

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Богдалова Елена Викторовна
Должность: Проректор по образовательной деятельности
Дата подписания: 23.09.2025 11:28:16
Уникальный программный ключ:
ec85dd5a839619d48ea76b2d23dba88a9c82091a

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение инклюзивного высшего образования

**«Российский государственный университет
социальных технологий»**

(ФГБОУ ИВО «РГУ СоцТех»)

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по образовательной деятельности

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Б1.О.06 Безопасность жизнедеятельности и основы военной подготовки

наименование дисциплины

37.03.01 Психология

шифр и наименование направления подготовки

Психология развития и образования
направленность (профиль)

Москва 2025

Оглавление

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ.....	4
2. ПЕРЕЧЕНЬ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ	5
3. ОПИСАНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И КРИТЕРИЕВ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ	8
4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ	17
5. МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ	18

1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по модулю «Безопасность жизнедеятельности и основы военной подготовки»

Оценочные средства составляются в соответствии с рабочей программой дисциплины и представляют собой совокупность контрольно-измерительных материалов (типовые задачи (задания), контрольные работы, тесты и др.), предназначенных для измерения уровня достижения обучающимися установленных результатов обучения.

Оценочные средства используются при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Таблица 1 - Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения дисциплины

Код компетенции	Наименование результата обучения
УК-8	способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
ОПК-8	способен выполнять свои профессиональные функции в организациях разного типа, осознанно соблюдая организационные политики и процедуры

Конечными результатами освоения дисциплины являются сформированные когнитивные дескрипторы «знать», «уметь», «владеть», расписанные по отдельным компетенциям. Формирование дескрипторов происходит в течение всего семестра по этапам в рамках контактной работы, включающей различные виды занятий и самостоятельной работы, с применением различных форм и методов обучения.

2. ПЕРЕЧЕНЬ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ¹

Таблица 2

№	Наименование оценочного средства	Характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в ФОС
1	Деловая/ ролевая игра	Совместная деятельность группы обучающихся и преподавателя под управлением преподавателя с целью решения учебных и профессионально-ориентированных задач путем игрового моделирования реальной проблемной ситуации. Позволяет оценивать умение анализировать и решать типичные профессиональные задачи.	Тема (проблема), концепция, роли и ожидаемый результат по каждой игре
2	Кейс-задача	Проблемное задание, в котором обучающемуся предлагают осмыслить реальную профессионально-ориентированную ситуацию, необходимую для решения данной проблемы.	Задания для решения кейс-задачи
3	Коллоквиум	Средство контроля усвоения учебного материала темы, раздела или разделов дисциплины, организованное как учебное занятие в виде собеседования преподавателя с обучающимися.	Вопросы по темам/разделам дисциплины
4	Круглый стол (дискуссия, полемика, диспут, дебаты)	Оценочные средства, позволяющие включить обучающихся в процесс обсуждения спорного вопроса, проблемы и оценить их умение аргументировать собственную точку зрения.	Перечень дискуссионных тем для проведения круглого стола (дискуссии, полемики, диспута, дебатов)
5	Портфолио	Целевая подборка работ студента, раскрывающая его индивидуальные образовательные достижения в одной или нескольких учебных дисциплинах.	Структура портфолио

¹ Указываются оценочные средства, применяемые в ходе реализации рабочей программы данной дисциплины.

№	Наименование оценочного средства	Характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в ФОС
6	Проект	Конечный продукт, получаемый в результате планирования и выполнения комплекса учебных и исследовательских заданий. Позволяет оценить умения обучающихся самостоятельно конструировать свои знания в процессе решения практических задач и проблем, ориентироваться в информационном пространстве и уровень сформированности аналитических, исследовательских навыков, навыков практического и творческого мышления. Может выполняться в индивидуальном порядке или группой обучающихся.	Темы групповых и/или индивидуальных проектов
7	Решение разноуровневых задач (заданий)	Различают задачи и задания: а) репродуктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать знание фактического материала (базовые понятия, алгоритмы, факты) и умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; б) реконструктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей; в) творческого уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения, интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения.	Комплект разноуровневых задач (заданий)
8	Эссе	Средство, позволяющее оценить умение обучающегося письменно излагать суть поставленной проблемы, самостоятельно проводить анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария соответствующей дисциплины, делать выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.	Темы эссе

9	Тест	Средство, позволяющее оценить уровень знаний обучающегося путем выбора им одного из нескольких вариантов ответов на поставленный вопрос. Возможно использование тестовых вопросов, предусматривающих ввод обучающимся короткого и однозначного ответа на поставленный вопрос.	Тестовые задания
---	------	---	------------------

Приведенный перечень оценочных средств при необходимости может быть дополнен.

3. ОПИСАНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И КРИТЕРИЕВ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

Оценивание результатов обучения по модулю Безопасность жизнедеятельности и основы военной подготовки осуществляется в соответствии с Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль (осуществление контроля всех видов аудиторной и внеаудиторной деятельности обучающегося с целью получения первичной информации о ходе усвоения отдельных элементов содержания дисциплины) и промежуточная аттестация (оценивается уровень и качество подготовки по дисциплине в целом).

Показатели и критерии оценивания компетенций, формируемых в процессе освоения данной дисциплины, описаны в табл. 3.
Таблица 3.

Код компетенции	Уровень освоения компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Вид учебных занятий, работы, формы и методы обучения, способствующие формированию и развитию компетенций	Контролируемые разделы и темы дисциплины	Оценочные средства, используемые для оценки уровня сформированности компетенции	Критерии оценивания результатов обучения
УК-8	Знает					
	Недостаточный уровень Оценка «незачтено», «неудовлетворительно»	Знает, как создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ) и 1-7 (ОВП)	Не знает, как создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач
	Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»	общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ) и 1-7 (ОВП)	Знает, как создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач
	Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»		Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ) и 1-7 (ОВП)	Знает на хорошем уровне, как создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач

					безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	
	Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»		Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ) и 1-7 (ОВП)	Знает отлично, как создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач
	Умеет					
	Недостаточный уровень Оценка «незачтено», «неудовлетворительно»	Умеет создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения	Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ) и 1-7 (ОВП)	Не умеет создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач

		устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов			возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	
	Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»		Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ) и 1-7 (ОВП)	Умеет создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач
	Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»		Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ) и 1-7 (ОВП)	Умеет на хорошем уровне создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач
	Высокий уровень Оценка «зачтено»,		Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ) и 1-7 (ОВП)	Отлично умеет создавать и поддерживать в повседневной жизни и в	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач

	«отлично»				профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	
	Владеет					
	Недостаточный уровень Оценка «незачтено», «неудовлетворительно»	Владеет навыками создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для обеспечения устойчивого	Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ) и 1-7 (ОВП)	Не владеет навыками создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач
	Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»	развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ) и 1-7 (ОВП)	Владеет навыками создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач

					при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	
	Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»		Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ) и 1-7 (ОВП)	Владеет навыками создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов на хорошем уровне	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач
	Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»		Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ) и 1-7 (ОВП)	Отлично владеет навыками создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач
ОПК-8	Знает					
	Недостаточн	Знает	Лекционные и	Разделы 1-10 (ПБ)	Не знает	Опрос, дискуссия,

	ый уровень Оценка «незачтено», «неудовлетво рительно»	профессиональн ые функции в организациях разного типа, осознанно соблюдая	практические занятия, самостоятельная подготовка		профессиональные функции в организациях разного типа, осознанно соблюдая организационные политики и процедуры	выступление с докладом, решение тестовых задач
	Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетвори тельно»	организационны е политики и процедуры	Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ)	Знает профессиональные функции в организациях разного типа	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач
	Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»		Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ)	Знает профессиональные функции в организациях разного типа, осознанно соблюдая организационные политики и процедуры	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач
	Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»		Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ)	Отлично знает и ориентируется в профессиональных функциях в организациях разного типа, осознанно соблюдая организационные политики и процедуры	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач
	Умеет					
Недостаточн ый уровень Оценка «незачтено», «неудовлетво рительно»	Умеет выполнять профессиональн ые функции в организациях разного типа, осознанно	Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ)	Не умеет выполнять профессиональные функции в организациях разного типа, осознанно соблюдая организационные политики и процедуры	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач	

	Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»	соблюдая организационные политики и процедуры	Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ)	Умеет выполнять профессиональные функции в организациях разного типа	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач
	Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»		Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ)	Умеет выполнять профессиональные функции в организациях разного типа, осознанно соблюдая организационные политики и процедуры	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач
	Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»		Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ)	Умеет эффективно выполнять профессиональные функции в организациях разного типа, осознанно соблюдая организационные политики и процедуры	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач
	Владеет					
	Недостаточный уровень Оценка «незачтено», «неудовлетворительно»	Владеет навыками выполнения основных функций в организациях разного типа, осознанно соблюдая организационные политики и процедуры	Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ)	Не владеет навыками выполнения основных функций в организациях разного типа, осознанно соблюдая организационные политики и процедуры	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач
	Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»		Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка	Разделы 1-10 (ПБ)	Владеет навыками выполнения основных функций в организациях разного типа	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач
	Средний уровень		Лекционные и практические занятия,	Разделы 1-10 (ПБ)	Владеет практическими навыками выполнения	Опрос, дискуссия, выступление с докладом,

	Оценка «зачтено», «хорошо»		самостоятельная подготовка		основных функций в организациях разного типа, осознанно соблюдая организационные политики и процедуры	решение тестовых задач
	Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»		Лекционные и практические занятия, самостоятельная подготовка		Отлично владеет практическими навыками выполнения основных функций в организациях разного типа, осознанно соблюдая организационные политики и процедуры	Опрос, дискуссия, выступление с докладом, решение тестовых задач

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения

По видам заданий приводится описание того, каким образом необходимо выполнить данное задание, способы и механизмы его выполнения, выбор номера варианта и др. Примеры методических материалов, определяющих процедуру оценивания результатов обучения, характеризующих этапы формирования компетенций:

- Кейсовые технологии как средство формирования компетенций
- Методические указания по разработке оценочных средств
- Разработка и применение деловых игр
- Формирование портфолио обучающегося как современная оценочная

технология

- Иные методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения в ходе реализации рабочей программы дисциплины

5. Материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации

Вопросы для семинаров:

Примерный перечень вопросов для устного опроса

ПСИХОЛОГИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

Тема 1. Определение, классификация и влияние условий жизнедеятельности на человека

1. Прикладная отрасль науки современного общества – психология безопасности.
2. Классификация условий жизнедеятельности.
3. Типы экстремальных ситуаций.
4. Классификация ЧС по причине возникновения.
5. Классификация стрессогенных факторов.
6. Стадии первичных реакций «синдрома катастроф».
7. Типичные реакции на катастрофу взрослых и детей.
8. Причины неготовности к восприятию экстремальной ситуации.

