

## ТЕМЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

### Тема Введение

*Выполнить:*

Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятий.

*Литература:* [[2](#), [7](#), [14](#)]

### Тема 1. Здоровье и здоровый образ жизни

1. Общие понятия о здоровье.
2. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.
3. Здоровье в системе понятий и представлений.
4. Концепция здорового образа жизни.
5. Мотивации здоровья и здорового образа жизни. Основные составляющие здорового образа жизни.

*Выполнить:*

Подготовка к тестированию с использованием методических рекомендаций преподавателя.

Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятий. Составление режима своего дня.

*Литература:* [[2](#), [7](#), [14](#)]

### Тема 2. Факторы, способствующие укреплению здоровья

1. Двигательная активность и закаливание организма.
2. Занятия физической культурой.
3. Психологическая уверенность и её значение для здоровья.
4. Режим дня, труда и отдыха. рациональное питание и его значение для здоровья.
5. Влияние двигательной активности на здоровье человека.
6. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека

*Выполнить:*

Подготовка к тестированию с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия. Подготовка реферата.

*Литература:* [[2](#), [4](#), [7](#)]

### **Тема 3. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.**

1. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

2. Курение и его влияние на состояние здоровья.

3. Табачный дым и его составные части.

4. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему.

5. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

6. Наркотики.

7. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения.

8. Социальные последствия пристрастия к наркотикам.

9. Профилактика наркомании

*Выполнить:*

Подготовка к тестированию с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия. Подготовка реферата

*Литература:* [4, 7]

### **Тема 4. Правила и безопасность дорожного движения**

1. Обеспечение личной безопасности на дорогах.

2. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения

*Выполнить:*

Подготовка к тестированию с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия.

*Литература:* [4, 7, 14]

### **Тема 5. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.**

1. Социальная роль женщины в современном обществе. репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него.

2. Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранения репродуктивного здоровья.

3. Правовые основы взаимоотношения полов.

4. Брак и семья.

5. Культура брачных отношений.

6. Основы семейного права в ЛНР.

7. Права и обязанности родителей.

8. Конвенция ООН «О правах ребенка».

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия.

*Литература:* [[5](#), [6](#)]

#### **Тема 6. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни**

1. Бытовые чрезвычайные ситуации.
2. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом, при пользовании в доме водой, при использовании средств бытовой химии, при работе с инструментами.
3. Порядок вызова спасательных служб.
4. Личная безопасность при возникновении криминогенной ситуации.

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия

*Литература:* [[5](#), [6](#)]

## **РАЗДЕЛ 2. ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ**

#### **Тема 7. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера**

1. Чрезвычайные ситуации (ЧС), определение и виды.
2. Аварии и катастрофы.
3. Классификация ЧС.
4. Характеристика основных видов ЧС природного и техногенного характера.
5. Уровни ЧС.
6. Основные критерии определения уровня чрезвычайных

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия.

*Литература:* [[4](#), [7](#), [14](#)]

## **Тема 8. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера**

1. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

2. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия.

*Литература:* [4, 7, 14]

## **Тема 9. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (ЕГСГЗ)**

1. Чрезвычайные ситуации (ЧС), определение и виды.

2. Аварии и катастрофы.

3. Классификация ЧС.

4. Характеристика основных видов ЧС природного и техногенного характера.

5. Уровни ЧС.

6. Основные критерии определения уровня чрезвычайных ситуаций

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с технической, учебной и справочной литературой. Проработка конспекта

*Литература:* [4, 14]

## **Тема 10. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности республики.**

1. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.

2. Структура и органы управления гражданской обороной.

3. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия.

*Литература:* [4, 7, 14]

**Тема 11. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения**

1. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.
2. Структура и органы управления гражданской обороной.
3. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций

*Выполнить:*

Подготовка сообщения с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия

*Литература:* [4, 7, 14]

**Тема 12. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени**

1. Защитные сооружения гражданской обороны.
2. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны.
3. Виды защитных сооружений.
4. Правила поведения в защитных сооружениях.

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с технической, учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия. Просмотр обучающего видео.

