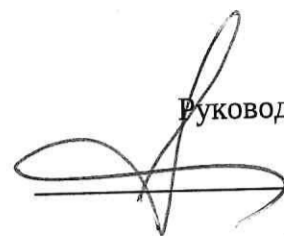


ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«КАМЧАТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «КамчатГТУ»)

НАУЧНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР «ПРИРОДООБУСТРОЙСТВО И РЫБОЛОВСТВО»  
КАФЕДРА «ЗАЩИТА ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ И ВОДОПОЛЬЗОВАНИЕ»



УТВЕРЖДАЮ

Руководитель НОЦ «ПиР»

Л.М. Хорошман

«28» января 2026 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по дисциплине «**ОСНОВЫ ВЫЖИВАНИЯ**»

для направления **20.03.01 «ТЕХНОСФЕРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»**

Профиль: **Защита в чрезвычайных ситуациях**

Петропавловск-Камчатский  
2026

Рабочая программа по дисциплине «Основы выживания» составлена на основании ФГОС ВО направления подготовки 20.03.01 «Техносферная безопасность»

Составитель рабочей программы

Доцент кафедры ЗОС, к.т.н.

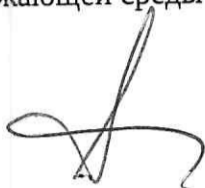


А.Р. Ляндзберг

Рабочая программа рассмотрена на заседании кафедры «Защита окружающей среды и водопользование», протокол № 06 от «27» января 2026 г.

Заведующий кафедрой «Защита окружающей среды и водопользование» к.г.н., доц.

«27» января 2026 г.



Л.М. Хорошман

## 1. Цели и задачи учебной дисциплины

Целью изучения дисциплины является подготовка студента, владеющего теоретическими знаниями и практическими навыками в вопросах обеспечения безопасности и выживания человека в экстремальных ситуациях.

Основные задачи дисциплины:

- дать общие принципы выживания человека в экстремальных ситуациях;
- дать основные правила личной безопасности при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера;
- дать основы безопасности и выживания человека в экстремальных ситуациях в условиях населенного пункта;
- дать основы обеспечения безопасности и выживания при террористических актах, захвате заложников и угрозе со стороны преступности.

## 2. Требования к результатам освоения дисциплины

Таблица – Планируемые результаты обучения при изучении дисциплины, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код компетенции	Наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения УК	Планируемый результат обучения по дисциплине	Код показателя освоения
ОПК-1	Способен учитывать современные тенденции развития техники и технологий в области техносферной безопасности, измерительной и вычислительной техники, информационных технологий при решении типовых задач в области профессиональной деятельности, связанной с защитой окружающей среды и обеспечением безопасности человека	ИД-1 <sub>ОПК-1</sub> : Знает основные информационные технологии и программные средства, которые применяются при решении задач профессиональной деятельности.	<b>Знать:</b> – основные информационные технологии и программные средства, которые применяются при решении задач профессиональной деятельности.	3 (ОПК-1)1
		ИД-2 <sub>ОПК-2</sub> : Владеет навыками применения основных информационных технологий и программных средств, которые используются при решении задач профессиональной деятельности.	<b>Уметь:</b> – применять основные информационные технологии и программные средства, которые используются при решении задач профессиональной деятельности	У (ОПК-1)1
			<b>Владеть:</b> – навыками применения основных информационных технологий и программных средств, которые используются при решении задач профессиональной деятельности.	В (ОПК-1)1

## 3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Учебная дисциплина «Основы выживания», является дисциплиной обязательной части учебного плана основной профессиональной образовательной программы.