Тема 2. Организация и принципы оказания медицинской и психологической помощи в чрезвычайной ситуации.

1. Принципы оказания медико-психологической помощи.
2. Этапы психолого-психиатрической помощи.
3. Цели работы психолога.
4. Факторы, влияющие на организацию и конкретное содержание помощи.
5. Поэтапная оценочная систематика возникающих психических расстройств.
6. Критерии медицинской сортировки в экстремальных ситуациях.
7. Медицинская сортировка по группам.
8. Модель взаимодействия психологических служб.

Тема 3. Характеристика экстремальных психических состояний.

1. Характеристики психических состояний.
2. Классификация эмоциональных состояний.
3. Физиологические закономерности высшей нервной деятельности.
4. Рефлексы, характеризующие состояние напряженности.
5. Проявления эмоциональной напряженности в деятельности.
6. Типичные эмоциональные состояния экстремальных ситуаций.

Тема 4. Первичные психические состояния при катастрофе.

1. Понятие страха.
2. Функции страха.
3. Виды страхов.
4. «Естественные сигналы» опасности.
5. Природа реагирования на угрожающую ситуацию.
6. Источники страха.
7. Понятие аффекта.
8. Формы проявления аффекта.
9. Понятие паники.
10. Классификация паники.
11. Проявления «скрытой» паники на примере постчернобыльской паники.
12. Причины возникновения и механизмы развития паники.

Тема 5. Стресс как типичное психическое состояние в экстремальных условиях.

1. Понятие стресса.
2. Стадии стресса.
3. Динамика изменения резистентности организма при стрессе.
4. Симптомы стресса психологического уровня.
5. Модель стресса по Д. Гринбергу.
6. Формы реагирования на стрессовую ситуацию.
7. Психотравмирующие последствия стрессовых событий.
8. Способы смягчения ситуации.
9. Способы формирования толерантности к стрессу.
10. Признаки стрессового напряжения.

Тема 6. Предрасполагающие факторы и категории стресса.

1. Понятие депривации.
2. Классификация деприваций.
3. Психические состояния в условиях сенсорной депривации.
4. Симптомы депривации на примере «зимовочного синдрома».
5. Условия, способствующие успешному перенесению индивидуальной изоляции.
6. Депривационный опыт.
7. Понятие кризиса.
8. Характеристика личности в кризисе.
9. Последовательные стадии кризиса.
10. Фазы кризиса.
11. Классификация кризисов по содержанию.
12. Классификация травматических кризисов.
13. Кризис лишения.
14. Признаки переживания горя.
15. Черты реакции горя.
16. Характерные патологические психологические реакции горя.
17. Фазы реакции горя.
18. Понятие психической травмы.
19. Реакции детей на психическую травму.
20. Признаки психической травмы в поведении ребенка.
21. Факторы, влияющие на переживания личности.
22. Психогенные заболевания.
23. Реактивная триада К. Ясперса.
24. Классификация психогенных заболеваний.
25. Типы невротических внутриличностных конфликтов.
26. Этапы течения неврозов.
27. Понятие фрустрации.
28. Классификация фрустрирующих ситуаций.
29. Стадии фрустрационного поведения.
30. Виды фрустрационного поведения.
31. Реакции на фрустрацию.
32. Понятие конфликта.
33. Классификации конфликтов.
34. Типы конфликтных личностей.
35. Последовательность развития конфликта.
36. Стратегии поведения в конфликтной ситуации.

Тема 7. Психические проявления пострадавших на воздействие экстремальной ситуации.

1. Психогенные реакции.
2. Периоды поведенческих расстройств в экстремальной ситуации.
3. Поведенческие реакции пострадавших.
4. Страхи пострадавших.
5. Психопатологические изменения после травм.

Тема 8. Идентификация психогенных расстройств при чрезвычайных происшествиях.

1. Факторы возникновения психогенных расстройств.
2. Особенности личности, влияющие на характер психических расстройств.
3. Группы часто встречающихся психогенных расстройств.
4. Классификация реактивных психозов.
5. Периоды развития психических расстройств.
6. Идентификация расстройств в динамике.

Тема 9. Оказание первой помощи после психогенного воздействия.

1. Общие принципы оказания помощи.
2. Инструкции по выполнению первой психологической помощи.
3. Инструкции к действиям непосредственно после инцидента.
4. Рекомендации по оказанию экстренной психологической помощи.
5. Правила оказания психологической помощи пострадавшим в ЧС.
6. Помощь при проявлении различных эмоциональных состояний.

Тема 10. Методы регуляции психических состояний.

1. Методы психофизиологической регуляции (Методика психофизиологического восстановления, Медитация, Аутогенная тренировка, Техники успокоения, Идеомоторная тренировка, Управление ритмом дыхания, Массаж и акупрессура, Арома-фитоэргономика, Музыкальное кондиционирование, Термовосстановительные процедуры).
2. Психологические методы (Техники и упражнения, Методика формирования перспективной жизненной стратегии (ПЖС), Методика групповых занятий по регуляции психических состояний Дж. Рейнуотер, Тренинг поведения в экстремальных ситуациях, Тест «Способность действовать в напряженных обстоятельствах»).
3. Физиолого-гигиенические и медико-фармакологические методы

ОСНОВЫ ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ

Тема 1. Общевоинские уставы ВС РФ, их основные требования и содержание.

7. Структура, требования и основное содержание общевоинских уставов.
8. Права военнослужащих.
9. Общие обязанности военнослужащих.
10. Воинские звания.
11. Единоначалие.
12. Начальники и подчиненные.
13. Старшие и младшие.
14. Приказ и приказание.
15. Порядок отдачи и выполнение приказа.
16. Воинская вежливость и воинская дисциплина военнослужащих.
17. Размещение военнослужащих.
18. Распределение времени и внутренний порядок.
19. Суточный наряд роты, его предназначение, состав.
20. Дневальный, дежурный по роте.
21. Развод суточного наряда.
22. Общие положения Устава гарнизонной и караульной службы.
23. Обязанности разводящего, часового.

Тема 2. Строевые приемы и движение без оружия.

4. Строй и его элементы.
5. Виды строя.
6. Сигналы для управления строем.
7. Команды и порядок их подачи.
8. Обязанности командиров, военнослужащих передпостроением и в строю.
9. Строевой расчет.
10. Строевая стойка.
11. Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться».
12. Повороты на месте.
13. Строевой шаг.
14. Движение строевым шагом.
15. Движение строевым шагом в составе подразделения.
16. Повороты в движении.
17. Движение в составе взвода.
18. Управление подразделением в движении.

Тема 3. Основы, приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия.

1. Требования безопасности при обращении со стрелковым оружием.
2. Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке.
3. Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия.

Тема 4. Назначение, боевые свойства, материальная часть и применение стрелкового оружия, ручных противотанковых гранатометов и ручных гранат.

1. Назначение, состав, боевые свойства и порядок сборки разборки АК-74 и РПК-74.
2. Назначение, состав, боевые свойства и порядок сборки разборки пистолета ПМ.
3. Назначение, состав, боевые свойства РПГ-7.
4. Назначение, боевые свойства и материальная часть ручных гранат.
5. Требования безопасности при организации и проведении стрельб из стрелкового оружия.

6. Порядок выполнения упражнения учебных стрельб.
7. Меры безопасности при проведении стрельб и проверка усвоения знаний и мер безопасности при обращении со стрелковым оружием.

Тема 5. Состав и задачи ВС РФ. Тактико-технические характеристики (ТТХ) основных образцов вооружения и техники ВС РФ.

1. Вооруженные Силы Российской Федерации их состав и задачи.
2. Назначение, структура мотострелковых и танковых подразделений сухопутных войск, их задачи в бою.
3. Боевое предназначение входящих в них подразделений.
4. Тактико-технические характеристики основных образцов вооружения и техники ВС РФ.
5. Сущность современного общевойскового боя, его характеристики и виды.
6. Способы ведения современного общевойскового боя и средства вооруженной борьбы.
7. Цели и основные задачи инженерного обеспечения частей и подразделений.
8. Назначение, классификация инженерных боеприпасов, инженерных заграждений и их характеристики.
9. Полевые фортификационные сооружения: окоп, траншея, ход сообщения, укрытия, убежища.

Тема 6. Ядерное, химическое, биологическое, зажигательное оружие.

