

ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СТАВРОПОЛЬСКИЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
к практическим занятиям
по общеобразовательной учебной дисциплине
УП.06 «Основы безопасности и защиты Родины»
для обучающихся по специальности
38.02.01 «Экономика и бухгалтерский учет»

Ставрополь, 2025 г.

сведения о сертификате ЭЦ

Владелец: Кандаурова Наталья
Владимировна, директор
Сертификат:
0298d2a100a6b37d85433743564d5a7918
Действителен: с 01.12.2025 12:39:11 по
01.03.2027 12:49:11

Методические указания составлены в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования от 17 мая 2012 г. № 413 (в действующей редакции), Федеральной образовательной программой среднего общего образования от 18 мая 2023 г. № 371, Федеральным перечнем учебников, утвержденным приказом Минпросвещения России от 5 ноября 2024 г. N 769, а также примерной рабочей программой общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций и примерным учебно-методическим комплексом по общеобразовательной дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности», рекомендованной «Институтом развития профессионального образования» (ИРПО) от 2022 г.

Составитель: Ловянников Г.А.

Рассмотрено и рекомендовано на заседании кафедры «Общеобразовательных дисциплин и педагогики», протокол № 8 от «20» мая 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
Практическое занятие №1. Мир опасностей современной молодежи	9
Практическое занятие №2 .Защита населения и территорий при чрезвычайных ситуациях	13
Практическое занятие №3. Безопасность в природной среде и экологическая безопасность	16
Практическое занятие №4. Основы военной службы	19
Практическое занятие №5. Огневая подготовка	24
Практическое занятие №6. Традиции, ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Воинский долг. Воинские символы и традиции	29
Практическое занятие №7. Оказание первой медицинской помощи. Алгоритм действий	31
Практическое занятие №8. Основы здорового образа жизни	38
Практическое занятие №9. Финансовая безопасность. Виды мошенничества в банковской и экономической среде. Уголовная ответственность за мошенничество.	45
Практическое занятие №10. Техника безопасности при работе за компьютером	48
Практическое занятие № 11. Влияние чрезвычайных ситуаций на экономику государства. Экономический кризис и дефолт	52
Список рекомендуемой литературы	55

Введение

Целями дисциплины «Основы безопасности и защиты Родины» являются:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся формирование компетенций, обеспечивающих повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз.

Результаты освоения учебной дисциплины:

личностные:

В части трудового воспитания:

интерес к различным сферам профессиональной деятельности, умение совершать осознанный выбор будущей профессии и реализовывать собственные жизненные планы

В части экологического воспитания:

активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их;

В части ценности научного познания:

осознание ценности научной деятельности, готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе

В части экологического воспитания:

планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества

В части трудового воспитания:

готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни;

В части трудового воспитания:

готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие;

В части физического воспитания:

активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью

В части физического воспитания:

сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;

В части духовно-нравственного воспитания:

способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности

В части патриотического воспитания:

идейная убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу;

В части патриотического воспитания:

ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях и труде;

В части патриотического воспитания:

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

В части гражданского воспитания:

умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением

В части гражданского воспитания:

готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам

В части гражданского воспитания:

сформированность гражданской позиции обучающегося как активного и ответственного члена российского общества;

Метапредметные:

Овладение универсальными регулятивными действиями:

г) принятие себя и других людей:

принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства; принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности; признавать свое право и право других людей на ошибки; развивать способность понимать мир с позиции другого человека

Овладение универсальными регулятивными действиями:

в) эмоциональный интеллект, предполагающий сформированность:

самосознания, включающего способность понимать свое эмоциональное состояние, видеть направления развития собственной эмоциональной сферы, быть уверенным в себе; саморегулирования, включающего самоконтроль, умение принимать ответственность за свое поведение, способность адаптироваться к эмоциональным изменениям и проявлять гибкость, быть открытым новому; эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других, учитывать его при осуществлении коммуникации, способность к сочувствию и сопереживанию; социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и разрешать конфликты;

Овладение универсальными коммуникативными действиями:

б) совместная деятельность:

осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным

Овладение универсальными регулятивными действиями:

б) самоконтроль:

уметь оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению;

Овладение универсальными регулятивными действиями:

а) самоорганизация:

делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение; оценивать приобретенный опыт;

Овладение универсальными коммуникативными действиями:

б) совместная деятельность:

принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы;

Овладение универсальными коммуникативными действиями:

а) общение:

аргументированно вести диалог, уметь смягчать конфликтные ситуации;

Овладение универсальными коммуникативными действиями:

а) общение:

распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков,

распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

в) работа с информацией:

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;

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

в) работа с информацией:

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

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

б) базовые исследовательские действия:

уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности; уметь интегрировать знания из разных предметных областей;

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

б) базовые исследовательские действия:

давать оценку новым ситуациям, оценивать приобретенный опыт

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

б) базовые исследовательские действия:

формирование научного типа мышления, владение научной терминологией, ключевыми понятиями и методами

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

б) базовые исследовательские действия:

владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем;

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

а) базовые логические действия:

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

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

а) базовые логические действия: определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения

Предметные:

Базовый уровень:

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

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

3) 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;

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

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

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

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

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

9) сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знать роль государства в противодействии терроризму; уметь различать приемы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знать порядок действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знать порядок действий при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции;

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

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

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

Практическое занятие №1. Мир опасностей современной молодежи
1. Теоретическая часть

Формирование духовной культуры современной российской молодежи имеет решающее значение для жизни не только молодого поколения, но и всего общества в целом. Сегодня богатый духовный опыт России практически не играет роли в воспитании подрастающего поколения. Для современной молодежи характерно разнообразие духовных миров, специфика которых определяется сложными комбинациями внешних и внутренних факторов: демографических, профессиональных, этнических и социокультурных. При выборе жизненного стиля оказывается воздействие определенных факторов: улица, молодежные субкультуры, герои, идолы массовой культуры.

Духовно- нравственная незрелость молодежи, отсутствие четких представлений о пороке и добродетели зачастую толкают подростков на путь алкоголизма, наркомании, криминала. Молодое поколение особо уязвимо в период кризисов, их жизненный опыт недостаточен и их представления о морально- этических ценностях неустойчивы. Особенно остро стоит сегодня проблема наркотизации молодых людей. Масштабы и темпы распространения наркомании в стране таковы, что ставят под вопрос физическое и моральное здоровье молодежи и ее будущее. Исследователи приходят к выводу, что употребление наркотиков приобретает ярко выраженный возрастной характер и становится преимущественно молодежной проблемой. Уменьшить ущерб, наносимый обществу наркотиками, удастся только при активном участии общества, молодежных организаций, которые работают непосредственно исходя из проблем и потребностей наркозависимых.

Причин и условий, способствующих приобщению подростка к наркотикам, довольно много и знание основных из них должно помочь в целенаправленной профилактической работе. Ученые выделяют следующие причины и факторы, способствующие развитию наркозависимости у детей и подростков:

1. Социальные:

- неблагополучная семья (алкоголизм или наркомания родителей, низкий жизненный уровень, отсутствие эмоционального контакта, неполная семья);
- широкое распространение злоупотребления психоактивными веществами в данной местности;
- активная пропаганда в средствах массовой информации направлений молодежной субкультуры, связанных с потреблением наркотиков и токсикантов, завуалированная пропаганда легализации наркотиков;
- неадекватная молодежная политика, отсутствие реальной программы досуга, занятости несовершеннолетних;

2. Конституционально-биологические: наследственная отягощенность психическими и/или наркологическими заболеваниями.

3. Традиционные: культурное потребление психоактивных веществ в данной местности.

4. Индивидуально – психологические:

- подражание более старшим или авторитетным сверстникам;
- попытка нейтрализовать отрицательные эмоциональные переживания;
- стремление соответствовать обычаям значимой для подростка группы сверстников;
- аномальные черты личности (авантюризм, возбудимость, завышенная или заниженная самооценка, повышенная комфортность, неустойчивость характера);
- протестные реакции ("назло"), направленные против старших (родителей, педагогов);
- любопытство;
- подчинение давлению и угрозам.

У преобладающего большинства детей и подростков отсутствует превентивная психологическая защита, ценностный барьер, препятствующий приобщению к психоактивным веществам. Несовершеннолетний, начинающий принимать наркотики, оказывается в сложной социально-психологической ситуации – с одной стороны, мощный прессинг рекламных предложений нового стиля жизни, связанного с наркотизацией, новых ощущений в сочетании с доминирующими у подростка мотивами любопытства и подражания, с другой – безучастность или некомпетентность сверстников, педагогов, родителей. На наркоманию – как форму девиантного поведения – влияет наложение множества факторов: макро – и микросоциологических, объективных и субъективных, социальных, социально-психологических и индивидуально-личностных.

Рост массового приобщения молодежи к потреблению психоактивных веществ произошел в 1997-2001 годы, когда в жизнь вступило новое "рыночное" поколение, не обремененное ценностным "барьером" прошлого. Показатель среднего возраста начала потребления психоактивных веществ стабилизировался и сегодня составляет: табачных изделий – 11,5 лет, алкогольных напитков – 13 лет (в основном пива), наркотических средств – 14 лет.

Также в молодежной среде стало массовым потребление спиртных напитков, включая пиво. Их пьют 80% молодежи, причем как юношей, так и девушек. Огромных масштабов достигло потребление пива, при этом согласно официальной классификации пиво не считается алкогольным напитком. Две трети детей и молодежи потребляют в основном пиво, пить которое в массовом порядке начинают в среднем в 12 лет; водку – в 16 лет. По данным академика Ю. Лисицына, в России в настоящее время употребляют спиртные напитки уже более 75% старшеклассников.

Наиболее продуктивным в борьбе с негативными явлениями является профилактика, а не лечение. Профилактика – понятие емкое, охватывающее практически все стороны общественной жизни. Она способствует перестройке сознания и психологии людей, повышению их внутренней культуры, улучшению межличностных отношений, оздоровлению обстановки в семье и обществе в целом. Профилактика, согласно определению Всемирной организации здравоохранения, представляет собой комплекс социальных, образовательных и медико-психологических мероприятий, проводимых государством, общественными организациями, отдельными гражданами с целью предотвращения распространения и употребления психоактивных веществ (ПАВ), предупреждения развития и ликвидации негативных личностных, социальных и медицинских последствий злоупотребления ПАВ (безнадзорность, беспризорность, преступность, рост сопутствующих заболеваний). Всемирная организация здравоохранения в зависимости от целей профилактической работы выделяет первичную, вторичную и третичную формы профилактики.

Целями первичной профилактики являются:

- изменение ценностного отношения детей и молодежи к наркотикам и обуславливающее снижение спроса на ПАВ;
- пропаганда здорового образа жизни;
- формирование антинаркотических установок.

Работу в данном виде профилактики проводят специалисты с любым базовым образованием, которые формируют особое информационно-культурное пространство жизнедеятельности подростков и молодежи, обеспечивающее:

- передачу информации молодежной аудитории о формах поведения, поощряемых обществом, и возможностях развития молодого человека;
- предоставление альтернативы, предполагающей развитие программ, в которых молодые люди смогли бы реализовать свои возрастные мотивы и потребности (потребность в общении, самоутверждении, самореализации, автономии от взрослых, стремление к риску, поиск острых ощущений, удовольствия).

Первичная профилактика является наиболее массовой, неспецифической, использующей преимущественно педагогические, психологические и социальные влияния. Она влияет, прежде всего, на формирование позитивного отношения к здоровью.

Вторичная профилактика зависимости от психоактивных веществ касается лиц, которые уже имели опыт употребления наркотиков, но не обнаруживают признаков наркомании как болезни. К ней относится уменьшение употребления ПАВ и предотвращение формирования хронического заболевания.

Содержание функций вторичной профилактики заключается в постоянном социально-педагогическом наблюдении за подростками и молодежью, обладающими признаками употребления ПАВ, также в обеспечении индивидуального, конфиденциального сопровождения и поддержки молодых людей и подростков, склонных к проявлениям рискованного поведения, в сохранении тайны молодого человека на всех этапах его сопровождения. Участвуют в этом виде профилактики квалифицированные специалисты с дополнительной подготовкой – психологи, психотерапевты, педагоги.

Третичная профилактика злоупотребления ПАВ проводится среди больных наркоманией и токсикоманией и направлена на восстановление личности и ее эффективное функционирование в социальной среде. Второе направление третичной профилактики – снижение вреда от употребления наркотиков у тех, кто еще не готов к прекращению их употребления. Данный вид профилактики является медицинским и осуществляется специально подготовленным квалифицированным персоналом, однако базируется на сильной структуре социальной поддержки. Этот вид профилактики требует индивидуального подхода. Активность больного в борьбе с заболеванием, осознание им собственной ответственности за свое здоровье – обязательное условие проведения третичной профилактики.

Явные и скрытые опасности современных увлечений молодежи:

Зацепинг (или зацеп) - катание людей на подвижном железнодорожном составе снаружи состава, в непредназначенных для этого зонах, что влечет повышенный риск жизни и здоровью.

История зацепинга

Проезд снаружи поездов (именно так по-русски звучит это явление) корнями уходит в прошлое. Фактически оно родилось с появлением первых поездов, трамваев, автомобилей. С появлением рельсового транспорта (первая половина XX века) появились и первые зацеперы. Правда, в отличие от своих современников, двигателя ими не жажда новых ощущений, а более приземленные проблемы - жуткая перенасыщенность транспорта, высокая стоимость проезда, отсутствие четких правил и норм пользования. Во второй половине XX века экономическая ситуация стабилизировалась, стала расширяться транспортная инфраструктура, начали появляться поезда повышенной комфортности, существенно увеличились скорости. Все это привело к тому, что практически отпала нужда в передвижении вне поездов. С тех пор (вплоть до нынешних времен) зацепинг стал просто хобби. Особенно это увлечение получило развитие в Европе в 1990-х годах, а уже в начале 21 века перекочевало и в Россию.

Наиболее подвержены этому развлечению подростки, проживающие неподалеку от железнодорожных магистралей. Что примечательно, всплеск активности происходит регулярно, когда пресса очередной раз возвращается к этой теме. Тем самым журналисты, желая запугать подростков, на самом деле лишь пропагандируют это опасное увлечение и невольно пополняют ряды зацеперов.

Основные причины мотивации зацеперов к проезду вне поездов:

- более обширный вид с крыши поезда, нежели из окна;
- комфортный проезд - не в толкучке, на свежем воздухе;
- индивидуальное пассажирское место, вне зависимости от других пассажиров;

- возможность путешествовать на товарняках;
- экстрим;
- адреналин;
- самоутверждение.

Несчастные случаи

Каждый год фиксируется несколько десятков несчастных случаев среди увлекающихся зацепом, многие из которых - смертельные. Факторы риска следующие:

- поражение электрическим током от контактной сети;
- в метро - габарит тоннелей;
- падение на рельсы, в том числе под колеса встречных поездов;
- падение между вагонами.

Руфинг, или "крышолозание" – это экстремальный вид туризма, который, по своему логичному названию, проявляется в желании посмотреть и пофотографировать с крыш высотных зданий, и домов.

В зависимости от цели выделяют виды руфинга:

Профессиональный - выбор способа покорения нестандартной или закрытой крыши. Чем больше препятствий, тем лучше.

Тихий - получить эмоциональное удовольствие, любования, открывающимися с высоты пейзажами.

Любительский - нет целей, ради интереса или за компанию.

Как любое действие, руфинг имеет последствия:

1. Биологические риски. Самые распространенные это различные травмы. Подростки получают травмы средней тяжести 45% и тяжелые 40%. В этом возрасте у них отсутствует чувство страха, да и всерьез размышлять о смерти не принято. В интернете публикуются удачные или забавные трюки. Но вряд ли кто-то думал, как долго у исполнителя трюка срастались кости, или видел в Сетях видео рыдающей матери, чей сын не встал после неудачного залаза. У профессионалов 62% занимают легкие травмы (растяжения, синяки, ушибы). Они находятся в прекрасной физической форме, а постоянное чувство опасности помогает более чутко воспринимать ситуацию. Люди в возрасте получают лёгкие травмы и средней тяжести. Они понимают, чего хотят в жизни и не оправдано рисковать не намерены.