#### 4. Содержание дисциплины

##### 4.1 Тематически план

##### Очная форма обучения

Наименование разделов и тем	Всего часов	Аудиторные занятия	Контактная работа по видам учебных занятий			Самостоятельная работа	Формы текущего контроля	Итоговый контроль знаний по дисциплине
			Лекции	Семинары (практические занятия)	Лабораторные работы			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Тема 1. Введение в дисциплину	16	7	4		4	8	Опрос	
Тема 2. Первая доврачебная помощь в условиях экстремальных ситуаций.	16	7	4		4	8	Опрос	
Тема 3. Автономное существование.	16	7	4		4	8	Опрос	
Тема 4. Терроризм и захват заложников	16	7	4		4	8	Опрос	
Тема 5. Правовые аспекты безопасного поведения	16	8	4		4	8	Опрос	
Тема 6. Основы безопасности в условиях населенного пункта	16	8	4		4	9	Опрос	
Тема 7. Меры безопасности, при нападении с целью, насилия, ограбления. Виды современных мошеннических действий. Профилактика, как не стать жертвой мошенников.	16	8	4		4	9	Опрос	
Тема 8. Пожары. Организация действий по спасению людей и тушению пожара до прибытия подразделений пожарной охраны.	16	8	3		3	9	Опрос	
Тема 9. Стихийные бедствия.	16	8	3		3	9	Опрос	
Зачет диф.								
Всего	144	68	34		34	76		

Для студентов заочной формы обучения при аналогичном содержании дисциплины распределение часов по разделам и темам пропорционально с общим итогом:

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Всего для студентов заочной формы обучения	144	14	6	2	6	126		4

##### 4.2 Содержание дисциплины

##### Лекция 1. Введение в дисциплину

*Рассматриваемые вопросы:* Понятие чрезвычайной ситуации (ЧС), экстремальной ситуации. Общие принципы выживания человека в экстремальных ситуациях, основные правила личной безопасности при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, основы безопасности и выживания человека в экстремальных ситуациях в условиях населенного пункта, основы обеспечения безопасности и выживания при террористических актах, захвате заложников и угрозе со стороны преступности. Основные принципы поведения в экстремальных ситуациях. Психология поведения в экстремальных ситуациях.

##### Практическая работа 1. Введение в дисциплину

*Рассматриваемые вопросы:* Что такое ЧС? Какова классификация ЧС? Характеристика экстремальных ситуаций? Как произвести оценку степени экстремальной ситуации? Какие правила поведения в экстремальных ситуациях? Какие виды поведения характерны для человека в условиях экстремальных ситуаций? Приведите несколько эффективных правил преодоления стрессового состояния.

### **Лекция 2. Первая доврачебная помощь в условиях экстремальных ситуаций.**

*Рассматриваемые вопросы:* Клиническая смерть, потеря сознания, кома. Признаки и виды доврачебной помощи. Виды кровотечений. Первая помощь при остановке кровотечений. Виды переломов и способы иммобилизации при различных переломах. Критическое воздействие низких температур. Первая помощь при ожогах и обморожениях. Тепловые и солнечные удары. Виды утоплений. Первая помощь пострадавшим. Способы спасения утопающих в летний и зимний период. Пищевые отравления. Первая доврачебная помощь при отравлениях. Укусы ядовитых насекомых, змей. Правила оказания первой помощи.

### **Практическая работа 2. Первая доврачебная помощь в условиях экстремальных ситуаций.**

*Рассматриваемые вопросы:* Как установить признаки клинической смерти? Какие доврачебные реанимационные мероприятия необходимо провести при клинической смерти? Перечислите основные цели и задачи первой доврачебной помощи. Как отличить артериальное кровотечение от венозного? Какими способами можно остановить артериальное кровотечение? Какие основные способы иммобилизации при переломах, правила наложения шин? Как уберечь себя от обморожений? Правила поведения в условиях жары, чтобы не получить тепловой и солнечный удары? Что необходимо предпринять, если Вас укусила ядовитая змея?

### **Лекция 3. Автономное существование**

*Рассматриваемые вопросы:* Факторы риска и выживания. Виды и основные определения факторов риска и выживания, их классификация. Поведение при возникновении выше указанных факторов. Тактика поведения в условиях автономного существования в группе и в одиночестве. Основные задачи и способы их реализации. Правила построения укрытий в условиях летнего и зимнего периода. Правила ориентирования и способы поиска пищи, добычи воды.

### **Практическая работа 3. Автономное существование**

*Рассматриваемые вопросы:* Что называется фактором риска и выживания? Как классифицируются приведенные факторы? Какие виды поведения возникают в условиях факторов риска и выживания? Как построить убежище в лесу? Как согреться зимой и построить укрытие? Способы подачи сигналов о помощи. Правила ориентирования в лесу и на местности. Какие способы добычи воды и пищи в условиях автономного существования? Из каких растений в экстремальных условиях можно получить природный заменитель хлебной муки? Каким способом можно получить соль в экстремальных условиях? Листья, каких лесных растений могут служить заменителем чая? Что наиболее надежно обеззараживает воду в экстремальных условиях?