1. Ядерное оружие.
2. Средства их применения.
3. Поражающие факторы ядерного взрыва и их воздействие на организм человека, вооружение, технику и фортификационные сооружения.
4. Химическое оружие.
5. Отравляющие вещества (ОВ), их назначение, классификация и воздействие на организм человека.
6. Боевые состояния, средства применения, признаки применения ОВ, их стойкость на местности.
7. Биологическое оружие.
8. Основные виды и поражающее действие.
9. Средства применения, внешние признаки применения.
10. Зажигательное оружие.
11. Поражающие действия зажигательного оружия на личный состав, вооружение и военную технику, средства и способы защиты от него.
12. Мероприятия специальной обработки: дегазация, дезактивация, дезинфекция, санитарная обработка.
13. Цели и порядок проведения частичной и полной специальной обработки.
14. Технические средства и приборы радиационной, химической и биологической защиты.
15. Средства индивидуальной защиты и порядок их использования.
16. Подгонка и техническая проверка средств индивидуальной защиты. Не летальное оружие.

Тема 7. Россия в современном мире.

1. Основные направления социально- экономического, политического и военно-технического развития страны.
2. Новые тенденции и особенности развития современных международных отношений.
3. Место и роль России в многополярном мире.

4. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития Российской Федерации.
5. Цели, задачи, направления и формы военно-политической работы в подразделении, требования руководящих документов.
6. Основные положения Военной доктрины Российской Федерации.
7. Правовая основа воинской обязанности и военной службы.
8. Понятие военной службы, ее виды и их характеристики. Обязанности граждан по воинскому учету.
9. ПсиОп (психологические операции).

Тестовые контрольные вопросы

ПСИХОЛОГИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

Тест по Разделу 1. Введение в Психологию безопасности

1. Для паракстремальных условий жизнедеятельности характерно:
А) включение гормональной регуляции
Б) высокая вероятность патологических изменений
В) первичная мобилизация функциональных резервов
Г) относительный комфорт
2. Максимальное количество жертв при легких природных чрезвычайных ситуациях:
А) до 5
Б) до 10
В) до 100
Г) до 1000
Д) до 10000
- 3) Второй стадией первичных реакций «синдрома катастроф» является стадия:

А) суггестии
Б) ступора
В) шока
Г) агрессии
Д) гиперстеничности
- 4) К типичным реакциям на катастрофу у детей относятся:

А) отсутствие концентрации внимания
Б) регрессия поведения
В) подавленность
Г) слабость
- 5) Принцип преемственности оказания медико-психологической помощи в чрезвычайных ситуациях достигается:

А) разделением процесса оказания помощи на этапы
Б) постепенным наращиванием сил и средств психологической помощи
В) едиными взглядами на патогенез, клинику, дифференциальную диагностику и реабилитацию и единой четкой документацией
Г) слабость
- 6) На первом этапе психолого-психиатрической помощи осуществляется:

А) проведение квалифицированной сортировки с распределением пострадавших по группам
Б) купирование последствий острых стрессовых реакций и расстройств, которые сопровождаются изменениями сознания и явными признаками опасного для жизни поведения
В) прогнозирование возможных психических расстройств, вызванных катастрофой
- 7) На втором этапе психолого-психиатрической помощи в ЧС весь поток пострадавших разделяется на:

А) лиц с реактивными психозами и лиц, имеющих психогенные расстройства с непсихотической симптоматикой
Б) лиц с непатологическими реакциями и без таковых и лиц, имеющих психогенные
В) лиц с психогенными невротическими состояниями и лиц с психогенными невротическими реакциями
- 8) К критериям сокращенной синдромальной оценки психопатологической картины в чрезвычайной ситуации относятся:

А) волевые качества; Б) состояние сознания; В) особенности темперамента; Г) особенности личности
- 9) В процессе медицинской сортировки в очаге чрезвычайной ситуации спасателями и врачами все пострадавшие с психическими расстройствами разделяются на:
А) 3 группы; Б) 4 группы; В) 5 групп; Г) 6 групп

Вариант 2

1. Число жертв при местной катастрофе (человек):
А) от 10 до 1000
Б) от 5 до 10
В) от 10 до 100
Г) от 1000 до 10000

2) Для территориальной катастрофы характерно число пострадавших:

- А) до 10
- Б) от 10 до 50
- В) от 50 до 500
- Г) от 500 до 1000

3) К высшему уровню реакции личности на различные чрезвычайные ситуации относятся:

- А) состояние нервной системы, темперамента
- Б) мотивы и отношения личности к данной экстремальной ситуации
- В) боевая и физическая подготовленность
- Г) эмоциональное состояние

4) Стрессогенные факторы делятся по:

- А) характеру мотивации, характеру воздействия на органы чувств человека, по времени действия
- Б) силе психотравмирующего эффекта, продолжительности действия, скорости развития чрезвычайной ситуации
- В) видам чрезвычайных ситуаций, количеству жертв, числу пострадавших, размеру материального ущерба

5) На втором этапе психолого-психиатрической помощи в чрезвычайной ситуации осуществляется:

- А) проведение мероприятий по предупреждению панических реакций и агрессивных форм поведения
- Б) купирование последствий острых стрессовых реакций и расстройств, которые сопровождаются изменениями сознания и явными признаками опасного для жизни поведения
- В) прогнозирование возможных психических расстройств, вызванных катастрофой

6) На первом этапе психолого-психиатрической помощи в ЧС весь поток пострадавших разделяется на:

- А) лиц с реактивными психозами и лиц, имеющих психогенные расстройства с непсихотической симптоматикой
- Б) лиц с непатологическими реакциями и без таковых и лиц, имеющих психогенные
- В) лиц с психогенными невротическими состояниями и лиц с психогенными невротическими реакциями

7) К критериям сокращенной синдромальной оценки психопатологической картины в чрезвычайной ситуации относятся:

- А) особенности мышления
- Б) волевые качества
- В) особенности темперамента
- Г) особенности личности

8) В процессе медицинской сортировки в очаге чрезвычайной ситуации спасателями и врачами все пострадавшие с психическими расстройствами разделяются на:

- А) 3 группы
- Б) 4 группы
- В) 5 групп
- Г) 6 групп

9) К типичным реакциям на катастрофу у детей относятся:

- А) отсутствие концентрации внимания
- Б) регрессия поведения
- В) подавленность
- Г) слабость

Тест по разделу 2. Эмоциональные состояния человека в экстремальных условиях

Вариант 1

1. Общей характеристикой всех психических состояний являются параметры:
А) силы, продолжительности, скорости, устойчивости, динамичности
Б) физиологические, психофизиологические, психологические
В) активационные, тонические, тензионные, временные
2. Кривые Йеркса-Додсона и В.Л. Марищука отражают:
А) процесс психологической адаптации к экстремальным условиям
Б) физиологические закономерности высшей нервной деятельности
В) психогенез психических расстройств
3. К первичным функциям страха относится:
А) мотивация когнитивных и поведенческих актов
Б) активация коры головного мозга
В) мобилизация ресурсов организма
4. В механизме развития паники паническому поведению предшествует:
А) воссоздание образа опасности
Б) осознание опасности
В) активизация защитной системы
Г) возникновение интрапсихического конфликта
5. Эустресс объединяет стадии:
А) первичного шока и тревоги
Б) резистентности и истощения
В) тревоги и резистентности
6. Характерной реакцией на психические стрессоры на стадии истощения является:
А) одновременно с вегетативными и эндокринными защитными реакциями возникает психическая готовность к борьбе, предрасполагающая также к реакциям агрессии и страха
Б) многообразие психовегетативных расстройств способствует развитию у некоторых личностей ипохондрических расстройств
В) в зависимости от конституционального предрасположения и иных факторов проявляются заболевания внутренних органов или психические заболевания
7. К основным симптомам стресса, проявляющимся на психологическом уровне относят:
А) ощущение враждебности со стороны окружающих
Б) сексуальные проблемы
В) повышенная способность к концентрации
Г) асоциальное (делинквентное) поведение
- 8) Фазе отрицания ответной реакции на психотравмирующее событие предшествует фаза:
А) первичной эмоциональной реакции
Б) переработки
В) эскейпа
Г) чередования отрицания и вторжения
- 9) К поведенческим эффектам психотравмирующих последствий стрессовых событий относится:
А) чрезмерно острая реакция на критику
Б) неудовлетворенность работой, плохие отношения с коллегами
В) злоупотребление алкоголем, потеря аппетита и суетливость
- 10) Этапу завершающего психического напряжения поведения человека в экстремальной ситуации предшествует этап:
А) острых психических реакций выхода
Б) острых психических реакций входа
В) начального психического напряжения