Только за декабрь 2019 года, пострадали 15 руферов – подростков, 9 из них погибли в возрасте 13–17 лет. Сорвавшись с высоты 50 метров, вероятность погибнуть на месте составляет 95% случаев, 4% умирает в больнице и только 1% выживает, но остаются инвалидами. Треть погибших, руферов с большой высоты делали селфи 31%, 26 % переоценили собственные возможности. Так же причинами стали: выполнение трюка 14%; опьянение 11%; по 9% удар током и иные риски.

Трагические видео появляются в сети одно за другим. Это ещё сильнее подстегивают подростков, которые стремятся повторить опасные трюки руфера, а может даже превзойти его. В сети они объединяются в закрытые группы и развивают экстремальные движения в реальной жизни.

II. Юридические последствия. В законодательстве России нет понятий «руфер», «руфинг». В Сети напрямую говорят, что за руфинг ничего не будет, дают советы как избежать ответственности, как себя вести в полиции, что говорить родителям. Но в некоторых случаях покорителям крыш могут предъявить обвинения в нарушении закона. Несовершеннолетнего должны передать родителям. В первый раз ограничатся профилактической беседой, но в другой раз оштрафуют. С юридической точки зрения, руфер не наносит вред окружающим, он рискует

собственной жизнью. Но еще хуже когда они своими действиями ставят под угрозу и чужие жизни.

III. Социальное отношение. На вопрос: «Как Вы относитесь к ружингу и что с этим явлением делать? ». Позитивно настроены 29% респондентов, советующих «...поощрять их начинания, которые могут развиваться во что-то полезное для общества». Из положительно настроенных: подростки напрямую сами связаны с ружингом или состоят в других молодёжных движениях; а взрослые это те, кто в юности был неформалом или их дети, относятся к определённой субкультуре. 31 % респондентов не видит позитива в этом увлечении. Негативно настроены 40 % респондентов, считающие, что надо подавлять экстремальные увлечения подростка. Это объясняется асоциальной направленностью молодёжных течений, стереотипами, негативными ситуациями о ружинге. А самое главное, занятие экстримом ставит взрослых в тупик, они не знают, как бороться с этим явлением.

Среди столичных подростков популярен паркур. Его фанаты используют такие основные факторы, как сила и ее правильное приложение. Используя свое тело, по их мнению, надо как можно быстрее оказаться в определенном месте. При этом они руководствуются принципом «нет границ, есть лишь препятствия, которые можно преодолеть». Чтобы заниматься паркуром (паркур – это преодоление любых появляющихся на пути препятствий), человек должен здраво оценивать свои возможности и быть в прекрасной физической форме. Подростку, попавшему под впечатление от какого-нибудь хитового кино про паркур, можно для начала посоветовать попробовать заниматься единоборствами, легкой атлетикой, скалолазанием, спортивной гимнастикой и аэробикой.

Диггерство (от англ. digger – копатель) – исследование искусственных подземных сооружений в познавательных либо развлекательных целях. Очень часто диггерство сопряжено с разного рода опасностями: отравление химическими веществами, кислородное голодание, затопление, падение с получением травм опорно-двигательной системы.

Итак, основные опасности, подстерегающие диггеров, это:

- падение с большой высоты;
- погребение заживо;
- удушье от подземных газов и других опасных веществ;
- повышенная радиация;
- различные переломы и ушибы и др.

2. Вопросы к практическому занятию

1. Каким образом молодежь вовлекают в противозаконную и антиобщественную деятельность?
2. Расскажите, что Вы знаете о мерах ответственности за нарушение общественного порядка.
3. Назовите меры противодействия вовлечению молодежи в несанкционированные публичные мероприятия
4. Какова мера ответственности за участие во флешмобе, носящем антиобщественный характер
5. Как не стать жертвой информационной войны?
6. Расскажите о безопасности в социуме. Как Вы это понимаете?
7. Назовите способы разрешения конфликтных ситуаций
8. Что можно считать опасным проявлением конфликта и как этому помешать
9. Расскажите о способах противодействия буллингу?

3.Задания к практическому занятию

1. Подготовьте рефераты с презентациями по заданным темам:

- Зацепинг. Административная ответственность за занятия зацепингом.
- Руфинг. Административная ответственность за занятия руфингом.
- Диггерство и его опасности.
- Паркур и селфи. Основные меры безопасности.

Практическое занятие №2 .

Защита населения и территорий при чрезвычайных ситуациях

1.Теоретическая часть

Защита населения в чрезвычайных ситуациях (ЧС) - это совокупность взаимосвязанных по времени, ресурсам и месту проведения мероприятий, направленных на предотвращение или предельное снижение потерь населения и угрозы его жизни и здоровью от поражающих факторов ЧС.

Защита населения от ЧС является важнейшей задачей Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), исполнительных органов государственной власти, а также местного самоуправления всех уровней, руководителей предприятий, учреждений и организаций всех форм собственности,

Защита населения от ЧС в Российской Федерации является общегосударственной задачей. Государственной Думой принят Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». Законом определены организационно-правовые нормы в области защиты граждан Российской Федерации, иностранных граждан и лиц без гражданства на всей территории страны.

Граждане Российской Федерации имеют право на защиту жизни и здоровья, личного имущества; использование имеющихся средств коллективной и индивидуальной защиты; информацию о возможном риске и мерах необходимой безопасности в ЧС. Они обязаны соблюдать меры безопасности, не нарушать производственную и технологическую дисциплину, требования экологической безопасности; знать способы защиты и оказания первой медицинской помощи, правила пользования коллективными и индивидуальными средствами защиты, принимать активное участие в проведении мероприятий по защите населения от ЧС.

Особое место в комплексе мероприятий по защите населения занимает обеспечение безопасности, сохранение жизни и здоровья спасателей - граждан, которые подготовлены и аттестованы для проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ при ликвидации ЧС. Статус, права и обязанности спасателей определены Федеральным законом «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателей».

Защита населения и спасателей от ЧС обеспечивается комплексным проведением организационных, инженерно-технических и специальных, в том числе медицинских, мероприятий по предотвращению или максимальному снижению угрозы жизни и здоровью, нарушений жизнедеятельности населения, своевременному оказанию медицинской помощи пораженным и больным в ЧС.

Основные принципы защиты населения:

- защите от ЧС подлежит все население Российской Федерации, а также иностранные граждане и лица без гражданства, находящиеся на территории России;

- мероприятия по подготовке к защите населения проводятся заблаговременно по территориально-производственному принципу и одновременно от ЧС всех видов - природного, техногенного, военного характера и др.;
- мероприятия по защите населения планируются и осуществляются дифференцированно с учетом военно-экономического и административно-политического значения конкретных районов, городов и объектов экономики; особенностей заселения территории; продолжительности и степени возможной и реальной опасности, создаваемой ЧС; природно-климатических и других местных условий;
- объемы, содержание и сроки проведения мероприятий по защите населения определяются исходя из принципа разумной достаточности, экономических возможностей их реализации, степени потенциальной опасности технологий и производства, состояния спасательных служб;
- в целях рационального расходования ресурсов максимально эффективно (по двойному назначению - в производственных интересах и для защиты населения) используются имеющиеся и создаваемые здания и сооружения, технические средства и имущество.

Основным объектом защиты в ЧС является человек с его правами на жизнь, здоровье, а также сохранение имущества. Вместе с тем каждый человек должен сам заботиться о собственной безопасности. Граждане Российской Федерации обязаны участвовать в мероприятиях по защите от ЧС и получать для этого необходимые знания.

Защита достигается проведением до и после возникновения ЧС следующих мероприятий:

- прогноз возможных ЧС и последствий их возникновения для населения;
- непрерывное наблюдение и контроль за состоянием окружающей среды;
- оповещение (предупреждение) населения об угрозе возникновения и факте ЧС;
- эвакуация людей из опасных зон и районов;
- инженерная, медицинская, радиационная и химическая защита;
- применение специальных режимов защиты населения на загрязненной (зараженной) территории;
- оперативное и достоверное информирование населения о состоянии его защиты от ЧС, принятых мерах по обеспечению безопасности, прогнозируемых и возникших ЧС, порядке действий;
- подготовка к действиям в ЧС населения, руководителей всех уровней, персонала предприятий, организаций и учреждений, а также органов управления и сил РСЧС;
- проведение аварийно-спасательных и других неотложных работ в районах ЧС и очагах поражения;
- обеспечение защиты от поражающих факторов ЧС продовольствия и воды;
- создание финансовых и материальных ресурсов на случай возникновения ЧС. Защита населения и спасателей от ЧС обеспечивается комплексным проведением организационных, инженерно-технических и специальных, в том числе медицинских, мероприятий по предотвращению или максимальному снижению угрозы жизни и здоровью, нарушений жизнедеятельности населения, своевременному оказанию медицинской помощи пораженным и больным в ЧС.

Большое значение для эффективности защиты людей имеют следующие мероприятия, в выполнении которых активное участие принимает служба медицины катастроф:

- обучение населения и спасателей правилам защиты от опасностей, вызванных авариями, катастрофами, стихийными бедствиями, эпидемиями, эпизоотиями, в том числе способам оказания первой медицинской помощи и мер профилактики инфекционных заболеваний;
- морально-психологическая подготовка населения и спасателей с целью формирования психологической устойчивости и готовности к активным действиям при ликвидации последствий ЧС, предупреждения паники, нередко усугубляющей последствия ЧС;
- использование защитных сооружений (убежищ, противорадиационных укрытий, приспособляемых помещений) как средств коллективной защиты населения, в том числе и для развертывания и обеспечения работы медицинских учреждений в условиях радиоактивного, химического загрязнения территории и др.;
- использование средств индивидуальной защиты (СИЗ) органов дыхания, кожных покровов от загрязнения радиоактивными, химическими веществами, бактериальными средствами;
- соблюдение соответствующих режимов противорадиационной и противохимической защиты, правил поведения; проведение санитарно-гигиенических и противоэпидемических мероприятий при проживании (пребывании) на территории, загрязненной радиоактивными и химическими веществами, или в очагах инфекционных заболеваний, представляющих опасность заражения населения и спасателей при ликвидации последствий ЧС;
- проведение мероприятий медицинской защиты, являющихся составной частью медико-санитарного обеспечения населения и личного состава, участвующего в ликвидации последствий ЧС.

К основным способам защиты населения от ЧС относятся: своевременное оповещение, укрытие в защитных сооружениях, использование средств индивидуальной защиты, в том числе медицинских, и эвакуация населения.

2. Вопросы к практическому занятию

1. Основы законодательства РФ по организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций
2. Расскажите про стратегию национальной безопасности РФ
3. Расскажите про основные направления деятельности государства по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций
4. Расскажите о правах, обязанностях и ответственности гражданина в области организации защиты населения при опасных и чрезвычайных ситуациях

3. Задания к практическому занятию

1. Подготовьте сообщения по заданным темам:
 - Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Структура и основные задачи
 - Функциональные и территориальные подсистемы РСЧС
 - Деятельность МЧС России

- Общероссийская комплексная система информирования и оповещения населения в местах массового пребывания людей (ОКСИОН). Цель и задачи
- Режимы функционирования ОКСИОН

Практическое занятие №3. Безопасность в природной среде и экологическая безопасность

1. Теоретическая часть

Экологическое законодательство РФ составляют:

- Конституция РФ от 12 декабря 1993 года;
- Федеральный закон «О животном мире» от 24.04.95. № 52-ФЗ;
- Федеральный закон «Об экологической экспертизе» от 23.11.95 (в редакции от 15.04.98.) № 174-ФЗ;
- Закон РФ «Об охране окружающей среды» от 10 января 2002 г. № 7-ФЗ;
- Водный Кодекс РФ от 16.11.95;
- Лесной кодекс РФ от 29.01.97.;
- Закон РФ «О недрах» от 21.02.92 (в ред. от 8.08.2001) № 27-ФЗ;
- Федеральный закон «Об охране атмосферного воздуха» и другие нормативно-правовые акты.

Основным законом, обеспечивающим права граждан России на здоровую и экологически благоприятную окружающую среду и экологическую безопасность в нашей стране, является Федеральный закон РФ «Об охране окружающей среды» от 10 января 2002 г. № 7-ФЗ. Ранее действовал закон РСФСР от 1991 г. «Об охране окружающей природной среды». Настоящий Федеральный закон регулирует отношения в сфере взаимодействия общества и природы, возникающие при осуществлении хозяйственной и иной деятельности, связанной с воздействием на природную среду, являющуюся основой жизни на Земле.

Особенностью правового регулирования экологических отношений является преобладание административно-правового метода воздействия. Характерным моментом его является не юридическое равенство сторон (присущее гражданско-правовому методу), а отношение власти и подчинения. Властными полномочиями при этом обладают природоохранные органы, осуществляющие эту деятельность в соответствии с законодательством и стоящие на страже интересов общества и граждан.

В Российской Федерации осуществляется государственный, производственный, муниципальный, общественный надзор и контроль в области охраны окружающей среды. За неисполнение экологического (природоохранного) законодательства виновные несут ответственность, которая зависит от вида экологических правонарушений.

Экологическое правонарушение — это противоправное деяние, нарушающее природоохранное законодательство и причиняющее вред окружающей природной среде и здоровью человека. Признаками экологического правонарушения являются действие или бездействие лица, противоречащее экологическому законодательству, противоправное действие. Виновные в экологических правонарушениях граждане несут дисциплинарную, материальную, гражданско-правовую, административную и уголовную ответственность.

Экологическими преступлениями, согласно гл. 26 УК РФ «Экологические преступления», являются:

- нарушение правил охраны окружающей среды при производстве работ;
- нарушение правил обращения с экологически опасными веществами и отходами;
- нарушение правил безопасности при обращении с микробиологическими либо другими биологическими агентами или токсинами;

- нарушение ветеринарных правил и правил, установленных для борьбы с болезнями и вредителями растений;
- загрязнение вод;
- загрязнение атмосферы;
- загрязнение морской среды;
- нарушение законодательства РФ о континентальном шельфе и об исключительной экономической зоне РФ;
- порча земли;
- нарушение правил охраны и использования недр;
- незаконная добыча водных животных и растений;
- нарушение правил охраны рыбных запасов;
- незаконная охота;
- уничтожение критических местообитаний для организмов, занесенных в Красную книгу;
- незаконная порубка деревьев и кустарников;
- уничтожение или повреждение лесов;
- нарушение режима особо охраняемых природных территорий и природных объектов;
- экоцид - массовое уничтожение растительного, животного мира (в том числе людей), отравление атмосферы или водных ресурсов, а также другие действия, которые могут привести к экологической катастрофе. Совершение экоцида наказывается лишением свободы на срок от двенадцати до двадцати лет.

За совершение экологических преступлений предусмотрены различные виды уголовной ответственности: лишение свободы, исправительно-трудовые работы, лишение права занимать определенные должности или заниматься определенными видами деятельности, штрафы.

Экологическая безопасность – состояние защищенности биосферы и человеческого общества, а на государственном уровне – государства, от угроз, возникающих в результате антропогенных и природных воздействий на окружающую среду. В понятие экологической безопасности входит система регулирования и управления, позволяющая прогнозировать, не допускать, а в случае возникновения – ликвидировать развитие чрезвычайных ситуаций. Экологическая безопасность реализуется на глобальном, региональном и локальном уровнях.

Глобальный уровень управления экологической безопасностью предполагает прогнозирование и отслеживание процессов в состоянии биосферы в целом и составляющих ее сфер (например, на территории биосферных заповедников). Управление глобальной экологической безопасностью является прерогативой межгосударственных отношений на уровне ООН, ЮНЕСКО, ЮНЕП и др. международных организаций.

Региональный уровень включает крупные географические или экономические зоны, а иногда территории нескольких государств. Контроль и управление осуществляется на уровне правительства государства и на уровне межгосударственных связей (Объединенной Европы, СНГ, Союз африканских государств и т.д.).