### **Лекция 4. Терроризм и захват заложников**

*Рассматриваемые вопросы:* Понятие «терроризм», истоки, история развития, современные формы. Уголовный кодекс Российской Федерации Статья 205 Терроризм. Оценка степени риска, основные правила личной безопасности. Захват заложников, правила поведения при захвате. Основы обеспечения безопасности и выживания при террористических актах, захвате заложников и угрозе со стороны преступности

### **Практическая работа 4. Терроризм и захват заложников**

*Рассматриваемые вопросы:* Что подразумевают под понятием «терроризм»? Уголовный кодекс РФ. Статья 205. Терроризм. Какие виды и формы терроризма существуют? Закон «О противодействии терроризму». Уголовный кодекс РФ. Статья 206. Захват заложника. Каковы основные правила личной безопасности при угрозе проведения террористических актов? Какими документами определена террористическая деятельность? Пока вы находитесь в руках

террористов, на каких главных задачах Вы должны сосредоточиться? Правила обращения с материалами, содержащими угрозы террористического характера.

#### **Лекция 5. Правовые аспекты безопасного поведения**

*Рассматриваемые вопросы:* Правовые аспекты безопасного поведения и применения самозащиты. Необходимая оборона как правовая категория. Признаки и основания необходимой обороны. Состояние крайней необходимости. Правила поведения при административном задержании и при внезапном аресте.

#### **Практическая работа 5. Правовые аспекты безопасного поведения**

*Рассматриваемые вопросы:* Поясните юридический аспект безопасного поведения и применения самообороны. Какие принципы безопасного поведения при административном правонарушении? Какие принципы безопасного поведения при внезапном аресте? Приведите основные факторы, при которых ваши действия могут быть признаны совершенными в состоянии необходимой обороны.

#### **Лекция 6. Основы безопасности в условиях населенного пункта**

*Рассматриваемые вопросы:* Виды пространственных зон. Практическое применение знаний пространственных зон человека в разных странах. Правила поведения в толпе, с найденными или полученными предметами. Действия при пропаже взрослого или ребенка. Толпа и ее виды. Правила поведения в толпе. Основные правила безопасного поведения в ночном городе.

#### **Практическая работа 6. Основы безопасности в условиях населенного пункта**

*Рассматриваемые вопросы:* Какие виды и подвиды толпы Вы знаете? Какие основные действия необходимо совершить при нахождении в толпе? Какие меры необходимо предпринять при обнаружении или получении подозрительных вещей? Опишите меры, предпринимаемые при нападении и грабеже? Какие правила поведения при нахождении в организованной и неорганизованной толпе? Какие меры безопасности, нужно предпринять при нападении на Вас? Какие Ваши действия при обнаружении взрывного предмета? Ваши действия если Вас преследует человек с целью насилия? Как защитить жилище от разбоя и ограбления?

#### **Лекция 7. Меры безопасности, при нападении с целью, насилия, ограбления. Виды современных мошеннических действий. Профилактика, как не стать жертвой мошенников.**

*Рассматриваемые вопросы:* Основы поведения при защите личности и имущества при угрозе нападения на улице. Выбор тактики поведения в зависимости от оценки ситуации. Виды мошенничества. Тактика поведения при шантаже. Защита личного имущества от угрозы ограбления и разбойного нападения.

#### **Практическая работа 7. Меры безопасности, при нападении с целью, насилия, ограбления. Виды современных мошеннических действий. Профилактика, как не стать жертвой мошенников.**

*Рассматриваемые вопросы:* Меры предосторожности при нападении или грабеже. Психологическая предрасположенность к криминальным ситуациям. Технические средства защиты. Как спасти себя и членов своей семьи от тоталитарной секты? Как себя вести при нападении? Как повысить эффективность действий при возникновении угрозы нападения? Тактика поведения в ситуации, когда вас пытаются шантажировать? Какие существуют современные способы мошеннических действий?