Вариант 2

- 1) К эмоциональным состояниям в экстремальных условиях относят:
 - А) фрустрацию, депривацию, ступор, кризис
 - Б) эмоциональное возбуждение, эмоциональное напряжение, эмоциональная напряженность
 - В) эмоциональную оглушенность, эмоциональное торможение, эмоциональное возбуждение, эмоциональный ступор
- 2) Проявления эмоциональной напряженности в деятельности в экстремальных условиях включают нарушения:
 - А) когнитивной сферы, эмоционально-волевой сферы, морально-нравственной сферы, поведения
 - Б) эмоционально-сенсорные, эмоционально-моторные, эмоционально-ассоциативные
 - В) эмоционально-поведенческие, эмоционально-когнитивные, эмоционально-волевые
- 3) В зависимости от происхождения различают следующие виды страха:
 - А) биологический, моральный, социальный, дезинтеграционный
 - Б) тревога, боязнь, паника, ужас
 - В) индивидуальный, групповой, массовый
- 4) Реакция тревоги («аварийная») при стрессе:
 - А) начинается через 6 часов и длится 24-48 часов
 - Б) начинается через 1 час и длится до 12 часов
 - В) начинается через несколько минут и длится до 3-4 суток
- 5) Характерной реакцией на психические стрессоры на стадии резистентности является:
 - А) одновременно с вегетативными и эндокринными защитными реакциями возникает психическая готовность к борьбе, предрасполагающая также к реакциям агрессии и страха
 - Б) многообразие психовегетативных расстройств способствует развитию у некоторых личностей ипохондрических расстройств
 - В) в зависимости от конституционального предрасположения и иных факторов проявляются заболевания внутренних органов или психические заболевания
- 6) Формами реагирования на стрессовую ситуацию являются:
 - А) гиперстеничный тип адаптивного поведения, гипостеничный тип адаптивного поведения, эксплозивный тип дезадаптивного поведения
 - Б) импульсивный тип дезадаптивного поведения, тормозной тип дезадаптивного поведения, адаптивный тип поведения
 - В) ажитированный тип дезадаптивного поведения, ступорозный тип дезадаптивного поведения
- 7) Фазе переработки ответной реакции на психотравмирующее событие предшествует фаза:
 - А) первичной эмоциональной реакции
 - Б) отрицания
 - В) эскейпа
 - Г) чередования отрицания и вторжения
- 8) После этапа острых психических реакций входа поведения человека в экстремальной ситуации следует этап:
 - А) острых психических реакций выхода
 - Б) завершающего психического напряжения
 - В) начального психического напряжения
- 9) Типами отношений человека к самому себе в ситуации стресса являются:
 - А) «Я – жертва», «Я – ценность», «Я – один из ряда людей»
 - Б) «Я – защитник», «Я – потребитель»
 - В) «Я – родитель», «Я – ребенок»
- 10) К одному из основных критериев стратегий копинг-поведения в стрессовой ситуации относится копинг:

- А) эмоциональный проблемный Б) морально-волевой В) эмоциональный моторный
Г) сенсорный

Тест по разделу 3. Психогенные реакции катастроф
Вариант 1.

1. Среди наиболее распространенных психогенных реакций катастроф выделяют следующие паттерны поведения:

- А) гипокинезия и гиподинамия
Б) делинквентное поведение
В) сенсорная гиперактивация

2. Одним из типичных страхов пострадавших в катастрофе является:

- А) чувство вины выжившего
Б) ощущение брошенности
В) ощущение отсутствия перспективы будущего

3) К затяжным реактивным психозам у пострадавших в катастрофе относится:

- А) ступорозная аффективно-шоковая реакция
Б) ганзеровский синдром
В) псевдодементный синдром

4) К психическим реакциям периода «нормальной жизни в экстремальных условиях» относится:

- А) малоцелесообразные двигательные действия
Б) психоэмоциональное напряжение, сменяющееся астенодепрессивным состоянием
В) фобические неврозы
Г) смена состояния «окаменелости», малоподвижности бесцельными движениями, бегством, криками, состоянием паники

5) Американские психиатры выделяют субфазу «медового месяца» фазы последействия, которая длится:

- А) от недели до 3-6 месяцев
Б) от нескольких часов до 3-4 недель
В) от 1-2 месяцев до 1 года

6) Вероятность развития панических реакций наиболее высока в стадию:

- А) острого психоэмоционального шока с явлениями сверхмобилизации
Б) разрешения
В) психологической демобилизации
Г) первичного восстановления

8. В динамике психофизиологического состояния периода воздействия и первых этапов последействия М.М. Решетников и С.В. Чермянин (Никифоров Г.С., 2003) выделили:

- А) 3 стадии
Б) 4 стадии
В) 5 стадий
Г) 6 стадий

Вариант 2.

1. Вторым периодом поведенческих расстройств в экстремальной ситуации является:

- А) фаза фрустрации
Б) фаза эмоциональной оглушенности
В) фаза эйфории

2. Одним из психопатологических изменений после катастрофы является:

- А) галлюцинации
Б) бред
В) повышение социальной активности

3. Умеренная степень воздействия ситуации катастрофы сопровождается наличием у пострадавших следующих признаков клинических проявлений:

- А) диссоциативного ступора
Б) 4 специфических признаков на фоне общей тревожности
В) 2 специфических признаков на фоне общей тревожности
Г) общей тревожности без специфических признаков

4. К фактору риска возникновения ПТСР у детей и подростков относят:

- А) интровертированность

Б) травмы головы у родителей

В) мужской пол

5. Психогенные патологические реакции длятся до:

А) 3 месяцев

Б) 6 месяцев

В) 12 месяцев

6. Одной из типичных форм невротических состояний у пострадавших в катастрофах является:

А) невроз навязчивых состояний

Б) истерическая невротическая реакция

В) фугиформная реакция

7. Наиболее частой формой психопатологических расстройств у пострадавших в катастрофах, выявленных М.М. Решетниковым (1990) по ведущему признаку, являются:

А) бредово-галлюцинаторные состояния

Б) неадекватность, эйфория

В) общее психомоторное возбуждение

Г) психогенный ступор

Д) астенодепрессивные состояния

Итоговый тест по циклу «Психология безопасности». Вариант 1.

1. Общей характеристикой всех психических состояний являются параметры:

- А) силы, продолжительности, скорости, устойчивости, динамичности
- Б) физиологические, психофизиологические, психологические
- В) активационные, тонические, тензионные, временные

2. Кривые Йеркса-Додсона и В.Л. Марищука отражают:

- А) процесс психологической адаптации к экстремальным условиям
- Б) физиологические закономерности высшей нервной деятельности
- В) психогенез психических расстройств

3. К первичным функциям страха относится:

- А) мотивация когнитивных и поведенческих актов
- Б) активация коры головного мозга
- В) мобилизация ресурсов организма

4. В механизме развития паники паническому поведению предшествует:

- А) воссоздание образа опасности
- Б) осознание опасности
- В) активизация защитной системы
- Г) возникновение интрапсихического конфликта

5. Эустресс объединяет стадии:

- А) первичного шока и тревоги
- Б) резистентности и истощения
- В) тревоги и резистентности

6. Характерной реакцией на психические стрессоры на стадии истощения является:

- А) одновременно с вегетативными и эндокринными защитными реакциями возникает психическая готовность к борьбе, предрасполагающая также к реакциям агрессии и страха
- Б) многообразие психовегетативных расстройств способствует развитию у некоторых личностей ипохондрических расстройств
- В) в зависимости от конституционального предрасположения и иных факторов проявляются заболевания внутренних органов или психические заболевания

7. К основным симптомам стресса, проявляющимся на психологическом уровне относят:

- А) ощущение враждебности со стороны окружающих
- Б) сексуальные проблемы
- В) повышенная способность к концентрации
- Г) асоциальное (делинквентное) поведение

8. Фазе отрицания ответной реакции на психотравмирующее событие предшествует фаза:

- А) первичной эмоциональной реакции
- Б) переработки
- В) эскейпа
- Г) чередования отрицания и вторжения

9. К поведенческим эффектам психотравмирующих последствий стрессовых событий относится:

- А) чрезмерно острая реакция на критику
- Б) неудовлетворенность работой, плохие отношения с коллегами
- В) злоупотребление алкоголем, потеря аппетита и суетливость

10. Этапу завершающего психического напряжения поведения человека в экстремальной ситуации предшествует этап:

- А) острых психических реакций выхода
- Б) острых психических реакций входа
- В) начального психического напряжения

11. Вторым периодом поведенческих расстройств в экстремальной ситуации является:

- А) фаза фрустрации
- Б) фаза эмоциональной оглушенности
- В) фаза эйфории

12. Одним из психопатологических изменений после катастрофы является:

- А) галлюцинации
- Б) бред
- В) повышение социальной активности

13. Психогенные патологические реакции длятся до:

- А) 3 месяцев

Б) 6 месяцев

В) 12 месяцев

14. Одной из типичных форм невротических состояний у пострадавших в катастрофах является:

А) невроз навязчивых состояний

Б) истерическая невротическая реакция

В) фугиформная реакция

15. Наиболее частой формой психопатологических расстройств у пострадавших в катастрофах, выявленных М.М. Решетниковым (1990) по ведущему признаку, являются:

А) бредово-галлюцинаторные состояния

Б) неадекватность, эйфория

В) общее психомоторное возбуждение

Г) психогенный ступор

Д) астенодепрессивные состояния

16. В динамике психофизиологического состояния периода воздействия и первых этапов последействия М.М. Решетников и С.В. Чермянин (Никифоров Г.С., 2003) выделили:

А) 3 стадии

Б) 4 стадии

В) 5 стадий

Г) 6 стадий

17. Для стадии психологической демобилизации характерны следующие временные параметры:

А) около 15 минут

Б) около 3-5 часов

В) через 6–12 часов после катастрофы и до 3 суток

Г) на 3–12-е сутки после катастрофы

18. Для параэкстремальных условий жизнедеятельности характерно:

А) включение гормональной регуляции

Б) высокая вероятность патологических изменений

В) первичная мобилизация функциональных резервов

Г) относительный комфорт

19. Максимальное количество жертв при легких природных чрезвычайных ситуациях:

А) до 5 Б) до 10 В) до 100 Г) до 1000 Д) до 10000

20. Второй стадией первичных реакций «синдрома катастроф» является стадия:

А) суггестии Б) ступора В) шока Г) агрессии Д) гиперстеничности

21. К типичным реакциям на катастрофу у детей относятся:

А) отсутствие концентрации внимания Б) регрессия поведения В) подавленность Г) слабость

22. Принцип преемственности оказания медико-психологической помощи в чрезвычайных ситуациях достигается:

А) разделением процесса оказания помощи на этапы

Б) постепенным наращиванием сил и средств психологической помощи

В) едиными взглядами на патогенез, клинику, дифференциальную диагностику и реабилитацию и единой четкой документацией

23. На первом этапе психолого-психиатрической помощи осуществляется:

А) проведение квалифицированной сортировки с распределением пострадавших по группам

Б) купирование последствий острых стрессовых реакций и расстройств, которые сопровождаются изменениями сознания и явными признаками опасного для жизни поведения

В) прогнозирование возможных психических расстройств, вызванных катастрофой

24. В процессе медицинской сортировки в очаге чрезвычайной ситуации спасателями и врачами все пострадавшие с психическими расстройствами разделяются на:

А) 3 группы; Б) 4 группы; В) 5 групп; Г) 6 групп

Итоговый тест по циклу «Психология безопасности». Вариант 2.