Локальный уровень включает города, районы, предприятия металлургии, химической, нефтеперерабатывающей, горнодобывающей промышленности и оборонного комплекса, а также контроль выбросов, стоков и др. Управление экологической безопасностью осуществляется на уровне администраций отдельных городов, районов, предприятий с привлечением соответствующих служб, ответственных за санитарное состояние и природоохранную деятельность.

Межгосударственное сотрудничество в сфере экологической безопасности осуществляется в рамках деятельности ряда международных организаций. В зависимости от характера и направлений деятельности, целей и задач их можно дифференцировать по нескольким группам:

- охрана окружающей природной среды, решение проблем Земли (ЮНЕП, МСОП);
- комплексный природоохранный мониторинг (ФАО, ВОЗ, ВМО);

- специальные природоохранные мероприятия (охрана дикой природы, международных озер, рек, безопасность ядерных источников энергии и т. п.).

Защита окружающей природной среды - одна из приоритетных целей Организации Объединенных Наций и ее специализированных учреждений, что предусмотрено Уставом этой организации. Кроме того, ООН призвана оказывать содействие разрешению международных проблем в области экономической, социальной жизни, здравоохранения, повышения уровня жизни населения, соблюдения прав человека.

2. Вопросы к практическому занятию

1. Назовите источники опасности в природной среде
2. Каковы основные правила безопасного поведения в лесу, в горах, на водоеме?
3. Что такое ориентирование на местности? При помощи чего это возможно?
4. Расскажите более подробно про чрезвычайные ситуации природного характера, а именно про геологические, гидрологические, метеорологические и природные пожары
5. Возможно ли их спрогнозировать и принять меры по предупреждению
6. Что такое Роспотребнадзор?

3. Задания к практическому занятию

1. Законспектируйте следующие документы: Федеральный закон от 10 января 2002 г. № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды».

2. Подготовьте рефераты с презентациями по заданным темам:

- Нормы предельно допустимой концентрации вредных веществ в воздухе, в воде.
- Правила использования питьевой воды
- Правила хранения и употребления продуктов питания
- Основные виды экологических знаков

Практическое занятие №4. Основы военной службы

1. Теоретическая часть

Оборона государства – система мер по защите его целостности и неприкосновенности. Основной функцией вооруженных сил всегда являлась оборона страны от нападения извне.

Концепция национальной безопасности – это система взглядов на обеспечение безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз во всех сферах жизнедеятельности.

Военная доктрина представляет собой совокупность официальных взглядов (установок), определяющих военно - политические, военно - стратегические и военно- экономические основы обеспечения военной безопасности РФ.

Согласно ст. 59 Конституции РФ “Защита Отечества является долгом и обязанностью гражданина Российской Федерации”

По ст. 87 Конституции РФ “Президент РФ является Верховным Главнокомандующим Вооруженными Силами”.

Кроме Конституции, правовые основы военной службы содержатся в Федеральных законах РФ:

- Об обороне
- О статусе военнослужащих

- О воинской обязанности и военной службе.

Состав Вооруженных Сил РФ

Вооруженные Силы РФ имеют в своем составе три вида Вооруженных Сил (Сухопутные войска, Военно- Воздушные Силы, Военно- Морской Флот) и три самостоятельных рода войск центрального подчинения (Ракетные войска стратегического назначения, Воздушно - десантные войска и Космические войска).

Предназначение Сухопутных войск:

СВ - это вид Вооруженных Сил, предназначенных для прикрытия Государственной границы, отражения ударов агрессора, удержания занимаемой территории, разгрома группировок войск и овладения территорией противника.

Предназначение Военно - Воздушных Сил:

ВВС - вид Вооруженных Сил, предназначенный для защиты органов государственного и военного управления, стратегических ядерных сил, важнейших административно-промышленных центров и районов страны от ударов с воздуха; завоевания господства в воздухе; поражения противника с воздуха, повышения мобильности обеспечения видов ВС РФ.

Предназначение Военно- Морского Флота:

ВМФ – вид Вооруженных Сил, предназначенный для обеспечения военной безопасности государства с океанских (морских) направлений, защиты стратегических интересов РФ в океанских и морских районах.

Предназначение Ракетных войск стратегического назначения:

Основное предназначение РВСН - выполнение стратегических задач.

Предназначение воздушно- десантных войск:

ВДВ - самостоятельный род войск центрального подчинения, предназначенный для ведения боевых действий в тылу противника.

Предназначение космических войск:

Космические войска предназначены для подготовки и запуска всех ракетносителей, управления на орбите группировками космических аппаратов, разработкой и заказами космических комплексов и систем.

Воинские звания Вооруженных Сил РФ

Составы военнослужащих	Воинские звания	
	войсковые	корабельные
Солдаты и матросы	Рядовой	Матрос
	Ефрейтор	Старший матрос
Сержанты и старшины	Младший сержант	Старшина 2-й статьи
	Сержант	Старшина 1-й статьи
	Старший сержант	Главный старшина
	Старшина	Главный корабельный старшина
Прапорщики и мичманы	Прапорщик	Мичман
	Старший прапорщик	Старший мичман
Младшие офицеры	Младший лейтенант	Младший лейтенант
	Лейтенант	Лейтенант
	Старший лейтенант	Старший лейтенант
	Капитан	Капитан- лейтенант
Старшие офицеры	Майор	Капитан 3-го ранга
	Подполковник	Капитан 2-го ранга
	Полковник	Капитан 1-го ранга
	Генерал- майор	Контр- адмирал

	Генерал- лейтенант	Вице- адмирал
	Генерал- полковник	Адмирал
	Генерал армии	Адмирал флота
	Маршал РФ	

Дни воинской славы, согласно закону РФ «О днях воинской славы (победных днях) России» от 10.02.1995 г.

5.04.1242 г.- ледовое побоище - Александр Невский;
 21.09.1380г. - победа в Куликовской битве - Дмитрий Донской;
 7.11.1612 г.- освобождение Москвы - Кузьма Минин и Дмитрий Пожарский;
 10.07.1709- победа в Полтавской битве - Петр 1;
 9.08.1714г.- победа русского флота у мыса Гангут - Петр 1;
 24.12.1790г.- взятие Измаила - Суворов;
 11.09.1790г.- победа у мыса Тендра - Ушаков;
 8.09.1812г.- Бородинская битва - Кутузов;
 1.12.1853г.- победа у мыса Синоп - Нахимов;
 23.02.1918- день защитников Отечества;
 5.12.1941г.- начало контрнаступления под Москвой;
 2.02.1943г.- окончание разгрома гитлеровских войск под Сталинградом;
 23.08.1943г.- окончание разгрома гитлеровских войск в Курской битве;
 27.01.1944г.- день снятия блокады г. Ленинграда
 9.05.1945г.- День Победы в Великой Отечественной войне.

Воинская обязанность граждан Российской Федерации предусматривает:

- воинский учёт;
- обязательную подготовку к военной службе;
- призыв на военную службу;
- прохождение военной службы по призыву;
- пребывание в запасе;
- призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.

Призыву на военную службу подлежат:

- 1) граждане мужского пола в возрасте от 18 до 27 лет, состоящие или обязанные состоять на воинском учете и не пребывающие в запасе;
- 2) граждане мужского пола в возрасте от 18 до 27 лет, окончившие государственные, муниципальные или имеющие государственную аккредитацию по соответствующим специальностям, негосударственные образовательные учреждения высшего профессионального образования и зачисленные в запас с присвоением воинского звания офицера.

Освобождение от призыва на военную службу

1. От призыва на военную службу освобождаются граждане:

- а) признанные не годными или ограниченно годными к военной службе по состоянию здоровья;
- б) проходящие или прошедшие военную службу в Российской Федерации;
- в) проходящие или прошедшие альтернативную гражданскую службу;
- г) прошедшие военную службу в другом государстве;

2. Право на освобождение от призыва на военную службу имеют граждане:

- а) имеющие предусмотренную государственной системой аттестации ученую степень кандидата наук или доктора наук;
- б) являющиеся сыновьями (родными братьями): военнослужащих, погибших (умерших) в связи с исполнением ими обязанностей военной службы, и граждан, проходивших военные сборы, погибших (умерших) в связи с исполнением ими обязанностей военной службы в период

прохождения военных сборов; граждан, умерших вследствие увечья (ранения, травмы, контузии) либо заболевания, полученных в связи с исполнением ими обязанностей военной службы, после увольнения с военной службы либо после окончания военных сборов.

3. Не подлежат призыву на военную службу граждане:

- а) отбывающие наказание в виде обязательных работ, исправительных работ, ограничения свободы, ареста или лишения свободы;
- б) имеющие неснятую или непогашенную судимость за совершение преступления;
- в) в отношении которых ведется дознание, либо предварительное следствие или уголовное дело в отношении которых передано в суд.

1. Отсрочка от призыва на военную службу предоставляется гражданам:

- а) признанным в установленном настоящим Федеральным законом порядке временно не годными к военной службе по состоянию здоровья, - на срок до 1-го года;
- б) занятым постоянным уходом за отцом, матерью, женой, родным братом, родной сестрой, дедушкой, бабушкой или усыновителем, если отсутствуют другие лица, обязанные по закону содержать указанных граждан, а также при условии, что последние не находятся на полном государственном обеспечении и нуждаются по состоянию здоровья в соответствии с заключением органа государственной службы медико-социальной экспертизы по месту жительства граждан, призываемых на военную службу, в постоянном постороннем уходе (помощи, надзоре) или являются инвалидами первой или второй группы.

Началом военной службы считается:

- а) для граждан, призванных на военную службу, не пребывавших в запасе, - день убытия из военного комиссариата субъекта Российской Федерации к месту прохождения военной службы;
- б) для граждан, призванных на военную службу из числа окончивших государственные, муниципальные или имеющие государственную аккредитацию по соответствующим направлениям подготовки (специальностям) негосударственные образовательные учреждения высшего профессионального образования и зачисленных в запас с присвоением воинского звания офицера, - день убытия к месту прохождения военной службы, указанный в предписании военного комиссариата;
- в) для граждан, призванных на военную службу непосредственно после окончания государственных, муниципальных или имеющих государственную аккредитацию по соответствующим направлениям подготовки (специальностям) негосударственных образовательных учреждений высшего профессионального образования, которым присвоено воинское звание офицера, - день убытия в отпуск, предоставляемый военным комиссариатом по окончании указанных образовательных учреждений;
- г) для граждан, поступивших на военную службу по контракту, - день вступления в силу контракта;
- д) для граждан, поступивших в военно-учебные заведения и не проходивших военную службу или прошедших военную службу ранее, день зачисления в указанные учебные заведения.

Срок военной службы установлен:

- а) для солдат, матросов, сержантов и старшин, проходящих военную службу по призыву, - 24 месяца;
 - б) для солдат, матросов, сержантов и старшин, проходящих военную службу по призыву и окончивших государственные, муниципальные или имеющие государственную аккредитацию по соответствующим направлениям подготовки (специальностям) негосударственные образовательные учреждения высшего профессионального образования, - 12 месяцев;
 - в) для офицеров, проходящих военную службу по призыву, - 24 месяца;
- Срок военной службы исчисляется со дня начала военной службы.

Срок военной службы истекает:

- а) для военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, - в соответствующее число последнего месяца срока военной службы по призыву;
- б) для военнослужащих, проходящих военную службу по контракту, - в соответствующие месяц и число последнего года срока контракта либо в соответствующее число последнего месяца срока контракта, если контракт был заключен на срок до одного года.

В случаях, когда истечение срока военной службы приходится на месяц, в котором нет соответствующего числа, указанный срок истекает в последний день этого месяца.

Днем окончания военной службы считается день исключения военнослужащего из списков личного состава воинской части, а также военные факультеты (кафедры) при образовательных учреждениях высшего профессионального образования) в связи с увольнением с военной службы, гибелью, признанием безвести пропавшим или объявлением умершим.

Военнослужащий должен быть исключен из списков личного состава воинской части в день истечения срока его военной службы (уволенный досрочно - не позднее окончания срока военной службы), кроме случаев, установленных Федеральным законом и настоящим Положением.

День исключения из списков личного состава воинской части является для военнослужащего последним днем военной службы.

В срок военной службы не засчитывается:

1. время пребывания военнослужащего в дисциплинарной воинской части;
2. время отбывания ареста осужденным военнослужащим;
3. время отбывания дисциплинарного взыскания в виде ареста;
4. время самовольного оставления воинской части или места военной службы продолжительностью свыше 10 суток независимо от причин оставления.

Военнослужащие, проходящие военную службу по призыву, могут быть направлены (в том числе в составе подразделения, воинской части, соединения) для выполнения задач в условиях вооруженных конфликтов (для участия в боевых действиях) после прохождения ими военной службы в течение не менее шести месяцев и после подготовки по военно-учетным специальностям.

Период первоначальной постановки граждан на военный учёт.

1. Первоначальная постановка на воинский учет граждан мужского пола осуществляется в период с 1 января по 31 марта в год достижения ими возраста 17 лет комиссией по постановке граждан на воинский учет, создаваемой в районе, городе без районного деления или ином равном им муниципальном образовании.
2. Первоначальная постановка на воинский учет граждан женского пола после получения ими военно-учетной специальности, а также лиц, получивших гражданство Российской Федерации, осуществляется военным комиссариатом в течение всего календарного года.

Обязанности граждан по военному учёту:

1. В целях обеспечения воинского учета граждане обязаны:

- состоять на воинском учете по месту жительства в военном комиссариате, в населенном пункте, где нет военных комиссариатов, - в органах местного самоуправления, а граждане, имеющие воинские звания офицеров и пребывающие в запасе Службы внешней разведки Российской Федерации и органов Федеральной службы безопасности Российской Федерации, - в указанных органах;

- явиться в установленные время и место по вызову (повестке) в военный комиссариат или иной орган, осуществляющий воинский учет, по месту жительства или месту временного пребывания;
 - при увольнении с военной службы в запас Вооруженных Сил Российской Федерации явиться в двухнедельный срок со дня исключения их из списков личного состава воинской части в военный комиссариат или иной орган, осуществляющий воинский учет, по месту жительства для постановки на воинский учет;
 - сообщить в двухнедельный срок в военный комиссариат или иной орган, осуществляющий воинский учет, по месту жительства об изменении семейного положения, образования, места работы или должности, места жительства в пределах района, города без районного деления или иного муниципального образования;
 - сняться с воинского учета при переезде на новое место жительства или место временного пребывания (на срок более трех месяцев), а также при выезде из Российской Федерации на срок свыше шести месяцев и встать на воинский учет в двухнедельный срок по прибытии на новое место жительства, место временного пребывания или возвращении в Российскую Федерацию;
 - бережно хранить военный билет (временное удостоверение, выданное взамен военного билета), а также удостоверение гражданина, подлежащего призыву на военную службу. В случае утраты указанных документов в двухнедельный срок обратиться в военный комиссариат или иной орган, осуществляющий воинский учет, по месту жительства для решения вопроса о получении документов взамен утраченных.
2. Граждане, подлежащие призыву на военную службу, выезжающие в период проведения призыва на срок более трех месяцев с места жительства, должны лично сообщить об этом в военный комиссариат или иной орган, осуществляющий воинский учет, по месту жительства.
3. Граждане исполняют и иные обязанности, установленные Положением о воинском учете.

Сроки призыва граждан на военную службу:

1. Призыв на военную службу граждан, не пребывающих в запасе, осуществляется два раза в год с 1 апреля по 30 июня и с 1 октября по 31 декабря на основании указов Президента Российской Федерации за следующими исключениями: а) граждане, проживающие в отдельных районах Крайнего Севера, перечень которых определяется Генеральным штабом Вооруженных Сил Российской Федерации, призываются на военную службу с 1 мая по 30 июня; б) граждане, проживающие в сельской местности и непосредственно занятые на посевных и уборочных работах, призываются на военную службу с 15 октября по 31 декабря; в) граждане, являющиеся педагогическими работниками образовательных учреждений, призываются на военную службу с 1 мая по 30 июня.