*Литература:* [4, 7, 14]

**Тема 13. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.**

1. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ.
2. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения.
3. Комплекс специальных мероприятий по организации защиты населения: оповещение и информирование об угрозе возникновения и возникновении ЧС; эвакуация людей из опасных участков (районов); инженерная, медицинская, радиационная и химическая защита.
4. Порядок действий населения при ЧС техногенного и природного характера, авариях и катастрофах.

*Выполнить:*

Подготовка сообщения с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия.

*Литература:* [[4](#), [7](#), [14](#)]

**Тема 14. Правила безопасного поведения при терактах, ЧС военного характера.**

1. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника.

2. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия. Просмотр обучающего видео.

*Литература:* [[4](#), [7](#), [12](#), [14](#)]

**Тема 15. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан**

1. Правовые основы организации защиты населения Луганской Народной Республики от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

2. МЧС ЛНР – орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

3. Полиция ЛНР – государственный орган исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи.

4. Другие государственные службы в области безопасности

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта

*Литература:* [[4](#), [7](#), [14](#)]

### РАЗДЕЛ 3. ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА И ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ

**Тема 16. История создания Вооруженных Сил.**

1. Воинские структуры в Древней Руси.

2. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках.
3. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века.
4. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности.
5. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.
6. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия.

*Литература:* [4, 14]

### **Тема 17. Народная милиция Луганской Народной Республики.**

1. Народная милиция Луганской Народной Республики: история создания, предназначение, структура.
2. Функции и основные задачи Народной милиции Луганской Народной Республики, ее роль и место в системе обеспечения национальной безопасности ЛНР.
3. Положение о Народной милиции Луганской Народной Республики.
4. Положение о прохождении службы в Народной милиции Луганской

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия

*Литература:* [1, 10, 13]

### **Тема 18. Воинская обязанность.**

1. Основные понятия о воинской обязанности. Конституция Луганской Народной Республики о воинской обязанности граждан.
2. Временное Положение Луганской Народной Республики «О воинской обязанности и военной службе».
3. Воинский учет.
4. Организация воинского учета и его предназначение.
5. Первоначальная постановка граждан на воинский учет.
6. Обязанности граждан по воинскому учету.
7. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.
8. Обязательная подготовка граждан к военной службе.

9. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе.

10. Добровольная подготовка граждан к военной службе.

11. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

*Выполнить:*

Подготовка к тестированию с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа со справочной литературой. Проработка конспекта занятия. Подготовка реферата.

*Литература:* [10]

### **Тема 19. Порядок прохождения военной службы.**

1. Призыв на военную службу.
2. Прохождение службы по призыву.
3. Основные условия прохождения военной службы по контракту.
4. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту.
5. Сроки военной службы по контракту.
6. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.
7. Альтернативная гражданская служба.

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия.

*Литература:* [10]

### **Тема 20. Общевоинские уставы - закон воинской жизни.**

1. История возникновения воинских уставов.
2. «Устав воинский» Петра I (30 марта 1716 года).
3. Служебная «Книжка красноармейца» (1918 г.) – первый свод основных прав, обязанностей и норм поведения воинов РККА.
4. Общевоинские уставы СА и ВМФ СССР (1968 г.).
5. Общевоинские уставы Народной милиции ЛНР.



6. Предназначение Устава внутренней службы, Дисциплинарного устава, Устава гарнизонной, комендантской и караульной служб, Строевого устава Народной милиции Луганской Народной Республики.

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия.

*Литература:* [10]

**Тема 21. Единоначалие – принцип строительства Народной милиции Луганской Народной Республики.**

1. Содержание единоначалия.
2. Начальники и подчиненные.
3. Старшие и младшие.
4. Приказ, приказание, порядок их отдачи командиром

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия.

*Литература:* [1, 4, 7, 14]

**Тема 22. Права и обязанности военнослужащих.**

1. Устав внутренней службы.
2. Общие права и обязанности военнослужащих.
3. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.

Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с технической, учебной и справочной литературой. Проработка

*Литература:* [1, 9, 10, 11]

**Тема 23. Воинская дисциплина.**

1. Воинская дисциплина, ее сущность и значение.
2. Виды поощрений и дисциплинарных взысканий, налагаемых на солдат.
3. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с технической, учебной и справочной литературой.  
Проработка

*Литература:* [[9](#), [10](#), [11](#)]

**Тема 24. Виды ответственности, установленной для военнослужащих.**

1. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).

2. Особенности привлечения военнослужащих к административной ответственности.

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с технической, учебной и справочной литературой.  
Проработка конспекта занятия.

*Литература:* [[10](#)]

**Тема 25. Основные качества личности военнослужащего. Виды воинской деятельности и их особенности.**

1. Основные качества личности военнослужащего: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в Республике, народа и Отечества.

2. Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.

3. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.

4. Виды воинской деятельности и их особенности.

5. Особенности воинской деятельности в различных видах войск.

6. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника.

7. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с технической, учебной и справочной литературой.  
Проработка конспекта занятия.

*Литература:* [[10](#)]

## **Тема 26. Боевые традиции Народной милиции Луганской Народной Республики.**

1. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Воинский долг – обязанность
2. Отечеству по его вооруженной защите.
3. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.
4. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.
5. Войсковое товарищество – боевая традиция Народной милиции Луганской Народной Республики.

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия.

*Литература:* [[1](#), [4](#), [10](#)]

## **Тема 27. Воинские символы, награды, ритуалы**

1. Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.
2. Ордена и медали ЛНР – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.
3. Ритуалы Народной милиции Луганской Народной Республики.

*Выполнить:*

Подготовка сообщения с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия

*Литература:* [[1](#), [4](#), [10](#)]

## **РАЗДЕЛ 4. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ**

### **Тема 28. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика**

1. Условия и причины возникновения инфекционных заболеваний, их особенности.
2. Периоды инфекционных болезней.
3. Пути передачи инфекции.
4. Классификация инфекционных болезней.
5. Влияние природных и социальных факторов на распространение болезней.

6. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний.

7. Иммунная система человека. Иммуитет: врожденный и приобретенный. Активный и пассивный приобретенный иммуитет.

8. Наиболее распространенные инфекционные болезни. ВИЧ-инфекция и СПИД, пути передачи ВИЧ.

*Выполнить:*

Самостоятельная работа обучающихся.

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия.

*Литература:* [7]

### **Тема 29. Основы оказания первой медицинской помощи**

1. Понятие первой медицинской помощи.

2. Перечень состояний, при которых оказывается первая медицинская помощь.

3. Признаки жизни и смерти. Общие правила оказания первой медицинской помощи. Асептика и антисептика.

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия.

*Литература:* [7, 14]

### **Тема 30. Первая медицинская помощь при кровотечениях**

1. Понятие и виды кровотечений.

2. Первая помощь при наружных кровотечениях.

3. Способы остановки кровотечений.

4. Правила наложения жгута и закрутки.

5. Основные признаки внутреннего кровотечения.

*Выполнить:*

Самостоятельная работа обучающихся.

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия. Отработка правил остановки кровотечений. Решение ситуационных задач

*Литература:* [7, 14]

### **Тема 31. Первая помощь при травмах и ранениях**

1. Понятие травм и их виды.
2. Правила первой помощи при травмах и ранениях.
3. Правила наложения повязок различных типов.
4. Правила эвакуации пострадавших

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия. Отработка правил остановки кровотечений. Решение ситуационных задач

*Литература:* [7, 14]

### **Тема 32. Первая медицинская помощь при отсутствии сознания и иных состояниях**

1. Признаки обморока.
2. Основные признаки остановки сердца.
3. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.
4. Первая медицинская помощь при воздействии высоких температур.
5. Понятие, основные виды и степени ожогов.
6. Тепловой удар. Перегрев организма.
7. Первая помощь при воздействии низких температур. Основные степени обморожений

*Выполнить:*

Подготовка реферата с использованием методических рекомендаций преподавателя. Работа с учебной и справочной литературой. Проработка конспекта занятия. Отработка правил остановки кровотечений. Решение ситуационных задач.

*Литература:* [7, 14]