1. Среди наиболее распространенных психогенных реакций катастроф выделяют следующие паттерны поведения:

А) гипокинезия и гиподинамия Б) делинквентное поведение В) сенсорная гиперактивация

2. Одним из типичных страхов пострадавших в катастрофе является:

А) чувство вины выжившего Б) ощущение брошенности В) ощущение отсутствия перспективы будущего

3. К затяжным реактивным психозам у пострадавших в катастрофе относится:

А) ступорозная аффективно-шоковая реакция Б) ганзеровский синдром В) псевдодементный синдром

4. К психическим реакциям периода «нормальной жизни в экстремальных условиях» относится:

А) малоцелесообразные двигательные действия

Б) психоэмоциональное напряжение, сменяющееся астенодепрессивным состоянием

В) фобические неврозы

Г) смена состояния «окаменелости», малоподвижности бесцельными движениями, бегством, криками, состоянием паники

5. Американские психиатры выделяют субфазу «медового месяца» фазы послевоздействия, которая длится:

А) от недели до 3-6 месяцев Б) от нескольких часов до 3-4 недель В) от 1-2 месяцев до 1 года

6. Вероятность развития панических реакций наиболее высока в стадию:

А) острого психоэмоционального шока с явлениями сверхмобилизации

Б) разрешения

В) психологической демобилизации

Г) первичного восстановления

7. Число жертв при местной катастрофе (человек):

А) от 10 до 1000 Б) от 5 до 10 В) от 10 до 100 Г) от 1000 до 10000

8. К высшему уровню реакции личности на различные чрезвычайные ситуации относятся:

А) состояние нервной системы, темперамента

Б) мотивы и отношения личности к данной экстремальной ситуации

В) боевая и физическая подготовленность

Г) эмоциональное состояние

9. Стрессогенные факторы делятся по:

А) характеру мотивации, характеру воздействия на органы чувств человека, по времени действия

Б) силе психотравмирующего эффекта, продолжительности действия, скорости развития чрезвычайной ситуации

В) видам чрезвычайных ситуаций, количеству жертв, числу пострадавших, размеру материального ущерба

10. На втором этапе психолого-психиатрической помощи в чрезвычайной ситуации осуществляется:

А) проведение мероприятий по предупреждению панических реакций и агрессивных форм поведения

Б) купирование последствий острых стрессовых реакций и расстройств, которые сопровождаются изменениями сознания и явными признаками опасного для жизни поведения

В) прогнозирование возможных психических расстройств, вызванных катастрофой

11. На первом этапе психолого-психиатрической помощи в ЧС весь поток пострадавших разделяется на:

А) лиц с реактивными психозами и лиц, имеющих психогенные расстройства с непсихотической симптоматикой

Б) лиц с непатологическими реакциями и без таковых и лиц, имеющих психогении

В) лиц с психогенными невротическими состояниями и лиц с психогенными невротическими реакциями

12. К критериям сокращенной синдромальной оценки психопатологической картины в чрезвычайной ситуации относятся:

А) особенности мышления Б) волевые качества В) особенности темперамента Г) особенности личности

13. В процессе медицинской сортировки в очаге чрезвычайной ситуации спасателями и врачами все пострадавшие с психическими расстройствами разделяются на:

А) 3 группы Б) 4 группы В) 5 групп Г) 6 групп

14. К эмоциональным состояниям в экстремальных условиях относят:

- А) фрустрацию, депривацию, ступор, кризис
- Б) эмоциональное возбуждение, эмоциональное напряжение, эмоциональная напряженность
- В) эмоциональную оглушенность, эмоциональное торможение, эмоциональное возбуждение, эмоциональный ступор

15. Проявления эмоциональной напряженности в деятельности в экстремальных условиях включают нарушения:

- А) когнитивной сферы, эмоционально-волевой сферы, морально-нравственной сферы, поведения
- Б) эмоционально-сенсорные, эмоционально-моторные, эмоционально-ассоциативные
- В) эмоционально-поведенческие, эмоционально-когнитивные, эмоционально-волевые

16. В зависимости от происхождения различают следующие виды страха:

- А) биологический, моральный, социальный, дезинтеграционный
- Б) тревога, боязнь, паника, ужас
- В) индивидуальный, групповой, массовый

17. Реакция тревоги («аварийная») при стрессе:

- А) начинается через 6 часов и длится 24-48 часов
- Б) начинается через 1 час и длится до 12 часов
- В) начинается через несколько минут и длится до 3-4 суток

18. Характерной реакцией на психические стрессоры на стадии резистентности является:

- А) одновременно с вегетативными и эндокринными защитными реакциями возникает психическая готовность к борьбе, предрасполагающая также к реакциям агрессии и страха
- Б) многообразие психовегетативных расстройств способствует развитию у некоторых личностей ипохондрических расстройств
- В) в зависимости от конституционального предрасположения и иных факторов проявляются заболевания внутренних органов или психические заболевания

19. Формами реагирования на стрессовую ситуацию являются:

- А) гиперстеничный тип адаптивного поведения, гипостеничный тип адаптивного поведения, эксплозивный тип дезадаптивного поведения
- Б) импульсивный тип дезадаптивного поведения, тормозной тип дезадаптивного поведения, адаптивный тип поведения
- В) ажитированный тип дезадаптивного поведения, ступорозный тип дезадаптивного поведения

20. Фазе переработки ответной реакции на психотравмирующее событие предшествует фаза:

- А) первичной эмоциональной реакции
- Б) отрицания
- В) эскейпа
- Г) чередования отрицания и вторжения

21. После этапа острых психических реакций входа поведения человека в экстремальной ситуации следует этап:

- А) острых психических реакций выхода
- Б) завершающего психического напряжения
- В) начального психического напряжения

22. Типами отношений человека к самому себе в ситуации стресса являются:

- А) «Я – жертва», «Я – ценность», «Я – один из ряда людей»
- Б) «Я – защитник», «Я – потребитель»
- В) «Я – родитель», «Я – ребенок»

23. На втором этапе психолого-психиатрической помощи в ЧС весь поток пострадавших разделяется на:

- А) лиц с реактивными психозами и лиц, имеющих психогенные расстройства с непсихотической симптоматикой
- Б) лиц с непатологическими реакциями и без таковых и лиц, имеющих психогении
- В) лиц с психогенными невротическими состояниями и лиц с психогенными невротическими реакциями

24. К критериям сокращенной синдромальной оценки психопатологической картины в чрезвычайной ситуации относятся:

- А) волевые качества; Б) состояние сознания; В) особенности темперамента; Г) особенности личности

ОСНОВЫ ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ

Вариант 1.

1. Воинская обязанность:
 - а) установленный законом почетный долг граждан с оружием в руках защищать свое Отечество, нести службу в рядах Вооруженных Сил, проходить вневойсковую подготовку и выполнять другие связанные с обороной страны обязанности +
 - б) система знаний о подготовке и ведении военных действий
 - в) особый вид государственной службы, исполняемой в Вооруженных Силах, других войсках, органах и воинских формированиях
2. Граждане Российской Федерации проходят военную службу:
 - а) в порядке воинской повинности
 - б) по призыву и в добровольном порядке +
 - в) только в добровольном порядке
3. Комиссия по постановке граждан на воинский учет предусмотрена в следующем составе:
 - а) заместитель руководителя местной администрации, военный комиссар района, руководитель органа внутренних дел района, секретарь комиссии, врачи-специалисты
 - б) заместитель военного комиссара района, специалист по профессиональному психологическому отбору, секретарь комиссии, врачи-специалисты
 - в) военный комиссар района или его заместитель, представитель местной администрации, специалист по профессиональному психологическому отбору, секретарь комиссии, врачи-специалисты +
4. Какая из представленных причин (при условии документального подтверждения) является уважительной для неявки по вызову военкомата:
 - а) заболевание или увечье, связанное с утратой трудоспособности +
 - б) участие в спортивном соревновании
 - в) нахождение в отпуске или в командировке
5. Какая из представленных причин (при условии документального подтверждения) является уважительной для неявки по вызову военкомата:
 - а) участие в спортивном соревновании
 - б) нахождение в отпуске или в командировке
 - в) тяжелое состояние здоровья близких родственников (отца, матери, жены, мужа, сына, дочери, родного брата, родной сестры, дедушки, бабушки, усыновителя) либо участие в их похоронах +
6. Какая из представленных причин (при условии документального подтверждения) является уважительной для неявки по вызову военкомата:
 - а) участие в спортивном соревновании
 - б) препятствие, возникшее в результате действия непреодолимой силы, или иное обстоятельство, не зависящее от воли гражданина +
 - в) свадьба близкого родственника
7. Какая из представленных причин (при условии документального подтверждения) является уважительной для неявки по вызову военкомата:
 - а) свадьба близкого родственника
 - б) участие в спортивном соревновании
 - в) иные причины, признанные уважительными призывной комиссией, комиссией по первоначальной постановке на воинский учет или судом +