2. Вопросы к практическому занятию

1. Назовите правовые основы подготовки граждан к военной службе
2. Расскажите о составляющих воинской обязанности в мирное и военное время
3. Как осуществляется подготовка граждан к военной службе?
4. Назовите военно-прикладные виды спорта
5. Расскажите о современном состоянии Вооруженных Сил РФ
6. Расскажите о военно-патриотическом общественном движении «ЮНАРМИЯ»

3. Задания к практическому занятию

1. Подготовьте рефераты с презентациями по заданным темам:
- История создания российской армии
 - Победа в Великой Отечественной войне
 - Структура Вооруженных Сил РФ
 - Виды и рода войск
 - Воинские должности и звания

- Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих

Практическое занятие №5. Огневая подготовка

1. Теоретическая часть

Огневая подготовка – это обучение личного состава Вооруженных Сил по применению штатного оружия для поражения целей в бою. Огневая подготовка включает в себя изучение материальной части оружия, правил и приемов стрельбы, способов разведки целей и определения дальности до них, управление огнем.

Меры безопасности при обращении с оружием.

Получив оружие, необходимо лично убедиться в том, что оно поставлено на предохранитель и не заряжено.

Для того чтобы убедиться, нет ли патронов в патроннике, не снимая оружия с предохранителя, необходимо направить ствол в безопасное место, отсоединить магазин (если он был присоединен), оружие снять с предохранителя, отвести рукоятку затворной рамы (затвор) назад, осмотреть патронник, спустить курок с боевого взвода и поставить оружие на предохранитель. Осмотреть магазины.

Запрещается направлять оружие на людей, даже если оно не заряжено.

Запрещается брать и вести огонь из чужого оружия и из оружия, правил обращения с которым не знаешь, и давать свое без разрешения (приказания) командира (начальника караула).

Передавая оружие по приказанию командира (начальника) другому военнослужащему, обязательно проверить и предупредить, что оружие разряжено (заряжено) и поставлено на предохранитель. Получив оружие от другого лица, лично необходимо проверить, поставлено ли оно на предохранитель.

Запрещается оставлять оружие где бы то ни было без разрешения (приказа) командира.

Соблюдай особую осторожность при обращении с оружием во время передвижения шагом или бегом.

При передвижении бегом необходимо прижать автомат к поясу, а при следовании в автомобиле, поезде, самолете – держать между колен ствол вверх.

При обнаружении неисправности оружия доложи командиру.

Соблюдение мер безопасности исключает несчастные случаи при действиях с оружием на занятиях.

Меры безопасности на учениях, занятиях и стрельбах.

Безопасность на занятиях по изучению приёмов и правил стрельбы и при проведении стрельб обеспечивается чёткой их организацией, знанием и точным соблюдением порядка и правил, установленных в тире (на стрельбище, площадке), высокой дисциплинированностью всех обучаемых.

На занятиях необходимо соблюдать меры безопасности, предусмотренные при изучении материальной части автомата и патронов.

Любые свои действия с оружием и боеприпасами производи только по команде командира (руководителя стрельб).

Перед каждым заряданием убедись в отсутствии в стволе посторонних предметов (земли, песка, ветоши и т.п.).

Зарядание и разрядание оружия производи только по команде командира, при этом ствол оружия направляй в сторону мишени или в указанном командиром направлении.

Перед тем, как использовать учебные или холостые патроны, лично убедись, что среди них нет боевых.

После занятий и стрельбы немедленно сдай командиру все оставшиеся, неиспользованные боевые, холостые, малокалиберные или учебные патроны.

Во время стрельбы не проявляй ненужной торопливости и нервозности, снимай оружие с предохранителя только после принятия положения для стрельбы и команды руководителя «огонь».

Закончив стрельбу, сразу же поставь оружие на предохранитель.

ЗАПОМНИ!

Огонь немедленно прекращается самостоятельно или по команде руководителя стрельбы в случаях:

появления людей, машин и животных на мишенном поле, низко летящих самолетов и вертолетов над районом стрельб;

поднятия белого флага (фонаря) на командном (участковом) пункте и укрытиях (блиндажах);

подачи с поста оцепления установленного сигнала об опасности продолжения стрельбы;

возникновения пожара от стрельбы;

потери ориентировки стреляющим, особенно ночью.

КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

Заряжать оружие боевыми и холостыми патронами, а также боевыми и инертными гранатами до сигнала «Огонь» (команды руководителя, командира).

Направлять оружие на людей, в сторону и в тыл стрельбища, независимо от того, заряжено или нет.

Открывать и вести огонь из неисправного оружия, неисправными боеприпасами, в опасных направлениях стрельбы, при поднятом белом флаге на командном (участковом) пункте и укрытиях (блиндажах).

Оставлять где бы то ни было заряженное оружие или передавать его другим лицам, оставлять на огневой позиции (месте для стрельбы) индивидуальное оружие без команды руководителя (командира).

Меры безопасности при обращении с пневматическим оружием.

Всегда обращайтесь с пневматическим оружием как с заряженным и взведённым.

Никогда не направляйте оружие на то, во что не собираетесь стрелять. Ни в коем случае не направляйте оружие на людей!

Оружие всегда должно быть направлено стволом в сторону мишеней, при переноске - стволом вверх или вниз.

Никогда не держите палец на спусковом крючке, даже если оружие разряжено и не взведено. Палец касается спуска только после прицеливания. До этого его можно держать на предохранительной скобе.

Заряжать и взводить оружие можно только на огневом рубеже.

Выбирайте для стрельбы подходящие мишени. Учитывайте возможную траекторию полёта пули при пробитии мишени, при рикошете и при промахе.

При стрельбе из винтовки с установленным оптическим прицелом учитывайте, что ось канала ствола находится ниже оси прицела. Возможно, попадание пули в близко расположенные предметы, не видимые в прицел или расположенные ниже прицела, но напротив ствола. Ниже ствола могут оказаться как пальцы, так и стекло автомобиля.

При прицеливании через телескопический оптический прицел не касайтесь окуляра бровью. Некоторое пневматическое оружие обладает отдачей и при выстреле возможна травма брови или глаза.

Контролируйте территорию, на которой ведётся стрельба. Особенно при использовании оптического прицела. При стрельбе в группе не допускайте, чтобы участники заходили за линию огневого рубежа (либо за линию дульного среза оружия, перпендикулярную линии стрельбы).

При стрельбе на короткие (менее 10 м) дистанции используйте защитные очки.

Не передавайте друг другу заряженное и (или) взведённое оружие.

Не оставляйте оружие заряженным и (или) взведённым.

Старайтесь не оставлять оружие без присмотра.

Не прикасайтесь к чужому оружию без разрешения владельца.

Не трогайте оружие, если в районе мишеней находятся люди. Даже если оружие не взведено и не заряжено.

Когда стрельба не ведётся (при перемещениях по стрельбищу) держите оружие открытым (с открытым затвором, с переломленным стволом), но не взведённым и не заряженным.

Перед стрельбой проверяйте техническое состояние оружия, затяжку крепёжных винтов.

Не разбирайте заряженное и (или) взведённое оружие.

Ремонт, настройка и проверка работоспособности оружия производится в специально отведённом месте с соблюдением всех мер безопасности.

Меры безопасности при обращении с имитационными средствами.

К использованию имитационных средств допускаются только специально обученные сотрудники. Они должны быть тщательно и целенаправленно проинструктированы.

Руководители занятий, а также офицеры подразделений (застав), несут полную ответственность за подготовку личного состава, оружия и имитационных средств к занятиям и учениям.

В целях обеспечения безопасности при использовании имитационных средств запрещается:

— выдавать личному составу неисправные и пришедшие в негодность холостые патроны, взрывпакеты, дымовые, имитационные гранаты, фугасы и другие имитационные средства;

— дополнять холостые патроны посторонними предметами для усиления звука выстрела или производить связки взрывпакетов с целью усиления звука взрыва;

— использовать нестандартные (не заводского изготовления) втулки для холостой стрельбы или стандартные втулки, но с неисправной нарезкой. Перед навинчиванием втулок для холостой стрельбы необходимо тщательно проверять исправность резьбы на дульной части оружия и фиксатора, удерживающего втулку от свинчивания;

— производить стрельбу холостыми патронами их учебного и неисправного боевого оружия;

— вести огонь холостыми патронами по живым целям, боевой технике и строениям, находящимся от стреляющего ближе 50 м.;

— бросать взрывпакеты, дымовые, имитационные гранаты и стрелять в населенных пунктах;

— подрывать дымовые и имитационные гранаты и фугасы от мест нахождения людей, боевой техники, строений и легковоспламеняющихся предметов ближе 50 м., а взрывпакеты — ближе 20 м.;

— использовать взрывпакеты с неисправным или укороченным огнепроводным шнуром;

— задерживать в руке взрывпакет, дымовую имитационную гранату после поджигания запальной головки, а ручную учебную гранату с имитационным запалом — после отпускания предохранительного рычага;

— подрывать для обозначения артиллерийского огня толовые шашки на расстоянии ближе 50 м., от людей и машин;

— применять боевые и ручные гранаты для обозначения артиллерийского и минометного огня;

— стрелять из сигнальных пистолетов и реактивными ракетами при углах возвышения менее 40 — 45 град.;

— поднимать, сдвигать с места, разбирать и использовать для стрельбы (метания) обнаруженные в районе занятий и учений неиспользованные и неизрасходованные имитационные средства;

— при стрельбе холостыми патронами находиться ближе 10 метров от среза дульной части ствола оружия.

— бросать взрывпакеты, осветительные и сигнальные патроны в расположение подразделений, на боевую и другую технику, а также в направлении легко воспламеняющихся предметов, трогать и подбирать взрывпакеты, запалы и производить их разборку.

При метании учебно-имитационных гранат необходимо выполнять требования безопасности, установленные для боевых гранат.

Правила поведения в тире, на стрельбище и полигоне.

Кодекс стрелка:

1. Я буду всегда обращаться с оружием как с заряженным.
2. Я никогда не направлю оружие туда, куда я не хочу стрелять.
3. Перед тем как выстрелить, я всегда проверю, что перед мишенью и за ней.
4. Я никогда не коснусь пальцем спускового крючка, пока ствол не будет направлен на мишень.

Во время стрельб, проводимых из малокалиберного и пневматического оружия, в тире должны соблюдаться следующие правила:

- стрельба допускается только из исправного, приведённого к нормальному бою оружия;
- стреляющие выходят на огневой рубеж только по команде руководителя стрельб;
- стреляющим запрещается прицеливаться и направлять оружие в стороны от мишени, в тыл, а также наводить его на людей или животных;
- на огневом рубеже запрещается брать, заряжать, трогать оружие или подходить к нему без команды (разрешения) руководителя стрельбы;
- оружие заряжают боевыми (малокалиберными) патронами или пулями только по команде руководителя стрельбы;
- запрещается выносить с огневого рубежа заряженное оружие, а также оставлять его где бы то ни было или передавать другим лицам без команды руководителя стрельбы;
- после окончания стрельб каждой смены стреляющие собирают гильзы и вместе с неизрасходованными патронами сдают их по счёту руководителю стрельбы;
- после сдачи гильз и патронов руководитель стрельб осматривает оружие согласно установленным правилам;
- во время стрельбы на огневом рубеже запрещается находиться посторонним лицам.
- Стрельба немедленно прекращается при появлении в зоне огня людей и животных.
- Во время стрельбы в тире должен находиться медицинский работник с медикаментами и перевязочными материалами.
- Стрелок обязан знать и строго выполнять установленные правила, все команды и требования безопасности при стрельбе, а после стрельбы сдать руководителю неизрасходованные патроны (пули) и гильзы.
- Ответственность за порядок в тире и безопасность возлагается на руководителя стрельб, который назначается приказом по учебному заведению.
- Порядок проведения стрельб на стрельбищах воинских частей определяется Курсом стрельб.

В тире запрещается:

1. Проводить стрельбу без преподавателя, осуществляющего подготовку по основам военной службы.
2. Вести огонь из неисправного оружия.
3. Заряжать оружие на огневом рубеже без команды «Заряжай!», сигнала «Огонь!».
4. Брать оружие без разрешения руководителя стрельбы.
5. Оставлять на огневом рубеже заряженное и незаряженное оружие с закрытым стволом.
6. Находясь на огневом рубеже, направлять оружие в тыл, в сторону или прицеливаться в мишени, если в направлении расположения мишеней находятся люди.
7. Проводить тренировку в тылу, когда с огневого рубежа ведется стрельба.
8. Находиться на огневом рубеже посторонним лицам, а также учащимся, не занятым стрельбой.
9. Включать и выключать вентиляторы, а также лампы освещения линии мишеней.

2. Задания к практическому занятию

1. Записать конспект:

Перед началом занятий по огневой подготовке:

- проверить исправность и подготовку обмундирования, снаряжения и средств индивидуальной защиты личного состава, при этом учесть время года, местность и условия проведения занятий и учений;
- определить маршруты движения машин и порядок перевозки личного состава к местам занятий;
- провести проверку технического состояния вооружения и военной техники, привлекаемой для проведения занятий;
- перед непосредственным выполнением каждой из задач (работ) устанавливать и доводить до личного состава требования безопасности, организовать контроль их строгого соблюдения на всех этапах занятий.

Во время занятий по огневой подготовке:

- организовать выдачу установленным порядком личному составу только исправных боеприпасов и имитационных средств и контроль за их правильным применением;
- на занятиях и учениях использовать только технически исправное вооружение и военную технику;
- указать личному составу порядок обозначения участков полей имитации и других опасных средств;
- указать сигналы прекращения огня и порядок их подачи;
- организовать в местах проведения учений патрулирование для предотвращения проникновения в районы учений посторонних людей, животных и техники.

Запрещается:

- проводить занятия вблизи электростанций, высоковольтных линий электропередач, газо- и нефтепроводов, железных дорог, обвалов, оползней и других опасных мест;
- производить на маршрутах следования остановку транспортных средств на осевой линии проезжей части и на левой обочине;
- отклоняться от маршрута движения;

- использовать непроверенные или имеющие повреждения боеприпасы и имитационные средства;
- перевозить личный состав и ВВТ на необорудованных автомобилях, платформах, вагонах и судах, а боеприпасы, взрывчатые вещества и другое имущество, опасное в обращении – в общих с личным составом колоннах подразделений;
- преодолевать опасные препятствия БМП и БТР с десантом на броне, наезжать на поля имитации, окопы и другие сооружения, занимаемые личным составом;
- двигаться через железнодорожные переезды с поднятыми антеннами радиостанций;
- на привалах личному составу выходить на левую сторону дороги, находиться между машинами и отдыхать под ними, запускать двигатели и трогаться с места без тщательного осмотра машин и прилегающей местности, курить и пользоваться открытым огнем у машин с боеприпасами, горючими и взрывчатыми веществами;
- вести огонь по личному составу холостыми патронами из стрелкового оружия ближе 100 м;
- бросать взрывпакеты, осветительные и сигнальные патроны в расположение подразделений, на ВВТ, а также в направлении легковоспламеняющихся предметов;
- разворачивать радио- и радиорелейные станции ближе 100 м от высоковольтных линий электропередачи;
- сжигать имитационные дымовые гранаты и подрывать имитационные гранаты ближе 50 м от личного состава и легковоспламеняющихся материалов;
- производить стрельбу холостыми патронами из всех видов стрелкового оружия по живым целям, строениям, расположенным ближе 100 м, холостыми артвыстрелами – ближе 200 м;
- подрывать взрывпакеты и другие имитационные средства ближе 50 м от личного состава;
- разбирать и усиливать различными способами холостые патроны, артвыстрелы и взрывпакеты; задерживать в руках взрывпакеты после их зажигания;
- бросать ракеты для обозначения направления ведения огня и целеуказания при углах возвышения менее 45 градусов.

2. Разборка и сборка оружия в кабинете ОБЖ под руководством преподавателя.