#### **Лекция 8. Пожары. Организация действий по спасению людей и тушению пожара до прибытия подразделений пожарной охраны.**

*Рассматриваемые вопросы:* Контролируемое и неконтролируемое горение. Необходимые условия для возникновения горения. Пожары. Классификация пожаров. Причины и их возникновения. Способы прекращения пожара. Средства пожаротушения. Практические рекомендации об организации действий по спасению людей и тушению пожара до прибытия подразделений пожарной охраны. Оказание первой помощи пострадавшим от пожара. Ожоги.

Виды. Первая помощь. Отравления угарным газом. Причины образования угарного газа. Профилактика отравлений и первая помощь пострадавшим.

### **Практическая работа 8. Пожары. Организация действий по спасению людей и тушению пожара до прибытия подразделений пожарной охраны.**

*Рассматриваемые вопросы:* Дайте определение понятию пожары, каковы причины возникновения пожаров? Приведите классификацию пожаров? Как пожары подразделяются по масштабу и сложности тушения? Как пожары подразделяются по объектам горения? Как подразделяются лесные пожары? Каковы способы прекращения пожаров? Что в себя включают основные действия при пожарах? Первая доврачебная помощь при ожогах. Причины отравления угарным газом. Первая помощь при отравлении угарным газом

### **Лекция 9. Стихийные бедствия.**

*Рассматриваемые вопросы:* Тактика поведения при различных видах стихийных бедствий. Землетрясение. Наводнение. Ураганы. Цунами. Торнадо. Смерчи. Сход снежных лавин в горной местности.

### **Практическая работа 9. Стихийные бедствия.**

*Рассматриваемые вопросы:* Как Вы поступите при получении оповещения МЧС об эвакуации в случае приближающегося стихийного бедствия? Где безопаснее укрыться в доме при землетрясении, если Вы не успели покинуть помещение? Какие мероприятия необходимо провести, чтобы снизить последствия наводнения, паводка и т.д? Если ураган застал Вас в дороге, как обезопасить себя и где укрыться? Какая тактика поведения, если Вы оказались в зоне схода снежной лавины?

### **Практическая работа 10. Решение ситуационных задач**

#### **Задача № 1.**

Человек длительное время находился на улице в тесной и холодно обуви в малоподвижном состоянии; температура воздуха-10-15 С. Дома повысилась температура тела, появился озноб, возникли значительные боли в стопах. Стопы багрово-синюшного цвета, отекающие, отек распространяется на голень; на тыльной стороне поверхности стоп имеются пузыри, наполненные жидкостью белого цвета. Чувствительность кожи пальцев отсутствует, при ощупывании стопы резко болезненные. Ваши действия по оказанию помощи.

#### **Задача № 2.**

Вследствие попадания кипящей жидкости возник ожог бедра и голени. Пострадавший испытывает сильную боль, наблюдается покраснение поврежденных участков кожи, отек, прозрачные пузыри. Ваши действия по оказанию помощи.

#### **Задача № 3.**

В гараже, не имеющем вентиляции, обнаружен человек, лежащий без сознания около автомашины с работающим мотором. На фоне бледных кожных покровов видны ярко- красные пятна, дыхание отсутствует, пульс не определяется, зрачки широкие. Ваши действия по оказанию помощи.

#### **Задача № 4.**

Ребенок выпил из бутылки неизвестную жидкость. Возникли резкие боли во рту, животе. Губы и слизистая оболочка полости рта воспалены, покрыты рыхлыми, белесовато-серого цвета пленками. Наблюдается повторная рвота с примесью крови, дыхание затруднено. Ваши действия по оказанию помощи.

#### **Задача № 5.**

Пострадавший неподвижен, на оклик не реагирует. Видимое дыхание отсутствует. Пульс на лучевой и сонной артериях не определяется. Ваши действия по оказанию помощи.

#### **Задача № 6.**

Во время теракта подорвался на фугасе. Сознание спутано, стонет. Правая нижняя конечность висит на кожном лоскуте на уровне верхней трети голени. Рана культи умеренно кровоточит. На переднебоковой поверхности шеи слева рана 6х3 см с обильным кровотечением. Левая стопа разрушена, не кровоточит. Город. Температура воздуха +30С. Ваши действия по оказанию помощи.

Задача № 7.