8. Профессиональный психологический отбор граждан, призываемых на военную службу, осуществляется с целью:

- а) обеспечения соответствия индивидуально-психологических качеств граждан, призываемых на военную службу, современным требованиям в ВС РФ +
- б) определения качества освоения дополнительных образовательных программ по военной подготовке
- в) определения индивидуального физического развития призывников, так как с первых дней военной службы они испытывают значительные нагрузки

9. Какой категории профессиональной пригодности гражданина, призываемого на военную службу, соответствует формулировка «рекомендуется»:

- а) третьей
- б) первой
- в) второй +

10. Согласно психологической классификации воинских должностей на командные должности целесообразно готовить и назначать граждан, имеющих следующую гражданскую специальность:

- а) токарь
- б) бригадир +
- в) радиооператор

11. Согласно психологической классификации воинских должностей на командные должности целесообразно готовить и назначать граждан, имеющих следующую гражданскую специальность:

- а) учитель +
- б) радиооператор
- в) пожарный

12. Согласно психологической классификации воинских должностей на командные должности целесообразно готовить и назначать граждан, имеющих следующую гражданскую специальность:

- а) радиооператор
- б) воспитатель +
- в) токарь

13. С каким результатом необходимо молодому солдату пробежать 3 км, чтобы выполнить норматив для нового пополнения воинских частей:

- а) 14 мин +
- б) 24 мин
- в) 18 мин

14. Сколько раз необходимо подтянуться на перекладине молодому солдату, чтобы выполнить норматив для нового пополнения воинских частей на оценку «хорошо»:

- а) 15
- б) 12
- в) 9 +

15. Заключение по результатам медицинского освидетельствования о категории годности к военной службе, обозначенное буквой «А», соответствует формулировке:

- а) годен к военной службе +
- б) не годен к военной службе
- в) временно не годен к военной службе

16. Заключение по результатам медицинского освидетельствования о категории годности к военной службе, обозначенное буквой «Б», соответствует формулировке:

- а) временно не годен к военной службе
- б) годен к военной службе с незначительными ограничениями +
- в) не годен к военной службе

17. Увольнение с военной службы:

- а) краткосрочный отпуск из расположения воинской части
- б) регулярный отдых, предоставляемый в соответствии с законодательством всем военнослужащим
- в) установленное законом освобождение от дальнейшего несения службы в рядах ВС РФ, других войсках, воинских формированиях и органах +

18. До какого возраста могут пребывать в запасе ВС РФ солдаты, матросы, сержанты и старшины:

- а) до 45 лет
- б) до 50 лет +
- в) до 40 лет

19. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» определяет, что военная служба исполняется гражданами:

- а) в ВС РФ, воинских формированиях и других войсках
- б) только в ВС РФ
- в) в ВС РФ, других войсках, органах, воинских формированиях, в воинских подразделениях федеральной противопожарной службы, в создаваемых на военное время специальных формированиях +

20. Согласно Федеральному закону «О воинской обязанности и военной службе» первоначальная постановка на воинский учет граждан мужского пола осуществляется в период:

- а) с 1 января по 1 апреля в год достижения ими возраста 17 лет
- б) с 1 января по 31 марта в год достижения ими возраста 17 лет +
- в) с 1 января по 31 марта в год достижения ими возраста 16 лет

21. Считаются уклонившимися от исполнения воинской обязанности и подлежащими административной ответственности граждане:

- а) не явившиеся по вызову военного комиссариата в указанный срок без объяснения причин +
- б) не явившиеся по вызову военного комиссариата в указанный срок по уважительной причине, подтвержденной документом
- в) явившиеся по вызову военного комиссариата с нарушением указанного срока (опозданием) по уважительной причине, подтвержденной документом

22. Считаются уклонившимися от исполнения воинской обязанности и подлежащими административной ответственности граждане:

- а) явившиеся по вызову военного комиссариата с нарушением указанного срока

(опозданием) по уважительной причине, подтвержденной документом
б) явившиеся по вызову военного комиссариата с опозданием +
в) не явившиеся по вызову военного комиссариата в указанный срок по уважительной причине, подтвержденной документом

23. По результатам профессионального психологического отбора определяется оценка о профессиональной пригодности гражданина к исполнению обязанностей в сфере военной деятельности. Она может быть такой:

- а) рекомендуется с ограничениями
- б) рекомендуется во вторую очередь
- в) рекомендуется в первую очередь +

24. По результатам профессионального психологического отбора определяется оценка о профессиональной пригодности гражданина к исполнению обязанностей в сфере военной деятельности. Она может быть такой:

- а) рекомендуется с ограничениями
- б) рекомендуется +
- в) рекомендуется во вторую очередь

25. Какой категории соответствует оценка профессиональной пригодности «рекомендуется» гражданина, призываемого на военную службу:

- а) первой категории профессиональной пригодности
- б) третьей категории профессиональной пригодности
- в) второй категории профессиональной пригодности +

26. С каким результатом надо пробежать на лыжах 5 км, чтобы выполнить норматив для нового пополнения воинских частей на оценку «отлично»:

- а) 19 мин.
- б) 29 мин. +
- в) 39 мин.

27. Какое минимальное расстояние необходимо проплыть в спортивной форме, чтобы выполнить норматив для нового пополнения воинских частей:

- а) 50 м +
- б) 60 м
- в) 40 м

28. Служебное подчинение младших старшим, нижестоящих органов вышестоящим, а также исполнение правил служебной, в том числе воинской, дисциплины во взаимоотношениях между различными по служебному положению и званию лицами:

- а) дисциплинированность
- б) уважительное отношение
- в) субординация +

29. Запас ВС РФ предназначен для:

- а) развертывания армии при мобилизации и ее пополнения во время войны +
- б) создания резерва различных специалистов, необходимых в народном хозяйстве
- в) подготовки населения к ведению партизанских действий в случае необходимости

30. Граждане, состоящие в запасе, могут призываться на военные сборы продолжительностью до:
- а) 3 месяцев, но не чаще одного раза в 2 года
 - б) 2 месяцев, но не чаще одного раза в 3 года +
 - в) 2 месяцев, но не чаще одного раза в 2 года

Вариант 2.

1. Общевоинские уставы:

- А) Это официальные нормативно-правовые документы, регламентирующие несение службы в ВС, права и обязанности военнослужащих;
- Б) Это официальный нормативный документ об организации войск, походных и боевых порядков;
- В) Это свод правил по соблюдению моральных принципов военнослужащих;
- Г) Это свод правил по организации войск.

2. Какой из государственных документов в ВС России обязывает служению верности и долга обороны нашего Отечества:

- А) Конституция РФ;
- Б) Военный билет;
- В) Военная присяга;
- Г) Кодекс Чести ВС РФ.

3. С какого возраста, лица мужского пола, подлежат призыву на воинскую службу, где защита Отечества является долгом гражданина Российской Федерации:

- А) с 18 лет до 27 лет;
- Б) с 17 лет до 26 лет;
- В) с 19 лет до 28 лет;
- Г) с 18 лет до 23 лет.

4. Назовите виды военной службы в Российской Федерации:

- А) по призыву, по контракту, альтернативная;
- Б) гражданская, по найму, договорная;
- В) частная, по соглашению сторон, пограничная;
- Г) сухопутная, военно-морская, военно-воздушная.

5. Что обязывает воинская дисциплина каждого военнослужащего России:

- А) выполнять свой воинский долг умело и мужественно;
- Б) быть верным военной присяге, строго соблюдать Конституцию и законы Российской Федерации;
- В) стойко переносить трудности военной службы, не щадить своей жизни для выполнения воинского долга;
- Г) честно выполнять приказы командования.

6. Что такое воинская дисциплина:

- А) Знать Дисциплинарный Устав Вооруженных сил РФ;
- Б) Установленный порядок поведения людей, отвечающий сложившимся в обществе нормам права и морали;
- В) Соблюдать ритуал Военной присяги;
- Г) Чётко соблюдать распорядок дня воинской части.

7. Когда осуществляется первоначальная постановка на воинский учет граждан мужского пола:
- А) с 17 лет до 18 лет;
 - Б) с 16 лет до 17 лет;
 - В) при достижении возраста 18 лет;
 - Г) в год достижения 17 лет (с января по март включительно).
8. В каком случае на воинский учет становятся граждане РФ женского пола:
- А) Если обучаются в учебных заведениях, имеющих государственную аккредитацию;
 - Б) Если имеют соответствующую строевую выправку и желание служить;
 - В) Если имеют военно-учетную специальность;
 - Г) Если отец или родной брат являются военнослужащими по контракту.
9. Кто осуществляет воинский учет граждан в РФ?
- А) Военные комиссариаты районов и городов;
 - Б) Органы государственной власти;
 - В) Штабы воинских частей и гарнизонов;
 - Г) Органы местного самоуправления.
10. Воинская обязанность граждан РФ, это:
- А) Установленный законодательством РФ порядок службы по призыву в рядах Российской Армии;
 - Б) Обязанность граждан своевременно являться по повестке в военный комиссариат и не допускать уклонения от службы в Армии;
 - В) Обязанность проходить службу по призыву и состоять в запасе ВС;
 - Г) Воинский учет, призыв и прохождение военной службы, пребывание в запасе, прохождение военных сборов.
11. Для чего создаются ВС и устанавливается воинская обязанность граждан РФ?
- А) Для осуществления военных действий;
 - Б) Для сохранения целостности и суверенитета РФ;
 - В) Для обороны с применением средств вооруженной борьбы;
 - Г) Для сохранения границ государства.
12. Общее руководство Вооруженными силами РФ осуществляет:
- А) Министр обороны РФ;
 - Б) Президент РФ;
 - В) Генеральный штаб обороны РФ;
 - Г) Совет безопасности РФ.
13. Понятие «отсрочка» подразумевает:
- А) Освобождение от военной службы в армии;
 - Б) Временное освобождение от призыва на военную службу;
 - В) Признание негодным к военной службе;
 - Г) Признание ограниченно годным к военной службе.
14. Военно-врачебной комиссией призывник признан временно негодным по состоянию здоровья к прохождению военной службы, ему должны предоставить:
- А) Освобождение от военной службы;
 - Б) Военный билет;
 - В) Направление на альтернативную службу.
 - Г) Отсрочку от призыва.