***Практическое занятие №6.
Традиции, ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.
Воинский долг. Воинские символы и традиции***

1. Теоретическая часть

Боевые традиции армии и флота - это исторически сложившиеся обычаи и моральные правила, ставшие нормой поведения воинов в бою и в мирное время, активно побуждают их образцово выполнять свой воинский долг, честно и добросовестно служить своему народу, своей Родине.

Основные боевые традиции Вооруженных Сил:

- беззаветная преданность и горячая любовь к Родине, постоянная готовность защищать ее до последней капли крови;
- верность воинскому долгу, военной присяге, самоотверженность и массовый героизм в бою;
- любовь к родной армии и флоту, к своей части, кораблю, верность Боевому Знамени, Флагу корабля;

- постоянное стремление к совершенствованию боевого мастерства, повышению военных знаний, неустанная борьба за высокую боевую готовность, образцовый порядок, организованность и дисциплину;
- войсковое товарищество и коллективизм, уважение к командиру и защита его в бою.

Верность Боевому Знамени – одна из древнейших традиций многих армий. Древние славяне почитали свои знамена выше всех других символов.

В настоящее время воины Вооруженных Сил РФ надежно охраняют свои боевые знамена. Для их охраны выставляют пост №1, который доверяется лучшим солдатам, и является одним из самых ответственных постов воинской части.

Ритуал вручения Боевого Знамени

В Уставе внутренней службы определен порядок вручения, хранения и содержания Боевого Знамени, а в Строевом уставе Вооруженных Сил Российской Федерации изложен порядок его выноса и отнеса на место хранения.

Лицо, вручающее Боевое Знамя, зачитывает Грамоту Президента Российской Федерации, затем вручает командиру части Боевое Знамя и Грамоту. В этот момент оркестр исполняет Государственный гимн Российской Федерации.

После вручения Боевого Знамени воинская часть проходит перед лицом, вручившим Боевое Знамя, торжественным маршем, затем снова выстраивается на плацу, а Боевое Знамя относится знаменщиком в составе почетного караула к месту его хранения.

Любовь к оружию, искусное применение его в бою - славная традиция Российских воинов, которая корнями уходит в глубокую старину. Выражением этой традиции стал торжественный ритуал вручения оружия молодым воинам. Он символизирует передачу дела защиты Родины одного поколения другому.

Воинские ритуалы, традиции русского военного этикета закреплены в уставах, приказах, наставлениях и инструкциях. Воспитательное воздействие воинских ритуалов заключается в том, что они всегда олицетворяют красоту воинской деятельности, самоотверженности при выполнении воинского долга.

Воинский долг – это нравственно-правовая норма поведения военнослужащего. Он определяется требованиями общества, государства и назначением Вооруженных сил.

Что значит для российского воина в современных условиях быть верным воинскому долгу? Ответ на этот вопрос очень четко дается в Федеральном законе «О статусе военнослужащих» (1998 г.). «Защита государственного суверенитета и территориальной целостности Российской Федерации, обеспечение безопасности государства, отражение вооруженного нападения, а также выполнение задач в соответствии с международными обязательствами Российской Федерации, – отмечается в Законе, – составляют существо воинского долга, который обязывает военнослужащих:

- быть верными Военной присяге, беззаветно служить своему народу, мужественно и умело защищать свое Отечество;
- строго соблюдать Конституцию Российской Федерации и законы Российской Федерации, требования общевоинских уставов, беспрекословно выполнять приказы командиров;
- дорожить честью и боевой славой защитников своего народа, честью воинского звания и войсковым товариществом;
- совершенствовать воинское мастерство, содержать в постоянной готовности к применению вооружение и военную технику, беречь военное имущество;

- быть дисциплинированными, бдительными, хранить государственную и военную тайну;
- соблюдать общепризнанные принципы и нормы международного права и международные договоры Российской Федерации».

2. Вопросы к практическому занятию

1. Расскажите более подробно об основных воинских ритуалах:

- воинское приветствие
- приведение к военной присяге

- ритуал вручения Боевого знамени воинской части

- порядок вручения личному составу вооружения и военной техники

- порядок приведения военнослужащих, уволенных в запас или вышедших в отставку

- парады

- музыка и строевые песни

3. Задания к практическому занятию

1. Подготовьте сообщения по заданным темам (с презентациями):

- Воинские символы (флаги)
- Воинские символы (знамена)
- Список государственных наград России
- Особые звания и Знаки особого отличия
- Ордена
- Знаки отличия
- Медали
- Памятники

Практическое занятие №7. Оказание первой медицинской помощи. Алгоритм действий

1. Теоретическая часть

Оказывать первую помощь необходимо в соответствии с Универсальным алгоритмом оказания первой помощи.

Схематично алгоритм выглядит следующим образом.

Согласно Универсальному алгоритму первой помощи в случае, если человек стал участником или очевидцем происшествия, он должен выполнить следующие действия:

1. Провести оценку обстановки и обеспечить безопасные условия для оказания первой помощи:
- определить угрожающие факторы для собственной жизни и здоровья
 - определить угрожающие факторы для жизни и здоровья пострадавшего
 - устранить угрожающие факторы для жизни и здоровья
 - прекратить действие повреждающих факторов на пострадавшего
 - при необходимости, оценить количество пострадавших
 - извлечь пострадавшего из транспортного средства или других труднодоступных мест (при необходимости)
 - переместить пострадавшего (при необходимости)

2. Определить наличие сознания у пострадавшего.

При наличии сознания перейти к п. 7 алгоритма; при отсутствии сознания перейти к п. 3 алгоритма.

3. Восстановить проходимость дыхательных путей и определить признаки жизни:

- запрокинуть голову с подъемом подбородка;
- выдвинуть нижнюю челюсть (при необходимости);
- определить наличие нормального дыхания с помощью слуха, зрения и осязания;
- определить наличие кровообращения путем проверки пульса на магистральных артериях (одновременно с определением дыхания и при наличии соответствующей подготовки)

При наличии дыхания перейти к п. 6 алгоритма; при отсутствии дыхания перейти к п. 4 алгоритма.

4. Вызвать скорую медицинскую помощь, другие специальные службы.

Вызвать скорую медицинскую помощь, другие специальные службы, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом (по тел. 03, 103 или 112, привлекая помощника или с использованием громкой связи на телефоне).

5. Начать проведение сердечно-легочной реанимации путем чередования:

- давления руками на грудину пострадавшего;
- искусственного дыхания «Рот ко рту», «Рот к носу», с использованием устройств для искусственного дыхания.

При появлении признаков жизни перейти к п. 6 алгоритма.

6. При появлении (или наличии) признаков жизни выполнить мероприятия по поддержанию проходимости дыхательных путей одним или несколькими способами:

- придать устойчивое боковое положение;
- запрокинуть голову с подъемом подбородка;
- выдвинуть нижнюю челюсть.

7. Провести обзорный осмотр пострадавшего и осуществить мероприятия по временной остановке наружного кровотечения одним или несколькими способами:

- наложением давящей повязки;
- пальцевым прижатием артерии;
- прямым давлением на рану;
- максимальным сгибанием конечности в суставе;
- наложением жгута.

8. Провести подробный осмотр пострадавшего в целях выявления признаков травм, отравлений и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью, осуществить вызов скорой медицинской помощи (если она не была вызвана ранее):

- провести осмотр головы;
- провести осмотр шеи;
- провести осмотр груди;
- провести осмотр спины;
- провести осмотр живота и таза;
- осмотр конечностей;

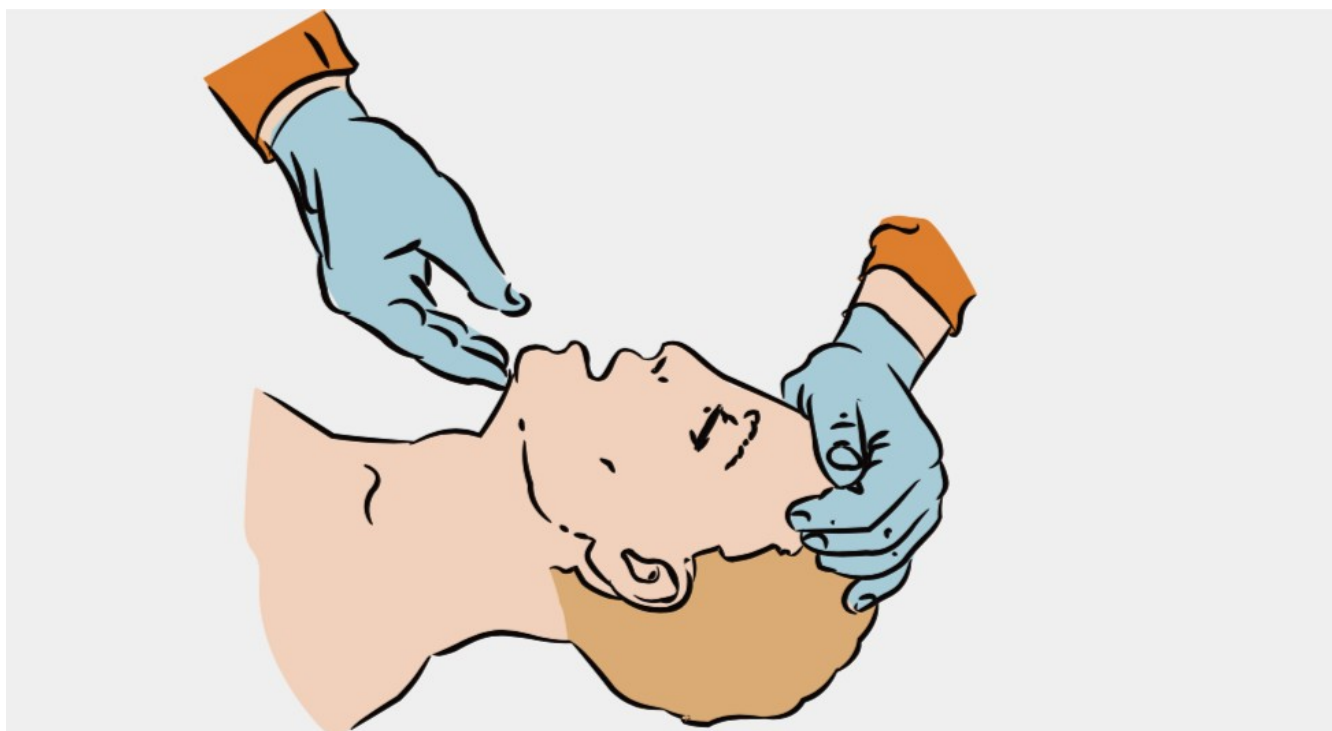
- наложить повязки при травмах различных областей тела, в том числе окклюзионную (герметизирующую) при ранении грудной клетки;
- провести иммобилизацию (с помощью подручных средств, аутоиммобилизацию, с использованием медицинских изделий);
- зафиксировать шейный отдел позвоночника (вручную, подручными средствами, с использованием медицинских изделий);
- прекратить воздействие опасных химических веществ на пострадавшего (промыть желудок путем приема воды и вызывания рвоты, удалить с поврежденной поверхности и промыть поврежденные поверхности проточной водой);
- провести местное охлаждение при травмах, термических ожогах и иных воздействиях высоких температур или теплового излучения;
- провести термоизоляцию при отморожениях и других эффектах воздействия низких температур.

9. Придать пострадавшему оптимальное положение тела для обеспечения ему комфорта и уменьшения степени его страданий.

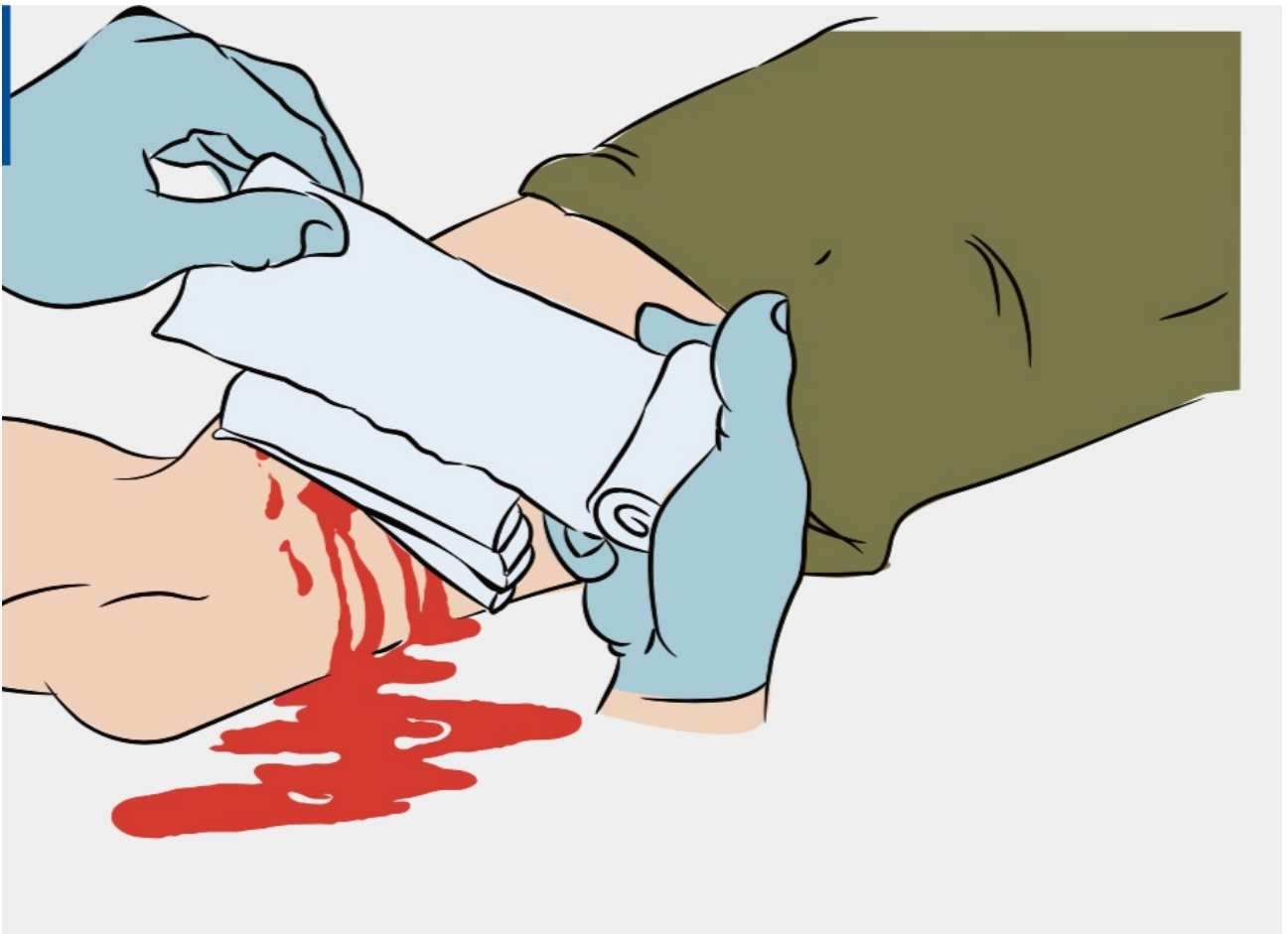
10. Постоянно контролировать состояние пострадавшего и оказывать психологическую поддержку