3 часа назад придавило плитой обе нижние конечности до средней трети бедер. В сознании. Стонет от боли. Пытается самостоятельно освободиться из-под завала. Температура воздуха +20оС. Ваши действия по оказанию помощи.

Задача № 8.

При спуске с горы на лыжах человек упал, возникли резкие боли в области голени, усиливающиеся при изменении положения. Встать на ногу не может, стопа неестественно вывернута наружу. Кожные покровы не нарушены. Какова последовательность оказания первой помощи?

Задача № 9

Из воды извлекли мужчину средних лет. Пораженный без сознания, дыхание отсутствует. Кожные покровы фиолетово-синего цвета, изо рта и носа выделяется бело-серая пена. Определите вид утопления. Приведите последовательность оказания медицинской помощи.

Задача № 10

Санитарный техник, 29 лет, в подвале ремонтировал трубу парового отопления. Пол подвала был залит водой. Пораженный был обут в резиновые сапоги, так как по роду службы ему приходилось часто работать во влажных помещениях с сырым земляным полом. Для освещения места аварии он взял лампу и случайно коснулся обнаженного участка шнура. Почувствовал действие тока, но не мог разжать пальцы, захватившие шнур. Ваши действия по оказанию помощи.

Задача № 11

Вы с друзьями пошли в туристический поход в лес. Один из туристов получил травму и не может самостоятельно передвигаться. Его срочно нужно транспортировать в лечебное учреждение. У вас нет носилок. Ваши действия?

Задача № 12 Вы находитесь в лесу с друзьями. Неожиданно вы видите дым и языки пламени, которые лижут стволы и кроны деревьев. Ваши действия по сохранению личной безопасности и безопасности окружающих в подобной ситуации?

Задача №13 Во время похода в лес за грибами или ягодами вы отстали от своих товарищей и заблудились. Ваши действия по сохранению личной безопасности в подобной ситуации?

Задача №14

Вы поехали отдыхать в страну (регион) с жарким климатом, где другой часовой пояс. Вам предстоит акклиматизироваться. Ваши действия по подготовке к акклиматизации?

Задача №15

Два туриста зимой по-разному преодолели реку, покрытую льдом толщиной 6 см. Первый спустился на лыжах с крутого берега, подъехал к тому месту, где река делает поворот (там удобнее передвигаться по льду и много снега) и, отталкиваясь палками, переправился на противоположный берег. Второй турист, приблизился к замерзшей реке, снял рюкзак с одного плеча, расстегнул лыжные крепления, взял палки в одну руку и тоже переправился на другой берег. Обоснуйте, кто из туристов поступил правильно при преодолении опасного участка реки на лыжах и почему?

Задача №16

На лестничной площадке вашей квартиры пожар. Возможности эвакуироваться из квартиры нет. Ваши действия?

Задача № 17

Вы находитесь на концерте посвященном дню Концерт на большой площади. В результате неудачного запуска салюта. Произошел взрыв. Толпа в панике начала движение. Ваши действия, если Вы находитесь в центре толпы?

Задача №18

Как Вы поступите если по дороге домой произошла авария на электрической линии. И поврежденный электрический провод задел впереди идущего человека, который упал без сознания. Вы находитесь на расстоянии 10 метров.

Задача № 19

Во время работы с циркулярной пилой рабочий получил травму. У пораженного на передней поверхности средней трети предплечья глубокая зияющая рана, из которой пульсирующей струей изливается кровь. Какое кровотечение в зависимости от места истечения крови отмечается у пораженного? Какова последовательность оказания помощи?

Задача № 20

В нашей стране огромное количество рек и озер. С приближением зимы люди используют водоемы для активного отдыха (рыбалка, катание на коньках и т.п.), но лед коварен. Подумайте и перечислите действия человека, если он провалился под лед.

## **5. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся**

В целом внеаудиторная самостоятельная работа студента при изучении курса включает в себя следующие виды работ:

- проработка (изучение) материалов лекций;
- чтение и проработка рекомендованной основной и дополнительной литературы;
- подготовка к практическим (семинарским) занятиям;
- поиск и проработка материалов из Интернет-ресурсов, периодической печати;
- выполнение домашних заданий в форме творческих заданий, кейс-стади, докладов;
- подготовка презентаций для иллюстрации докладов;
- выполнение контрольной работы, если предусмотрена учебным планом дисциплины;
- подготовка к текущему и итоговому (промежуточная аттестация) контролю знаний по дисциплине (экзамен).