15. В каком Уставе определены общие обязанности солдата (матроса) и командира отделения?

- А) В Дисциплинарном Уставе ВС РФ;
- Б) В Строевом Уставе ВС РФ;
- В) В Уставе внутренней службы;
- Г) В Уставе гарнизонной и караульной службы.

16. Какие права и свободы имеют военнослужащие ВС РФ?

- А) Все общегражданские права и свободы предусмотренные Конституцией Российской Федерации;
- Б) В период прохождения военной службы права и свободы на военнослужащих не распространяются;
- В) Общегражданские права и свободы предусмотренные Конституцией РФ распространяются на военнослужащих, с ограничениями связанными с особенностями военной службы;
- Г) Все права и свободы указанные в Уставах ВС РФ.

17. Система политических, экономических, военных, социальных и правовых мер по обеспечению готовности государства к защите от вооруженного нападения, а также защите населения, территории и суверенитета РФ - это:

- А) Система пограничной службы;
- Б) Оборона;
- В) Мобилизация;
- Г) Национальная безопасность.

18. Назовите основные задачи Вооруженных сил Российской Федерации:

- А) Обеспечение ядерного сдерживания в интересах предотвращения как ядерной, так и обычной крупномасштабной или региональной войны и осуществление миротворческой деятельности;
- Б) Обеспечение возможности захвата сопредельных территорий в национальных интересах страны;
- В) Обеспечение надежной защиты страны;
- Г) Предотвращение региональных военных конфликтов и мировой войны.

19. С 1705 г. Пётр I увеличил численность русской армии за счёт комплектования:

- А) Артиллерийских полков;
- Б) Кавалерийских полков;
- В) Рекрутских полков;
- Г) Гвардейских полков.

20. Альтернативная гражданская служба это особый вид трудовой деятельности ...

- А) регламентированный трудовым законодательством и к понятию воинской обязанности не имеет никакого отношения;
- Б) в форме добровольной, оплачиваемой по контракту работы в сфере культуры, искусства и народных промыслов, исключительно опытными специалистами в этой сфере деятельности;
- В) осуществляемой гражданами взамен военной службы по призыву;
- Г) по обеспечению безопасности государства.

ЭТАЛОН ОТВЕТОВ (вариант2):

1-а, 2-в, 3-а, 4-а, 5-б, 6-б, 7-г, 8-в, 9-а, 10-г.

11-в, 12-б, 13-б, 14-г, 15-в, 16-в, 17-б, 18-а, 19-в, 20-в.

Вариант 3.

1. В каком году был принят приказ о введении в учебное заведение предмет НВП.

а/ в 1996г. +

б/ в 1995г.

в/ в 1997г.

г/ в 1998г.

2. Что такое тактика?

а/ правила поведения

б/ составная часть военного искусства +

в/ военное шествие

г/ вид военного искусства

3. Кто из военачальников и полководцев внесли в развитие тактики.

а/ Калашников

б/ Макаров

в/ Македонский +

г/ Драгунов

4. Что такое тактическая подготовка?

а/ обучение личного состава в подготовке и введении боя +

б/ нападение на врага

в/ отступление

г/ все ответы верны

5. Когда появилась тактика?

а/ в 1941г.

б/ в 1942г.

в/ с появлением армии +

г/ в 1965г.

6. Что такое бой?

а/ стрельба из всех видов оружия

б/ уничтожение боевой техники

в/ уничтожение живой силы противника

г/ основная форма тактических действий войск авиации и флота, воюющих сторон. +

7. Что такое удар?

а/ стрельба из всех видов оружия

б/ составная часть боя заключающаяся в одновременном поражении группировок войск +

в/ уничтожение живой силы противника

г/ основная форма тактических действий войск авиации и флота, воюющих сторон.

8. Что такое огонь?

а/ стрельба из всех видов оружия

б/ уничтожение боевой техники

в/ одно из основных средств уничтожения противника в бою на суше, на море и в воздухе +

г/ основная форма тактических действий войск авиации и флота, воюющих сторон.

9 .Что такое маневр?

а/ стрельба из всех видов оружия

б/ уничтожение боевой техники

в/ уничтожение живой силы противника

г/ организованное передвижение войск в ходе боя на новое направление

10.Обязанности солдата в бою.

а/ знать боевую задачу отделения и свою задачу +

б/ знать своего противника

в/ знать как уничтожить противника

г/ нет верного ответа

11.Что такое минновзрывные и инженерные заграждения?

а/ это минное поле +

б/ это заграждения солдат

в/ это заграждения противника

г/ это тактическое поле

12.Что такое невзрывные инженерные заграждения?

а/ это минное поле

б/ это заграждения солдат

в/ это заграждения противника

г/ это заграждения использованные подручным материалом (колючая проволока, ветки, и тд.) +

13.Какие мины вы знаете?

а/ убийные

б/ слабые

в/ противопехотные, противотанковые +

г/ все ответы верны

14.Кто такой дозорный?

а/ наводчик оператор

б/ механик водитель

в/ управляющий

г/ разведчик +

15.Устав внутренней службы – это...

а/ устав определяет основные положения уклада в воинских частях +

б/ устав определяет предположения уклада в воинских частях

в/ устав определяет сущность воинской дисциплины

г/ устав определяет организации и несения службы суточным и гарнизонным нарядом

16.Что такое дисциплинарный устав?

а/ устав определяет основные положения уклада в воинских частях

б/ устав определяет предположения уклада в воинских частях

в/ устав определяет сущность воинской дисциплины +

г/ устав определяет организации и несения службы суточным и гарнизонным нарядом

17.Строевой устав – это...

- а/ устав определяет строевые приемы и движения без оружия и с оружием +
- б/ устав определяет предположения уклада в воинских частях
- в/ устав определяет сущность воинской дисциплины
- г/ устав определяет организации и несения службы суточным и гарнизонным нарядом

18. Кто такой часовой?

- а/ это командир в/ это солдат
- б/ это рядовой
- в/ это солдат
- г/ это вооруженный караул +

19. Сколько времени часовой стоит на посту?

- а/ 5 часов в/ 3 часа
- б/ 2 часа +
- в/ 3 часа
- г/ 6 часов

20. Из каких составных частей состоит военное искусство?

- а/ оборона и наступление
- б/ военная наука, теория и практика
- в/ тактика, оперативное искусство, стратегия +
- г/ изучение вопросов войны и мира

21. Назовите фамилию первого в мире изобретателя пистолета-пулемёта?

- а/ Сергеев
- б/ Петров
- в/ Иванов
- г/ Фёдоров +

22. Какие действия военнослужащего, услышавшего свою фамилию:

- а/ Выходит из строя
- б/ Принимает строевую стойку, отвечает «Я» +
- в/ Делает два шага вперёд
- г/ Принимает строевую стойку

23. Сколько патронов вмещает магазин АК-74?

- а/ 20
- б/ 35
- в/ 30 +
- г/ 40

24. Строем называется.

- а/ Строй – размещение военнослужащих, подразделений для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.
- б/ Строй – установленное Уставом размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах. +
- в/ Строй – установленное Уставом или командиром размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий в пешем порядке и на машинах.
- г/ Строй – установленное Уставом или командиром размещение военнослужащих, подразделений и частей для их совместных действий.

25. Шеренгой является.

а/Шеренга – строй, в котором военнослужащие размещены в затылок друг другу, а подразделения одно за другим на дистанции установленной Уставом или командиром.
б/Шеренга – строй, в котором военнослужащие размещены на установленных интервалах.

в/Шеренга — строй, в котором военнослужащие размещены один возле другого на одной линии на установленных интервалах. +

г/Шеренга – построение, в котором военнослужащие размещены в затылок друг другу, а подразделения одно за другим на дистанции установленной Уставом или командиром.

26. Чтобы принять положение строевой стойки необходимо.

а/Стоять свободно, ослабив правую или левую ногу но не сходить с места, не ослаблять внимания и не разговаривать.

б/Стоять прямо, без напряжения.

в/ Стоять прямо, без напряжения, носки выровнять по линии фронта, поставив их на ширину ступни; ноги в коленях выпрямить, но не напрягать; грудь приподнять, а все тело несколько подать вперед; живот подобрать; плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра; голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка; смотреть прямо перед собой; быть готовым к немедленному действию. +

г/Стоять прямо, без напряжения, плечи развернуть; руки опустить так, чтобы кисти, обращенные ладонями внутрь, были сбоку и посередине бедер, а пальцы полусогнуты и касались бедра; голову держать высоко и прямо, не выставляя подбородка.

27. Положение “ВОЛЬНО”:

а/Стать свободно, но не сходить с места.

б/Стать свободно, ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места, не ослаблять внимания и не разговаривать. +

в/Ослабить в колене правую или левую ногу, но не сходить с места и не разговаривать.

г/Ослабить в колене правую или левую ногу, не ослаблять внимания и не разговаривать.

28. Кто такой часовой?