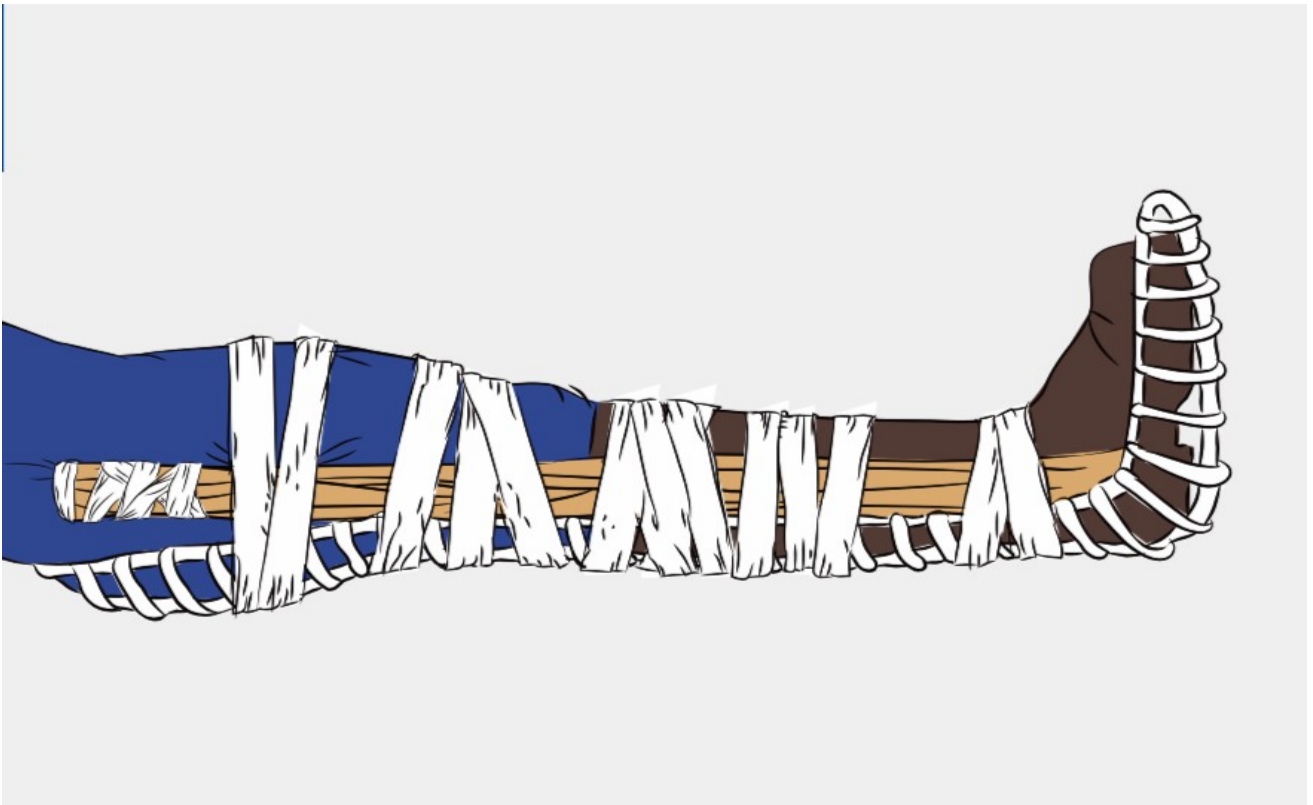
11. Передать пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи

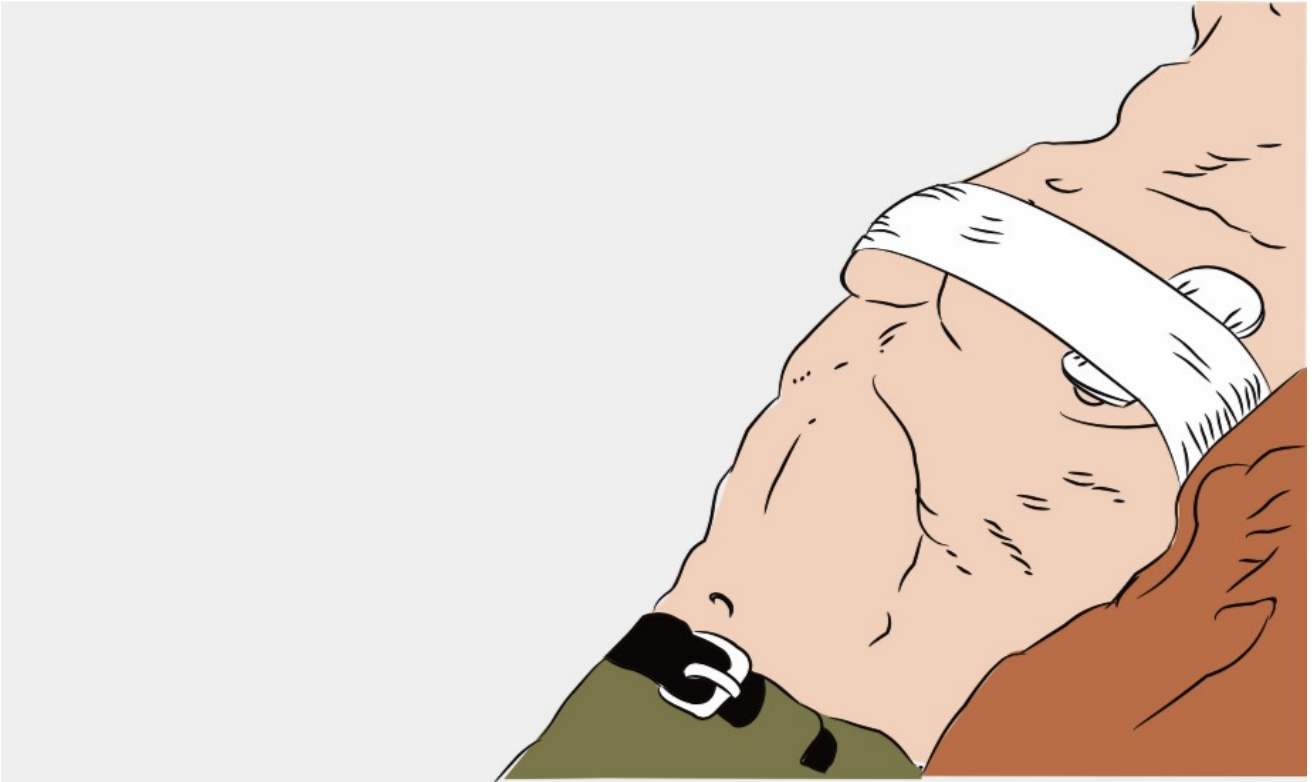
Передать пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи, другим специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом при их прибытии и распоряжении о передаче им пострадавшего, сообщив необходимую информацию.











2. Вопросы к практическому занятию

1. Расскажите об основах законодательства РФ в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения.
2. Что такое среда обитания человека
3. Расскажите о видах неинфекционных заболеваний
4. Сформулируйте правила оказания первой помощи
5. Назовите признаки, угрожающие жизни и здоровью, при которых необходим вызов скорой помощи
6. Изучите алгоритм по проведению реанимационных мероприятий
7. Уголовная ответственность за оставление пострадавшего, находящегося в беспомощном состоянии, без возможности получения помощи

3. Задания к практическому занятию

1. Подготовьте рефераты с презентациями по заданным темам:
 - Первая помощь при нарушениях сердечной недостаточности
 - Первая помощь при травмах и травматическом шоке
 - Первая помощь при ранениях
 - Правила оказания помощи при различных видах кровотечений
 - Первая помощь при пищевых отравлениях
 - Первая помощь при отравлениях угарным газом
 - Первая помощь при отравлениях бытовой химией, кислотами и щелочами
 - Первая помощь при отравлении лекарственными препаратами, психоактивными веществами
 - Первая помощь при утоплении

Практическое занятие №8. Основы здорового образа жизни

1. Теоретическая часть

Что такое здоровый образ жизни (ЗОЖ), каждый человек понимает по-разному. Для кого-то это отказ от курения и приема алкоголя, для кого-то это велосипедные прогулки по выходным. Все эти моменты – компоненты здорового образа жизни, дополняющиеся многими другими мероприятиями и действующие только в комплексе.

Динамичный ритм жизни и использование достижений цивилизации имеет обратную сторону. Стремясь к лучшему благосостоянию, человек часто пренебрегает продолжительностью сна, употреблением здоровой пищи, разумными физическими нагрузками и другими правилами.

Статистика заболеваний и смертности населения не становится значительно лучше. Это отмечается в странах с низким и высоким уровнем жизни. Поддержание здоровья на должном уровне необходимо выводить на первый план в жизненных приоритетах.

Влияние здорового образа на здоровье

Зачастую человек начинает обращать внимание на свое здоровье при уже возникших проблемах и сбоях в работе организма. Начинает анализироваться жизненный уклад, рацион и наличие вредных привычек.

Формирование здорового образа жизни происходит не одномоментно. Стиль поведения вырабатывается с течением времени, он учитывает степень заботы о себе и поддержание организма в хорошем состоянии.

Здоровье и здоровый образ жизни тесно связаны. Комплекс полезных привычек позволит предотвращать проблемы со здоровьем и бороться с уже возникшими нарушениями. ЗОЖ – это стиль жизни, регулярное соблюдение установленных правил, выбор в пользу рационального питания и здорового поведения с физическими нагрузками и контролем над стрессами.

Существует достаточно много концепций, ориентированных на здоровый образ жизни человека. Кто их придерживается, легче адаптируется к сложным ситуациям, проще поддерживает нормальный вес, меньше подвержен заболеваниям, реже страдает от депрессии.

Составляющие здорового образа жизни

Формирование ЗОЖ в идеале должно начинаться с детства, поддерживаться на протяжении всей жизни, и наследоваться последующими поколениями.

Заложенные с детства привычки и полученные впечатления являются фундаментом, на котором строится вся жизнь взрослого человека. Планомерный подход позволяет двигаться по жизни целенаправленно, сохранить здоровье, полезные привычки и навыки.

Основы здорового образа жизни:

- соблюдение гигиены;
- физическая активность;
- здоровый рацион;
- чистая окружающая среда;
- отсутствие вредных привычек;
- социальная адаптация;
- борьба со стрессами.

Отсутствие вредных для здоровья пристрастий – одна из составляющих ЗОЖ. К числу вредных привычек можно отнести: наркотики; алкоголь; курение.

Пропаганда здорового образа жизни должна сопровождать жизненный путь человека с раннего детства. Социальные рычаги могут влиять на становление взглядов детей и молодежи. Семья, школа, близкое окружение, которое придерживается здорового образа жизни, оказывают серьезную поддержку в формировании жизненных установок молодых людей.

Окружающая среда

Благоприятная для жизни окружающая среда – это чистый воздух и вода, экологичность окружающих предметов. Поддержание ее на высоком уровне должно контролироваться государством и поддерживаться целенаправленной политикой. В стране, в которой уделяется внимание сохранению чистой окружающей среды, составляющие ЗОЖ, дают наибольший эффект.

Наличие таких важных знаний, как профилактика здорового образа жизни, позволяет предупредить проблемы связанные со здоровьем. Обладание информацией дает подготовленность к избеганию ситуаций, способных нанести вред организму.

Рациональное питание

Правильный образ жизни должен обязательно включать здоровый рацион. Это одна из важных составляющих ЗОЖ.

В числе причин, которые толкают людей на нарушение рациона, стремление сбросить лишний вес. Многие диеты отличаются несбалансированностью, влияют на обменные процессы и могут стать причиной сбоев в работе организма, вплоть до серьезных нарушений и развития заболеваний. Вред приносит и частое употребление фастфуда.

Для того чтобы не ошибиться с выбором продуктов питания, необходимо иметь доступ к информации о составе товара, сроках годности и соблюдении правил хранения. Употребление некачественной еды представляет опасность и может стать источником развития патологий.

Физическая нагрузка

Регулярные физические нагрузки для организма должны быть нормой, служить источником силы, здоровья и хорошего настроения. Переход к ним желательно проводить постепенно. Тренировка двигательной активности должна быть адаптирована под состояние здоровья и возраст, а переход к серьезным нагрузкам — постепенным.

Организм тех, кто ведет малоподвижный образ жизни, привыкает к использованию лифта, передвижению по городу исключительно в автомобиле, проведение вечеров лежа на диване постепенно слабеет. Начинать добавлять физические нагрузки следует постепенно, с учетом всех индивидуальных особенностей организма:

состояния здоровья;

пола;

возраста.

Психологический комфорт

Психологическое комфортное состояние зависит от многих факторов, в том числе от окружающих людей, происходящих событий и возникающих ситуаций. Это характерно не только для взрослых, но и для детей.

Комфортные отношения в семье, на работе и в кругу знакомых позволяют:

иметь высокую самооценку;

легче переносить жизненные проблемы;

удачнее справляться со сложными ситуациями.

Поддержка близких людей дополняет правила здорового образа жизни.

Важность гигиены

Тело человека постоянно контактирует с внешним миром. ЗОЖ (здоровый образ жизни) подразумевает:

поддержание чистоты своего тела;

соблюдение всех правил гигиены.

Понятие гигиены включает содержание в чистоте тела, одежды, обуви, жилища. Эти факторы здорового образа жизни позволяют хорошо выглядеть, поднимают самооценку, способствуют укреплению здоровья.

В составе гигиенических мероприятий:

водные процедуры;

стирка одежды;

уход за обувью;

уборка квартиры;

чистка зубов.

Социальные связи

Необходимость общения – естественная потребность человека. Понятие здоровый образ жизни включает общение с родственниками, друзьями и приятелями.

Отсутствие полноценного общения негативно влияет на ход жизни. Оно может становиться причиной развития комплексов, ожирения, появления пагубных привычек. Близкие личностные связи и комфортный круг общения оказывают значительную поддержку.

Контроль над стрессами

Современный человек испытывает много стрессов. Они связаны с конфликтами в семье и на работе, негативными контактами с другими людьми на улице. Справиться с этими сложностями необходимо для того, чтобы защитить организм от выброса гормонов стресса.

Человеческое тело не рассчитано на постоянные психологические перегрузки такого рода. Мероприятия по здоровому образу жизни облегчают влияние стресса, позволяют справиться со сложностями.

Методов стабилизировать психологическую обстановку достаточно много:

- полноценный отдых и сон;
- разговоры с близкими друзьями;
- общение в кругу семьи;
- медитация;
- арт-терапия;
- хобби.

Переход к ЗОЖ может показаться очень сложным и трудно осуществимым, так как будет необходимо противостоять своей лени, пассивности и вредным привычкам. Чтобы перейти к здоровому образу жизни, желательно адаптировать этот переход к конкретным обстоятельствам.

Принципы здорового образа жизни представляют собой слаженную систему. Вносить изменения в свой жизненный уклад не так сложно, как может показаться в начале. Некоторые мероприятия можно ввести в привычную жизнь без радикальных изменений и перестройки привычного распорядка.

Физические нагрузки

Физическая активность, дополняемая другими факторами ЗОЖ – это и есть секрет долголетия. Чаще всего переходу к здоровой активности мешает лень и привычка к малоподвижному образу жизни.

Недостаток движения оправдывается необходимостью быстрого перемещения с задействованием автомобилей и лифтов. Даже непродолжительные пешие прогулки приносят ощутимую пользу для организма. Если есть такая возможность, то подъем на несколько этажей лучше совершать по лестнице, а не лифтом.

Дополнить необходимые меры:

- посещением бассейна;
- поездками на велосипеде;
- пробежками.

Дополнительно желательно проходить пешком хотя бы пару остановок общественного транспорта. Постепенное увеличение нагрузок будет только укреплять здоровье, способствовать лучшему самочувствию и хорошему настроению.

Полноценный сон

Недостаток сна и снижение его качества – серьезная проблема современного общества. Здоровый сон способствует восстановлению физических сил, снятию нервных перегрузок. Медики настоятельно рекомендуют не пренебрегать сном, и выделять на него достаточное количество времени.

Правильное питание

Правильное питание для здорового образа жизни играет немаловажную роль. Добавляя в свой рацион свежую зелень, фрукты и овощи, можно сделать питание не только полезным, но и вкусным. Например, фрукты хороши в дополнение к десертам, в составе фруктовых коктейлей, фрешей. К тому же фрукты – это хороший вариант перекуса. Приготовление овощей также очень разнообразно. Вареные, тушеные и паровые блюда можно красиво украшать, комбинируя овощи между собой и постепенно переходя полностью на здоровое питание.

Борьба с вредными привычками

Здоровый образ жизни и вредные привычки – несовместимые понятия. Для тех, кто привык выкуривать достаточно много сигарет, специалисты советуют постепенно снижать их количество. О пагубном влиянии переизбытка алкоголя знают все, но далеко не все в состоянии взять себя в руки и преодолеть пагубную зависимость.