Основная доля самостоятельной работы студентов приходится на проработку рекомендованной литературы с целью освоения теоретического курса, подготовку к практическим (семинарским) занятиям, тематика которых полностью охватывает содержание курса. Самостоятельная работа по подготовке к семинарским занятиям предполагает умение работать с первичной информацией.

## **6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации**

### **6.1 Структура фонда оценочных средств**

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине представлен в приложении к рабочей программе дисциплины и включает в себя:

- перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы;
- описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;
- типовые контрольные задания или материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций;
- методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

### **6.2 Примерный перечень рефератов**

1. Рекомендации по выживанию в лесу.
2. Рекомендации по выживанию в открытом море.
3. Правила поведения для сохранения жизни в горах зимой.
4. Основные правила поведения при пожаре в помещении.
5. СПИД. Средства безопасности.
6. Квартира как источник опасности.
7. Основные правила безопасного поведения в ночном городе.
8. Как вести себя в салоне самолета при аварии во время полета
9. Алкоголь, его влияние на организм человека.
10. Наркотики, их вред для человека.
11. Татуировки, их опасность для человека. Определение личности человека по сюжету татуировок.
12. Эпидемии.
13. Безработица как фактор стресса.
14. Игромания.
15. Молодежные организации в современном российском обществе

16. Основные правила безопасного поведения во время поездки за рубеж.
17. Борьба со стрессовыми состояниями.
18. Проведение психологического тестирования студентов группы на предмет (по выбору докладчика в рамках изучаемых тем).

### **6.3 Перечень вопросов итогового контроля знаний**

1. Основные правила поведения при пожаре в помещении.
2. Основные правила безопасного поведения в ночном городе.
3. Как вести себя в салоне самолета при аварии во время полета.
4. Основные правила поведения при вооруженном нападении с целью захвата заложников.
5. Лицо современного терроризма (сведения об основных террористических группировках, движениях сепаратистов).
6. Основные правила безопасного поведения при похищении.
7. Поведение в условиях факторов риска и выживания.
8. Причины и последствия химических и радиационных аварий.
9. Виды и классификация ЧС
10. Чрезвычайные ситуации и их классификация.
11. Факторы риска.
12. Факторы и стрессоры выживания.
13. Виды поведения, возникающие в экстремальных ситуациях.
14. Пожар. Классификация пожаров Причины его возникновения.
15. Способы и средства тушения пожаров.
16. Автономное существование. Правила выживания в группе.
17. Автономное существование. Как построить укрытие в летний и зимний период
18. Правовые аспекты обеспечения безопасности. Состояние необходимой обороны и крайней необходимости
19. Основы безопасного поведения человека, находящегося в толпе.
20. Виды пространственных зон. Практическое применение знаний пространственных зон человека в разных странах.
21. Действия при обнаружении подозрительного предмета.
22. Меры безопасности, предпринимаемые при нападении на Вас.
23. Действия, предпринимаемые в случае пропажи взрослого человека, ребенка.
24. Терроризм. Причины возникновения. Примеры совершения террористических актов.
25. Виды и формы терроризма.
26. Мероприятия (государственные, административные) по защите населения от захвата заложника.
27. Действия заложников при освобождении.
28. Выживание в лесу (ориентирование, добыча пищи, питья и т.п.).
29. Выживание в пустыне.
30. Основы личной безопасности при нахождении в болотистой местности.
31. Синдром заложника (Стокгольмский синдром).
32. Наводнение: меры безопасности, сопутствующие опасности.
33. Молния. Шаровая молния. Основы безопасного поведения при угрозе поражения.
34. Перегревание: признаки, последствия. Действия по оказанию помощи.
35. Землетрясения. Основы безопасного поведения в различных условиях.
36. Страх. Паника. Методы оказания помощи
37. Стресс: признаки, причины. Методы борьбы со стрессом.
38. Действия при задержании правоохранительными органами.
39. Поясните юридический аспект безопасного поведения и применения самообороны.
40. Первая доврачебная помощь при клинической смерти. Виды реанимационных мероприятий.
41. Первая доврачебная помощь при пищевых отравлениях.
42. Причины отравления угарным газом. Первая доврачебная помощь.
43. Виды кровотечений и способы остановки кровотечений.
44. Спасение утопающих в зимнее и летнее время. Виды утоплений. Первая доврачебная помощь.
45. Поражения электрическим током. Виды доврачебной помощи

