с указанием выходов.
2. Места расположения первичных средств пожаротушения.
3. Порядок действий персонала при обнаружении пожара.
4. Обязанности ответственных лиц.
5. Порядок сбора и проверки наличия сотрудников.

Методические указания: Используйте Правила противопожарного режима в РФ. На плане должны быть указаны: основные и запасные выходы, огнетушители, пожарные краны, места сбора эвакуированных.

Задание № 5. Экологическая безопасность

Разработайте экологическую памятку для сотрудников юридической фирмы.

Памятка должна содержать:

1. Правила ресурсосбережения (энергия, вода, бумага).
2. Правила раздельного сбора и утилизации отходов.
3. Рекомендации по снижению экологического следа.
4. Экологические требования к офисным помещениям.
5. Способы участия сотрудников в экологических программах.

Методические указания: Укажите конкретные действия: использование электронных документов вместо бумажных, экономия электроэнергии, сортировка отходов (бумага, пластик, батарейки). Ссылайтесь на Федеральный закон «Об охране окружающей среды».