а/Вооруженный караульный, выполняющий задачу по охране поста +

б/Караульный, охраняющий пост

в/Вооруженный дневальный по роте

г/Караульный подразделения

29. Какова длина окопа?

а/ 170см +

б/ 160см

в/ 165см

г/175см

30. Какова ширина окопа?

а/50см

б/60см +

в/70см

г/80см

31. Кровотечение это-

а/перелом кости;

б/дыхательная функция;
в/повышенное артериальное давление;
г/ истечение кровью из кровеносных сосудов при нарушении целостности их стенки; +

32.Как остановить обильное венозное кровотечение?

а/наложить давящую повязку;
б/ наложить жгут; +
в/ обработать рану спиртом и закрыть стерильной салфеткой;
г/продезинфицировать спиртом и обработать йодом;

33.При ранении сонной артерии необходимо срочно:

а/наложить тугую повязку.
б/ наложить жгут.
в/ зажать пальцем артерию ниже раны. +
г/посыпать солью.

34.При ранении кровь течёт непрерывной струёй. Это кровотечение

а/Паренхиматозное в/Капиллярное.
б/ Венозное. +
в/Капиллярное.
г/Артериальное.

35.Характерные признаки артериального кровотечения:

а/Кровь тёмного цвета, вытекает ровной струёй.
б/Кровь алого цвета, вытекает пульсирующей струёй.+
в/Кровоточит вся поверхность, вытекает в виде небольших капель.
г/ Кровь тёмного цвета, вытекает сильной струёй.

36.Артериальное кровотечение возникает при:

а/ повреждении какой-либо артерии при глубоком ранении; +
б/поверхностном ранении;
в/ неглубоком ранении в случае повреждения любого из сосудов;
г/Все ответы верны.

37.Самым надёжным способом остановки кровотечения в случае повреждения крупных артериальных сосудов рук и ног является:

а/наложение давящей повязки;
б/пальцевое прижатие;
в/максимальное сгибание конечности;
г/наложение жгута; +

38.При открытом переломе конечности с сильным кровотечением раны необходимо в первую очередь:

а/ Обработать край раны йодом;
б/Провести иммобилизацию конечности;
в/Промыть рану перекисью водорода;
г/Остановить кровотечение. +

39.Как правильно выбрать место наложения кровоостанавливающего жгута при артериальном кровотечении?

а/наложить жгут на обработанную рану;
б/выше раны на 10-15 см;
в/ на 15-20 см ниже раны; +

г/на 20-25 см ниже раны;

Вопросы к зачету

по дисциплине _____ «Безопасность жизнедеятельности и основы военной
подготовки»
(наименование дисциплины)

Примерный перечень вопросов

ПСИХОЛОГИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1. Прикладная отрасль науки современного общества – психология безопасности. Классификация условий жизнедеятельности. Типы экстремальных ситуаций. Классификация ЧС по причине возникновения.
2. Классификация стрессогенных факторов. Стадии первичных реакций «синдрома катастроф». Типичные реакции на катастрофу взрослых и детей. Причины неготовности к восприятию экстремальной ситуации.
3. Принципы оказания медико-психологической помощи. Этапы психолого-психиатрической помощи. Цели работы психолога. Факторы, влияющие на организацию и конкретное содержание помощи.
4. Поэтапная оценочная систематика возникающих психических расстройств. Критерии медицинской сортировки в экстремальных ситуациях.
5. Медицинская сортировка по группам. Модель взаимодействия психологических служб.
6. Характеристики психических состояний. Классификация эмоциональных состояний. Физиологические закономерности высшей нервной деятельности. Рефлексы, характеризующие состояние напряженности.
7. Проявления эмоциональной напряженности в деятельности. Типичные эмоциональные состояния экстремальных ситуаций.
8. Понятие страха. Функции страха. Виды страхов. «Естественные сигналы» опасности. Природа реагирования на угрожающую ситуацию. Источники страха.
9. Понятие аффекта. Формы проявления аффекта.
10. Понятие паники. Классификация паники. Проявления «скрытой» паники на примере постчернобыльской паники. Причины возникновения и механизмы развития паники.
11. Понятие стресса. Стадии стресса. Динамика изменения резистентности организма при стрессе. Симптомы стресса психологического уровня. Модель стресса по Д. Гринбергу.
12. Формы реагирования на стрессовую ситуацию. Психотравмирующие последствия стрессовых событий. Способы смягчения ситуации. Способы формирования толерантности к стрессу. Признаки стрессового напряжения.
13. Понятие депривации. Классификация деприваций. Психические состояния в условиях сенсорной депривации. Симптомы депривации на примере «зимовочного синдрома». Условия, способствующие успешному перенесению индивидуальной изоляции. Депривационный опыт.
14. Понятие кризиса. Характеристика личности в кризисе. Последовательные стадии кризиса. Фазы кризиса. Классификация кризисов по содержанию. Классификация травматических кризисов.
15. Кризис лишения. Признаки переживания горя. Черты реакции горя. Характерные патологические психологические реакции горя. Фазы реакции горя.

16. Понятие психической травмы. Реакции детей на психическую травму. Признаки психической травмы в поведении ребенка. Факторы, влияющие на переживания личности.
17. Психогенные заболевания. Реактивная триада К. Ясперса. Классификация психогенных заболеваний. Типы невротических внутриличностных конфликтов. Этапы течения неврозов.
18. Понятие фрустрации. Классификация фрустрирующих ситуаций. Стадии фрустрационного поведения. Виды фрустрационного поведения. Реакции на фрустрацию.
19. Понятие конфликта. Классификации конфликтов. Типы конфликтных личностей. Последовательность развития конфликта. Стратегии поведения в конфликтной ситуации.
20. Психогенные реакции. Периоды поведенческих расстройств в экстремальной ситуации. Поведенческие реакции пострадавших. Страхи пострадавших. Психопатологические изменения после травм.
21. Факторы возникновения психогенных расстройств. Особенности личности, влияющие на характер психических расстройств. Группы часто встречающихся психогенных расстройств.
22. Классификация реактивных психозов. Периоды развития психических расстройств. Идентификация расстройств в динамике.
23. Общие принципы оказания помощи. Инструкции по выполнению первой психологической помощи. Инструкции к действиям непосредственно после инцидента.
24. Рекомендации по оказанию экстренной психологической помощи. Правила оказания психологической помощи пострадавшим в ЧС.
25. Помощь при проявлении различных эмоциональных состояний.
26. Методы психофизиологической регуляции.
27. Психологические методы.
28. Физиолого-гигиенические и медико-фармакологические методы.

ОСНОВЫ ВОЕННОЙ ПОДГОТОВКИ

1. Структура, требования и основное содержание общевоинских уставов. Права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих.
2. Воинские звания. Единоначалие. Начальники и подчиненные. Старшие и младшие. Приказ и приказание. Порядок отдачи и выполнение приказа. Воинская вежливость и воинская дисциплина военнослужащих.
3. Размещение военнослужащих. Распределение времени и внутренний порядок.
4. Суточный наряд роты, его предназначение, состав. Дневальный, дежурный по роте. Развод суточного наряда.
5. Общие положения Устава гарнизонной и караульной службы. Обязанности разводящего, часового.
6. Строй и его элементы. Виды строя. Сигналы для управления строем. Команды и порядок их подачи. Обязанности командиров, военнослужащих перед построением и в строю.
7. Требования безопасности при обращении со стрелковым оружием.
8. Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке.
9. Приемы и правила стрельбы из стрелкового оружия
10. Меры безопасности при проведении стрельб и проверка усвоения знаний и мер безопасности при обращении со стрелковым оружием.
11. Вооруженные Силы Российской Федерации их состав и задачи.

12. Назначение, структура мотострелковых и танковых подразделений сухопутных войск, их задачи в бою. Боевое предназначение входящих в них подразделений.
13. Тактико-технические характеристики основных образцов вооружения и техники ВС РФ.
14. Сущность современного общевойскового боя, его характеристики и виды.
15. Способы ведения современного общевойскового боя и средства вооруженной борьбы.
16. Цели и основные задачи инженерного обеспечения частей и подразделений.
17. Назначение, классификация инженерных боеприпасов, инженерных заграждений и их характеристики.
18. Полевые фортификационные сооружения: окоп, траншея, ход сообщения, укрытия, убежища.
19. Ядерное оружие. Средства их применения. Поражающие факторы ядерного взрыва и их воздействие на организм человека, вооружение, технику и фортификационные сооружения.
20. Химическое оружие. Отравляющие вещества (ОВ), их назначение, классификация и воздействие на организм человека.
21. Боевые состояния, средства применения, признаки применения ОВ, их стойкость на местности.
22. Биологическое оружие. Основные виды и поражающее действие. Средства применения, внешние признаки применения.
23. Зажигательное оружие. Поражающие действия зажигательного оружия на личный состав, вооружение и военную технику, средства и способы защиты от него.
24. Мероприятия специальной обработки: дегазация, дезактивация, дезинфекция, санитарная обработка. Цели и порядок проведения частичной и полной специальной обработки.
25. Технические средства и приборы радиационной, химической и биологической защиты.
26. Средства индивидуальной защиты и порядок их использования. Подгонка и техническая проверка средств индивидуальной защиты.
27. Не летальное оружие.
28. Новые тенденции и особенности развития современных международных отношений. Место и роль России в многополярном мире.
29. Основные направления социально-экономического, политического и военно-технического развития Российской Федерации.
30. Основные положения Военной доктрины Российской Федерации.
31. Правовая основа воинской обязанности и военной службы.
32. Понятие военной службы, ее виды и их характеристики.
33. Обязанности граждан по воинскому учету.
34. ПсиОп (психологические операции).

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ

[illegible]