46. Основные причины воздействия электрического тока на человека. Профилактика воздействия тока на человека.
47. Основные правила поведения при вооруженном нападении с целью захвата заложников.
48. Основные правила безопасного поведения в ночном городе.
49. Основные правила поведения при пожаре в помещении.
50. Критические температуры. Правила поведения в условиях высоких и низких температур.
51. Виды ожогов. Первая помощь
52. Виды обморожений. Первая помощь
53. Виды транспортных аварий. Безопасные места в транспорте. Тактика поведения при аварии

## **7. Рекомендуемая литература**

### **7.1 Основная литература**

1. Денисов В.В. Безопасность жизнедеятельности. Защита населения и территорий при чрезвычайных ситуациях [Текст]: Учеб. Пособие. / В.В.Денисов, И.А.Денисова, В.В. Гутенев, О.Н. Монтвила - Москва: ИКЦ, «МарТ», Ростов н/Д: Издательский центр «МарТ», 2016. – 608 с.
2. Волович В.Г. Человек в экстремальных природных условиях. .: ИКЦ «Академкнига», 2014.
3. Баринов А.В. Чрезвычайные ситуации природного характера и защита от них. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: Издательство ВЛАДОС-ПРЕСС, 2015. – 496 с.
4. Вишняков Я.Д. Основы противодействия терроризму. Москва. Издательский центр «Академия». 2016.
5. Административный кодекс Российской Федерации.
6. Уголовный кодекс Российской Федерации.
7. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие / В.М. Маслова, И.В. Кохова, В.Г. Ляшко; Под ред. В.М. Масловой - 3 изд., перераб. и доп. - М.: Вузовский учебник: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 240 с.: 60x90 1/16. (переплет) ISBN 978-5-9558-0279-4.

### **7.2 Дополнительная литература**

1. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : Учебник для бакалавров / Под ред. докт. ист. н., проф. Е. И. Холостовой, докт. пед. н., проф. О. Г. Прохоровой. - М. : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2013. - 456 с. - ISBN 978-5-394-02026-1.
2. Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : Учебник для бакалавров / Под ред. проф. Э. А. Арустамова. — 19-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2015. — 448 с. - ISBN 978-5-394-02494-8
3. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов / С.В. Белов, В.А. Девисилов, А.В. Ильницкая, и др.; Под общей редакцией С.В. Белова.— 8-е издание, стереотипное — М.: Высшая школа, 2009. — 616 с.
4. Девисилов В.А. Охрана труда: учебник / В.А. Девисилов. – 4-е изд., перераб. и доп. – М.: ФОРУМ, 2009. -496 с.: ил. – (Профессиональное образование).
5. Свиридова Н. В. Безопасность жизнедеятельности: конспект лекций в терминах и определениях [Электронный ресурс] : Учеб. пособие / Н. В. Свиридова. - 2-е изд., испр. и доп. – Красноярск : Сиб. федер. ун-т, 2011. - 180 с. - ISBN 978-5-7638-2197-0.
6. Основы психологической безопасности: Учебное пособие/Ефимова Н. С. - М.: ИД ФОРУМ, НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 192 с.: 60x90 1/16. - (Высшее образование) (Переплёт 7БЦ) ISBN 978-5-8199-0415-2.
7. Психофизиология: Учебное пособие/С.Г.Кривошеков, Р.И.Айзман - М.: НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 249 с.: 60x90 1/16. - (Высшее образование) (Переплёт) ISBN 978-5-16-009649-0.
8. Региональная и национальная безопасность: Учебное пособие / А.Б. Логунов. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Вузовский учебник: НИЦ ИНФРА-М, 2014. - 457 с.: 60x90 1/16. (переплет) ISBN 978-5-9558- 0310-4.