2. Вопросы к практическому занятию

1. Расскажите, что входит в понятие «Здоровый образ жизни»?
2. Для чего необходимы систематические занятия физической культурой и спортом?
3. Что такое нормативы ГТО?
4. Назовите основные составляющие здорового образа жизни?
5. В чем суть рационального питания?
6. Что входит в понятие «Вредные привычки»?
7. Расскажите про способы сохранения психического здоровья?
8. Расскажите, что такое репродуктивное здоровье?

3. Задания к практическому занятию

1. Решите тестовые задания:

1. Здоровый образ жизни – это

- а) Занятия физической культурой
- б) Перечень мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья
- в) Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья
- г) Лечебно-оздоровительный комплекс мероприятий

2. Что такое режим дня?

- а) порядок выполнения повседневных дел
- б) строгое соблюдение определенных правил
- в) перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения
- г) установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, сон, питание и отдых

3. Что такое рациональное питание?

- а) питание, распределенное по времени принятия пищи
- б) питание с учетом потребностей организма
- в) питание набором определенных продуктов
- г) питание с определенным соотношением питательных веществ

4. Назовите питательные вещества, имеющие энергетическую ценность.

- а) белки, жиры, углеводы, минеральные соли
- б) вода, белки, жиры и углеводы
- в) белки, жиры, углеводы
- г) жиры и углеводы

5. Что такое витамины?

- а) Органические химические соединения, необходимые для синтеза белков-ферментов.
- б) Неорганические химические соединения, необходимые для работы организма.
- в) Органические химические соединения, являющиеся ферментами.
- г) Органические химические соединения, содержащиеся в продуктах питания.

6. Что такое закаливание?

- а) Повышение устойчивости организма к факторам среды, путем систематического их воздействия на организм
- б) Длительное пребывание на холоде, с целью привыкания к низким температурам
- в) Перечень процедур для воздействия на организм холода
- г) Купание в зимнее время

7. Что такое личная гигиена?

- а) Перечень правил для предотвращения инфекционных заболеваний
- б) Совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья
- в) Правила ухода за телом, кожей, зубами
- г) Выполнение медицинских мероприятий по профилактике заболеваний

8. Одним из важнейших направлений профилактики, является

- а) ЗОЖ
- б) охрана окружающей среды
- в) вакцинация
- г) экологическая безопасность

9. ЗОЖ включает:

- а) охрану окружающей среды
- б) улучшение условий труда
- в) доступность квалифицированной мед. помощи
- г) все ответы верны

10. В какое время суток работоспособность человека наиболее низкая?

- а) с 17 до 21
- б) с 21 до 1
- в) с 1 до 5
- г) с 5 до 9

11. Что не допускает ЗОЖ?

- а) употребление спиртного

- б) употребление овощей
- в) употребление фруктов
- г) занятия спортом

12. Что является обязательным компонентом ЗОЖ?

- а) чтение книг
- б) посещение лекций
- в) занятия спортом
- г) употребление в пищу овощей

13. Здоровье – это состояние полного...

- а) физического благополучия
- б) духовного благополучия
- в) социального благополучия
- г) все ответы верны

14. Что такое двигательная активность?

- а) Любая мышечная активность, обеспечивающая оптимальную работу организма и хорошее самочувствие
- б) Выполнение каких-либо движений в повседневной деятельности
- в) Занятие физической культурой и спортом
- г) Количество движений, необходимых для работы организма

15. Дайте развернутый ответ

15.1. Какие заболевания относятся к основным неинфекционным заболеваниям?

15.2. Какую роль играет образ жизни человека в профилактике основных неинфекционных заболеваний?

15.3. Какие меры в образе жизни человека способствуют снижению сильного стресса до уровня оптимального?

15.4. Почему не следует считать «привычками» привыкание к курению, употреблению алкоголя и наркотиков?

15.5. Дайте общую характеристику репродуктивного здоровья российского общества.

Практическое занятие №9.

Финансовая безопасность. Виды мошенничества в банковской и экономической среде.

Уголовная ответственность за мошенничество.

1. Теоретическая часть

В минувшие годы стремительно увеличилась значимость формирования системы финансовой защищенности в абсолютно всех степенях, будь то макроэкономическая безопасность, безопасность предприятий различных сфер и отраслей деятельности, или финансовая безопасность отдельно взятой личности.

Финансовая безопасность личности – обеспечение государством правовой и экономической защиты граждан, их жизненных интересов, конституционных прав, качественный уровень жизни не зависимо от угроз финансовой безопасности. Именно она считается одним из главных элементов определения личной безопасности, то есть защищенность человека от факторов опасности на уровне его личных интересов и потребностей, имеющая множество разновидностей.

Финансовая безопасность личности зависит не только от выполнения государством взятых на себя обязанностей, но и от финансовых решений, принимаемых гражданином. Предоставление высокого уровня финансовой грамотности даст возможность поддерживать высокий уровень финансовой безопасности личности, что непосредственно оказывает большое влияние на финансовую безопасность всего государства.

Личная финансовая безопасность – это социально-экономическая возможность человека иметь финансовую независимость для удовлетворения своих материальных и духовных потребностей, сохранение этой независимости в перспективе и её дальнейшее приумножение.

Личная финансовая безопасность зависит от принимаемых нами решений. Непродуманность выбора предоставляемых финансовых услуг, невнимательное чтение условий договоров и различных документов, отсутствие финансовой самодисциплины, пренебрежение предупреждениями и напоминаниями о правилах безопасности – всё это приводит к конфликтным ситуациям. Финансовая безопасность личности означает независимость и стабильность – и именно поэтому так важно знать, как ее обеспечить каждому из нас и какие при этом нам угрожают риски.

10 правил финансовой безопасности

1. Не реагируйте на тревожные звонки, письма, SMS или сообщения в соцсетях о том, что вашему родственнику или знакомому нужны деньги. В этом случае стоит попытаться связаться с этим родственником или знакомым и сообщить, от их имени рассылаются такие сообщения, — возможно их аккаунт взломали.
2. Не переходите по ссылкам в письмах о выигрыше денег, гаджета или другого приза. Скорее всего, по ссылке вы получите только вирус.
3. Вообще не переходите по неизвестным ссылкам, не отвечайте и не перезванивайте по сомнительным номерам. Даже если ссылка кажется надежной, а телефон верным, стоит всегда сверять адреса с доменными именами официальных сайтов организаций, а номера проверять в официальных справочниках.
4. Никому никогда не сообщайте коды подтверждения из SMS-сообщений.
5. Не передавайте банковскую карту посторонним. Требуйте проведения операций с ней только в личном присутствии и старайтесь никогда не терять ее из виду.
6. Никому не сообщайте пин-код от банковской карты, не пишите его на карте и храните отдельно. Набирая пин-код, всегда прикрывайте клавиатуру рукой. В том числе, при расчете в кафе и магазинах.
7. Не делайте покупки и не вводите код CCV/CVC на сомнительных сайтах.
8. Если банковская карта потерялась, немедленно сообщите в банк и заблокируйте ее. То же самое — если вам пришло SMS-сообщение о покупке или снятии денег в банкомате, а вы этого не делали. Для этого полезно иметь телефон службы поддержки банка под рукой.
9. Всегда осматривайте банкомат перед использованием. Необходимо убедиться, что над клавиатурой и на картоприемнике нет посторонних прикрепленных предметов, а клавиатура не шатается.
10. Не используйте открытые точки Wi-Fi (интернет в общественных местах: транспорте, кафе, кинотеатрах), когда заходите в интернет-банк или пользуетесь мобильным банковским приложением.

Под определение «мошенничество» попадают многие незаконные действия в самых различных сферах, в том числе и в сфере банковской деятельности, сотовой связи и современных информационных технологий.

В большинстве случаев жертва мошенничества самостоятельно и добровольно передает преступникам свою собственность или права на нее.

Виды мошенничества в банке

Мошеннические действия в банках можно условно разделить на несколько групп:

- Мошенничество при кредитовании – зачисление сумм, предназначенных для погашения долга на другие счета, оформление кредитов на несуществующих заемщиков, оформление кредитов без ведома клиентов;
- Мошенничество при расчетно-кассовом обслуживании – несанкционированное списание сумм со счета, подмена купюр фальшивыми, вытягивание банкнот из пересчитанной пачки;
- Мошенничество с депозитами – изъятие внесенных средств, преуменьшение сумм в документах, списание средств без ведома клиента.

Большинство банковских махинаций осуществляются в филиалах и отделениях банков, где меньше контроля, а не в крупных головных офисах. В таких условиях сотрудников меньше, но они вовлечены в большее количество бизнес-процессов, что открывает более широкие возможности для незаконной деятельности.

Виды мошенничества в интернете

В связи с активным ростом рынка электронных платежей и онлайн-шопинга развиваются и новые современные формы мошенничества с использованием информационных технологий. Самыми распространенными видами мошенничества в интернете являются следующие махинации:

- Фишинг – кража персональных данных (пароля, логина) с целью похищения средств с банковской карты. В основном для фишинга используют почтовую рассылку, содержащую ссылку на фальшивые сайты;
- Мошенничество через электронную почту – так называемые «нигерийские письма». Они содержат в себе красивую легенду о наследстве от мифического родственника и просьбу перевести деньги на счет для получения оплаты услуг адвоката или выплаты комиссии;
- Махинации с интернет-кошельками – чаще всего в таких случаях покупатель переводит предоплату продавцу на интернет-кошелек, но в итоге не получает ни товара, ни денег.

Виды мошенничества по телефону

Мошенничество при помощи сотовой связи можно условно разделить на две группы.

К первой следует отнести снятие денег непосредственно со счета владельца номера без его ведома. Такими махинациями могут заниматься как сами сотовые операторы, так и не имеющие отношения к их компаниям мошенники.

Во вторую группу мошенничеств можно отнести случаи, в которых абонент сам перечисляет деньги на указанный счет, либо отдает их прямо в руки или оставляет в указанном мошенниками месте.

В таких аферах сотовая связь выступает лишь в качестве инструмента инсценировки. Например, разыгрывается звонок близкого родственника, попавшего в беду и срочно нуждающегося в деньгах.

Виды мошенничества с деньгами

Мошенничество с деньгами – это одна из самых обширных и всеобъемлющих групп, ведь практически любое мошенничество, так или иначе, подразумевает незаконное овладение чужими денежными средствами. Однако можно выделить несколько способов мошенничества, связанных косвенно или непосредственно с наличными купюрами. Эти способы могут практиковаться в магазинах, ларьках, обменных пунктах. Самым простым и распространенным является мошенничество путем замены настоящих купюр в пачке на фальшивые (в основном, сверху и снизу – настоящие, посередине – фальшивые или обычная бумага). Также практикуется «недостача» - из уже пересчитанной пачки купюр вытягивается несколько банкнот.

Мошенничество может производиться также с помощью банкомата при попытке снять наличность, на котором устанавливается датчик, считывающий персональные данные.

Какие бывают виды мошенничества?

«Ассортимент» разнообразных махинаций в наши дни существенно расширился, в основном благодаря приходу в повседневную жизнь современных технологий – таких, как интернет, сотовая связь, онлайн-шоппинг и банкинг. Однако традиционные виды мошенничеств также до сих пор процветают. Среди них можно назвать наперсточников, уличных мошенников, предлагающих купить драгоценные изделия, подставных лиц, устраивающих аварии и предлагающих договориться на месте. Одним из самых крупных и вовлекающих одновременно большое количество человек видом аферы является финансовая пирамида.

Самые распространенные виды мошенничества

Все самые распространенные виды мошенничества объединяются одним общим знаменателем – они осуществляются с учетом психологии потенциальных жертв аферистов. Аферы продумываются до мельчайших деталей и способны обмануть бдительность даже самых осторожных и внимательных людей. Именно поэтому необходимо помнить о том, что персональные данные, такие, как пароль, логин, номер банковского счета, кодовое слово, CVV2-код на банковской карте нельзя передавать в третьи руки.

Любая попытка получить данные сведения должна настораживать, и может являться поводом для обращения в соответствующие органы.

2. Вопросы к практическому занятию

1. Изучите вопрос «Уголовная ответственность за мошенничество» и подготовьтесь к публичному выступлению.
2. Как Вы считаете, насколько важным является изучение основ финансовой грамотности и финансовой безопасности уже в подростковом возрасте?
3. Что делает человека финансово-грамотным?

3. Задания к практическому занятию

1. Напишите эссе-рассуждение по словам французского писателя и философа Мишеля де Монтеня: «Уберечь свои деньги стоит больших трудов, чем добыть их».
2. Изучите представленный схематический рисунок. Согласны ли Вы со всеми утверждениями?



3. Решение задач:

Задача 1.

Вам позвонил «якобы сотрудник банка» и попросил продиктовать все данные карты. Вам сообщают, что счёт заблокирован, с него похитили деньги и необходимо срочно получить данные, чтобы всё исправить. Ваши действия.

Задача 2.

Вы выиграли миллион! Вам сообщают о том, что Вы выиграли миллион рублей. Нужно только оплатить налог за приз. Ваши действия.

Задача 3.

В кафе или в магазине вашу карту унесли из поля вашего зрения. Ваши действия.

Задача 4.

Вы получили сообщение от друга, что необходимо срочно перевести ему немного денег на карточку, так как он попал в беду. Ваши действия.

Практическое занятие №10.

Техника безопасности при работе за компьютером

1. Теоретическая часть

Персональный компьютер – электроприбор. От прочих электроприборов он отличается тем, что для него предусмотрена возможность длительной эксплуатации без отключения от электрической сети. Кроме обычного режима работы компьютер может находиться в режиме работы с пониженным электропотреблением или в дежурном режиме ожидания запроса. В связи с возможностью продолжительной работы компьютера без отключения от электросети следует уделить особое внимание качеству организации электропитания.

Недопустимо использование некачественных и изношенных компонентов в системе электроснабжения, а также их суррогатных заменителей: розеток, удлинителей, переходников, тройников. Недопустимо самостоятельно модифицировать розетки для подключения вилок,

соответствующих иным стандартам. Электрические контакты розеток не должны испытывать механических нагрузок, связанных с подключением массивных компонентов (адаптеров, тройников и т. п.).

Все питающие кабели и провода должны располагаться с задней стороны компьютера и периферийных устройств. Их размещение в рабочей зоне пользователя недопустимо.

Запрещается производить какие-либо операции, связанные с подключением, отключением или перемещением компонентов компьютерной системы без предварительного отключения питания.

Компьютер не следует устанавливать вблизи электронагревательных приборов и систем отопления.

Недопустимо размещать на системном блоке, мониторе и периферийных устройствах посторонние предметы: книги, листы бумаги, салфетки, чехлы для защиты от пыли. Это приводит к постоянному или временному перекрытию вентиляционных отверстий.

Запрещается внедрять посторонние предметы в эксплуатационные или вентиляционные отверстия компонентов компьютерной системы.

Особенности электропитания монитора.

Монитор имеет элементы, способные сохранять высокое напряжение в течение длительного времени после отключения от сети. Вскрытие монитора пользователем недопустимо ни при каких условиях. Это не только опасно для жизни, но и технически бесполезно, так как внутри монитора нет никаких органов, регулировкой или настройкой которых пользователь мог бы улучшить его работу. Вскрытие и обслуживание мониторов может производиться только в специальных мастерских.

Особенности электропитания системного блока.

Все компоненты системного блока получают электроэнергию от блока питания. Блок питания ПК – это автономный узел, находящийся в верхней части системного блока. Правила техники безопасности не запрещают вскрывать системный блок, например при установке дополнительных внутренних устройств или их модернизации, но это не относится к блоку питания. Блок питания компьютера – источник повышенной пожаро-опасности, поэтому вскрытию и ремонту он подлежит только в специализированных мастерских.

Блок питания имеет встроенный вентилятор и вентиляционные отверстия. В связи с этим в нем неминуемо накапливается пыль, которая может вызвать короткое замыкание. Рекомендуется периодически (один-два раза в год) с помощью пылесоса удалять пыль из блока питания через вентиляционные отверстия без вскрытия системного блока. Особенно важно производить эту операцию перед каждой транспортировкой или наклоном системного блока.

Система гигиенических требований.

Длительная работа с компьютером может приводить к расстройствам состояния здоровья. Кратковременная работа с компьютером, установленным с грубыми нарушениям гигиенических норм и правил, приводит к повышенному утомлению. Вредное воздействие компьютерной системы на организм человека является комплексным. Параметры монитора оказывают влияние на органы зрения. Оборудование рабочего места влияет на органы опорно-двигательной системы. Характер расположения оборудования в компьютерном классе и режим его использования влияет как на общее психофизиологическое состояние организма, так и им органы зрения.

Требования к видеосистеме.

В прошлом монитор рассматривали в основном как источник вредных излучений, воздействующих прежде всего на глаза. Сегодня такой подход считается недостаточным. Кроме вредных электромагнитных излучений (которые на современных мониторах понижены до сравнительно безопасного уровня) должны учитываться параметры качества изображения, а они определяются не только монитором, но и видеоадаптером, то есть всей видеосистемы в целом.

Монитор компьютера должен удовлетворять следующим международным стандартам безопасности:

- по уровню электромагнитных излучений – ТСО 95;
- по параметрам качества изображения (яркость, контрастность, мерцание, антибликовые свойства и другие) – ТСО 99.

Узнать о соответствии конкретной модели данным стандартам можно в сопроводительной документации. Для работы с мониторами, удовлетворяющими данным стандартам, специальные защитные экраны не требуется.

На рабочем месте монитор должен устанавливаться таким образом, чтобы исключить возможность отражения от его экрана в сторону пользователя источников общего освещения помещения.

Расстояние от экрана монитора до глаз пользователя должно составлять от 50 до 70 см. Не надо стремиться отодвинуть монитор как можно дальше от глаз, опасаясь вредных излучений (по бытовому опыту общения с телевизором), потому что для глаза важен также угол обзора наиболее характерных объектов. Оптимально, размещение монитора на расстоянии $1,5 D$ от глаз пользователя, где D – размер экрана монитора, измеренный по диагонали. Сравните эту рекомендацию с величиной $3...5 D$, рекомендованной для бытовых телевизоров, и сопоставьте размеры символов на экране монитора (наиболее характерный объект, требующий концентрации внимания) с размерами объектов, характерных для телевидения (изображения людей, сооружений, объектов природы). Завышенное расстояния от глаз до монитора приводит к дополнительному напряжению органов зрения, сказывается на затруднении перехода от работы с монитором к работе с книгой и проявляется в преждевременном развитии дальнозоркости.

Важным параметром является частота кадров, которая зависит от свойств монитора, видеоадаптера и программных настроек видеосистемы. Для работы с текстами минимально допустима частота кадров 72 Гц. Для работы с графикой рекомендуется частота кадров от 85 Гц и выше.

Требования к рабочему месту. В требования к рабочему месту входят требования к рабочему столу, посадочному месту (стулу, креслу), Подставкам для рук и ног. Несмотря на кажущуюся простоту, обеспечить правильное размещение элементов компьютерной системы и правильную посадку пользователя чрезвычайно трудно. Полное решение проблемы требует дополнительных затрат, сопоставимых по величине со стоимостью отдельных узлов компьютерной системы, поэтому и битву и на производстве этими требованиями часто пренебрегают. Несмотря на то, что учащиеся проводят в компьютерном классе сравнительно немного времени, обучить их правильной гигиене труда на достойном примере очень важно, чтобы полезные навыки закрепились на всю жизнь. Это не просто требование гигиены, а требование методики.

Монитор должен быть установлен прямо перед пользователем и не требовать поворота головы или корпуса тела, как показано на рисунке 1.

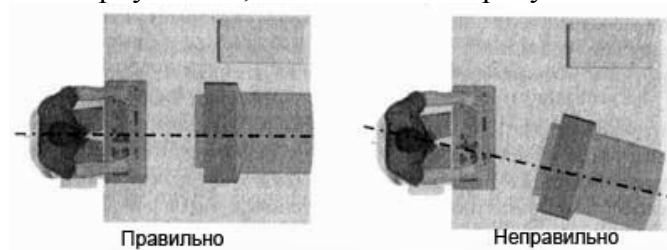


Рисунок 1 – Положение пользователя перед монитором

Рабочий стол и посадочное место должны иметь такую высоту, чтобы уровень глаз пользователя находился чуть выше центра монитора. На экран монитора следует смотреть сверху вниз, а не наоборот. Даже кратковременная работа с монитором, установленным слишком высоко,

приводит к утомлению шейных отделов позвоночника. Правильный выбор высоты уровня глаз представлен на рисунке 2.

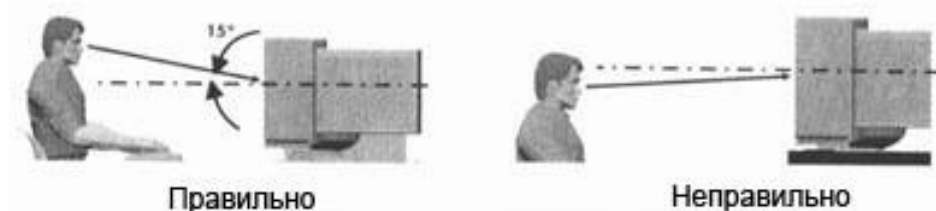


Рисунок 2 – Выбор высоты уровня глаз пользователя

Если при правильной установке монитора относительно уровня глаз выясняется, что ноги пользователя не могут свободно покоиться на полу, следует установить подставку для ног, желательно наклонную. Если ноги не имеют надежной опоры, это непременно ведет к нарушению осанки и утомлению позвоночника. Удобно, когда компьютерная мебель (стол и рабочее кресло) имеют средства для регулировки по высоте. В этом случае проще добиться оптимального положения.

Клавиатура должна быть расположена на такой высоте, чтобы пальцы рук располагались на ней свободно, без напряжения, а угол между плечом и предплечьем составлял от 100 до 110°. При использовании обычных школьно-письменных столов добиться одновременно правильного положения и монитора, и клавиатуры практически невозможно. Для работы рекомендуется использовать специальные компьютерные столы, имеющие выдвижные полочки для клавиатуры. Если такой полочки нет, и клавиатура располагается на том же столе, что и монитор, использование подставки для ног становится практически неизбежным, особенно когда с компьютером работают дети. Расположение пользователя перед компьютером показано на рисунке 3.

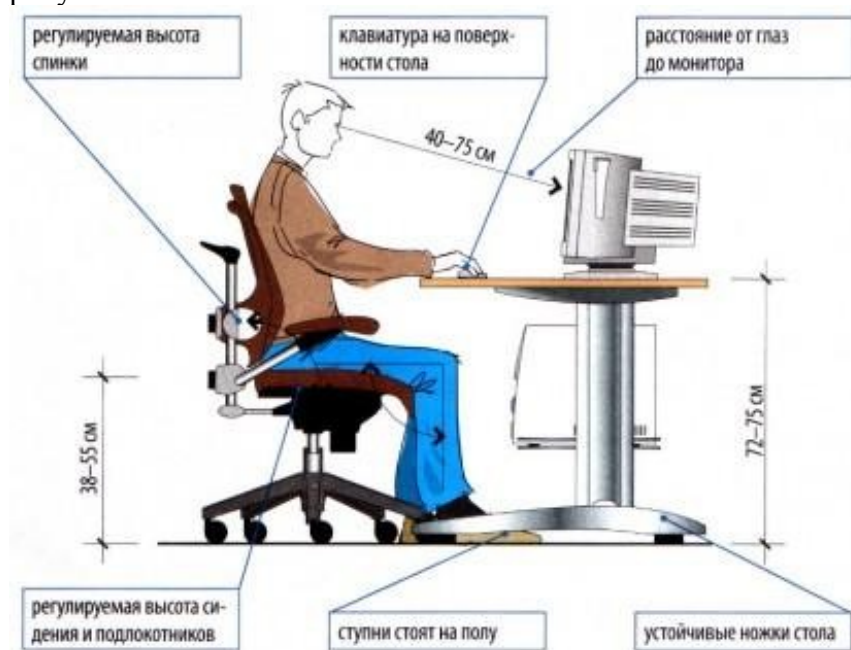


Рисунок 3 – Расположение пользователя перед компьютером

При длительной работе с клавиатурой возможно утомление сухожилий кистевого сустава. Известно тяжелое профессиональное заболевание – кистевой туннельный синдром, связанное с неправильным положением рук на клавиатуре. Во избежание чрезмерных нагрузок на кисть

желательно предоставить рабочее кресло с подлокотниками, уровень высоты которых, замеренный от пола, совпадает с уровнем высоты расположения клавиатуры.

При работе с мышью рука не должна находиться на весу. Локоть руки или хотя бы запястье должны иметь твердую опору. Если предусмотреть необходимое расположение рабочего стола и кресла затруднительно, рекомендуется применить коврик для мыши, имеющий специальный опорный валик. Нередки случаи, когда в поисках опоры для руки (обычно правой) располагают монитор сбоку от пользователя (соответственно, слева), чтобы он работал вполоборота, опирая локоть или запястье правой руки о стол. Этот прием недопустим.

2. Вопросы и задания к практическому занятию

1. Создайте презентации по заданным темам:
 - Правила безопасности в Интернете
 - Техника безопасности в компьютерном классе
 - Компьютерные игры: вред и польза
 - Охрана труда при работе с компьютерной техникой
 - Техника безопасности и организация рабочего места
 - Влияние компьютера на здоровье человека
2. Подготовьте развернутые письменные ответы на следующие вопросы:
 - Излучение компьютера
 - Заболевания опорно-двигательной системы человека
 - Общие требования к технике безопасности при работе на компьютере
 - Действия в аварийных ситуациях, возникающих при работе на компьютере
 - Требования к компьютерной технике
 - Технические методы увеличения безопасности работы за компьютером

Практическое занятие № 11.

Влияние чрезвычайных ситуаций на экономику государства.

Экономический кризис и дефолт

1. Теоретическая часть

Чрезвычайные ситуации могут влиять на экономику как в масштабе страны, так и на уровне регионов, отдельных субъектов хозяйствования. Воздействие чрезвычайных ситуаций на экономику проявляется в изменениях основных экономических показателей. Целесообразно рассматривать воздействие типовых чрезвычайных ситуаций на экономические категории на макро- и микроуровне.

На макроуровне на экономику влияют чрезвычайные ситуации природного, техногенного, биолого-социального, социального, экологического характера, экологические бедствия и экологические катастрофы, если их масштабы региональные, глобальные или воздействуют на основные отрасли экономики.

При этом ЧС влияют: на величину валового национального продукта, равновесие совокупного спроса и предложения на рынке, доходы населения, величину экспорта и импорта, финансовую систему страны, совокупное потребление, активность предпринимательской деятельности, фискальную политику государства, сбережения и инвестиции, рынок труда, на цикличность экономического роста и др.

На микроуровне проявляется влияние всех чрезвычайных ситуаций, в том числе местного, объектового, частного, регионального и глобального масштабов. При этом чрезвычайные ситуации особенно сильно влияют: на работу производственных объектов и на такие экономические категории, как количество и качество выпускаемой продукции, спрос и предложение на рынке, рентабельность работы предприятия, товарооборот, замещение

потребностей, издержки производства, прибыль от выпускаемой продукции, заработная плата, конкурентоспособность выпускаемой продукции и др.

Состояние рыночной экономики, уровень и механизм ее развития описываются с помощью таких понятий, как спрос и предложение.

Спрос - это форма выражения потребности, представленной на рынке и обеспеченной деньгами. В общем на величину спроса влияют как ценовые, так и неценовые факторы. Один из неценовых факторов - чрезвычайные ситуации различного характера. Последние могут как стимулировать спрос на отдельные товары, так и, наоборот, спрос может падать. Это значит, что спрос зависит от конкретного источника чрезвычайной ситуации и от вида продукции, возможности замещения и т.д.

Предложение представляет собой количество товаров и услуг, представленных на рынке. На динамику предложения оказывает влияние прежде всего цена. Зависимость объема предложения от цен фиксируется законом предложения. Сущность закона предложения состоит в прямой зависимости между ценой товара и величиной предложения (при прочих равных условиях).

Действие неценовых факторов приводит к изменению в предложении. Чрезвычайные ситуации как один из неценовых факторов приводят к сокращению предложения на рынке, это означает, что точка равновесия спроса и предложения сдвинется, что приводит к возрастанию цены на товары.

Если чрезвычайная ситуация местная, то падение производства товара компенсируется стимулированием роста производства на других хозяйственных объектах. Если чрезвычайная ситуация носит региональный или глобальный характер, то снижение предложения приводит к росту цены товара.

Таким образом, рыночная экономика несколько смягчает воздействие чрезвычайных ситуаций, особенно если они влияют только на один или незначительное количество объектов хозяйствования. Однако, если чрезвычайная ситуация воздействует на несколько хозяйственных объектов, производящих одну и ту же продукцию, то экономике наносится значительный ущерб. При этом ущерб ощущают как производители, так и потребители.

Например, если на большой территории засуха приводит к резкому спаду производства продукции сельского хозяйства, то резко снижается и выпуск товаров предприятиями перерабатывающей промышленности, при этом цены на товары растут.

Развитию экономики препятствуют чрезвычайные ситуации природного, техногенного, биолого-социального, экологического и социального характера.

Таким образом, чрезвычайные ситуации представляют опасность для экономического развития и должны быть учтены субъектами экономики, государственными органами управления, предпринимателями, населением. В разрешении проблемы должны принимать участие экономисты, финансисты, правоведаы, инженеры, экологи, специалисты по чрезвычайным ситуациям, политологи.

Устойчивость экономики может быть обеспечена, если в первую очередь будут устойчиво работать объекты производственной сферы.

2. Вопросы и задания к практическому занятию

1. Дайте характеристику понятию « Экономический кризис». Приведите примеры
2. Дайте характеристику понятию «Дефолт». Приведите примеры
3. Расскажите о методах экономической оценки последствий чрезвычайных ситуаций
4. Что такое экономический ущерб.
5. Законспектируйте данный текст:

К экономическим последствиям от чрезвычайных ситуаций можно отнести:

- Рост расходов по ликвидации последствий
- Сокращение производственных мощностей промышленных предприятий
- Остановка деятельности объектов малого и среднего бизнеса
- Рост косвенных убытков

- Потери объектов социального значения
- Снижение уровня жизни населения
- Рост безработицы
- Уменьшение трудовых ресурсов

Список рекомендуемой литературы

Список основной литературы

1. Основы безопасности жизнедеятельности: 10-й класс: учебник / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льяная, М. В. Маслов. — Москва: Просвещение, 2023. — 383 с. — ISBN 978-5-09-102337-4. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/334649>

2. Основы безопасности жизнедеятельности: 11-й класс: учебник / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льяная, М. В. Маслов. — Москва: Просвещение, 2023. — 320 с. — ISBN 978-5-09-102338-1. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/334652>

Список дополнительной литературы:

1. Основы безопасности жизнедеятельности: базовый уровень: учебник / Ю. С. Шойгу, О. В. Белинская, В. К. Ащанулов [и др.]; под редакцией Ю. С. Шойгу. — Москва: Просвещение, [б. г.]. — Часть 1: Основы безопасности жизнедеятельности: базовый уровень — 2024. — 224 с. — ISBN 978-5-09-114133-7. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/408881>

2. Основы безопасности жизнедеятельности: базовый уровень: учебник / Ю. С. Шойгу, Е. Н. Байбарина, В. А. Зуев [и др.]; под редакцией Ю. С. Шойгу. — Москва: Просвещение, [б. г.]. — Часть 2: Основы безопасности жизнедеятельности: базовый уровень — 2024. — 252 с. — ISBN 978-5-09-114134-4. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/408884>

3. Первая помощь, основы преподавания первой помощи, основы ухода за больным: базовый уровень: учебное пособие / Л. И. Дежурный, Г. В. Неудахин, Л. Б. Шубина, Д. М. Грибков. — Москва: Просвещение, 2024. — 192 с. — ISBN 978-5-09-117370-3. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/437381>