9. Сухов, А. Н. Основы психосоциальной работы с населением [Электронный ресурс] : учеб. пособие / А. Н. Сухов. - М.: ФЛИНТА, 2013. - 638 с. - ISBN 978-5-9765-1654-0.
10. Кузнецов, И. Н. Бизнес-безопасность [Электронный ресурс] / И. Н. Кузнецов. - 3-е изд. - М.: Дашков и К, 2013. - 416 с. - ISBN 978-5- 394-01438-3.

#### **8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

1. Библиотека Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – Режим доступа: <http://window.edu.ru/window/library>. – Загл. с экрана.
2. Российское образование. Федеральный портал [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – Режим доступа: <http://www.edu.ru>.
3. Федеральная ЭБС «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» – URL: <http://window.edu.ru>.
4. Фонд содействия информатизации образования [Электронный ресурс]. – Электрон.дан. – Режим доступа: <http://www.centrfio.ru>.
5. Электронная библиотека. Интернет-проект «Высшее образование». [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. – Режим доступа: [http://www.gaudeamus.omskcity.com/PDF\\_library\\_economic\\_finance.html](http://www.gaudeamus.omskcity.com/PDF_library_economic_finance.html). – Загл. с экрана.
6. Электронные каталоги АИБС MAPKSQL: «Книги», «Статьи», «Диссертации», «Учебно-методическая литература», «Авторефераты», «Депозитарный фонд». – URL: [http://www.vzfei.ru/rus/library/elect\\_lib.htm](http://www.vzfei.ru/rus/library/elect_lib.htm). – Загл. с экрана.
7. Электронно-библиотечная система «eLibrary»: [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.elibrary.ru>
8. Электронно-библиотечная система «Буквоед»: [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://91.189.237.198:8778/poisk2.aspx>
9. Электронная библиотека диссертаций РГБ: [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.diss.rsl.ru>

#### **9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)**

В рамках освоения учебной дисциплины «Основы выживания» предусмотрены следующие виды учебных занятий:

- лекционного типа;
- лабораторного типа;
- групповых консультаций;
- индивидуальных консультаций;
- самостоятельной работы,

а также прохождение аттестационных испытаний промежуточной аттестации.

В ходе лекций студентам следует подготовить конспекты лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины; проверять термины, понятия с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь; обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. Уделить внимание понятиям, которые обозначены обязательными для каждой темы дисциплины.

Учебные занятия практического типа включают в себя следующие этапы: изучение теоретической части работы; выполнение необходимых расчетов.

#### **10. Курсовой проект (работа)**

Выполнение курсового проекта (работы) учебным планом изучения дисциплины не предусмотрено.

## **11 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационно-справочных систем**

### **11.1 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса**

- электронные образовательные ресурсы, представленные в п. 8 данной рабочей программы;
- интерактивное общение с обучающимися и консультирование посредством электронной почты;
- работа с обучающимися в ЭИОС ФГБОУ ВО «КамчатГТУ».

### **11.2 Перечень программного обеспечения, используемого при осуществлении образовательного процесса**

При освоении дисциплины используется лицензионное программное обеспечение:

- операционные системы Astra Linux (или иная операционная система, включенная в реестр отечественного программного обеспечения);
- комплект офисных программ Р-7 Офис (в составе текстового процессора, программы работы с электронными таблицами, программные средства редактирования и демонстрации презентаций);
- программа проверки текстов на предмет заимствования «Антиплагиат».

### **11.3 Перечень информационно-справочных систем**

- справочно-правовая система Гарант <http://www.garant.ru/online>

## **11. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

В процессе освоения курса для проведения занятий лекционного типа, практических (семинарских) и/или лабораторных занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, самостоятельной работы используется следующее материально-техническое обеспечение:

- учебная аудитория № 6-412 с комплектом учебной мебели на 42 посадочных места;
- аудитория для самостоятельной работы студентов № 6-511 с четырьмя рабочими станциями и четырьмя местами подключения компьютеров;
- доска аудиторная;
- мультимедийное оборудование (ноутбук, проектор);
- демонстрационный материал (презентации, набор плакатов по дисциплине);
- электронные версии учебников по курсу;
- натурные образцы и макеты технических устройств;
- раздаточный материал (комплекты тестовых заданий для проведения рубежного контроля).

Для самостоятельной работы обучающихся используется кабинет 6-511; кабинет оборудован комплектом учебной мебели, четырьмя рабочими станциями с доступом в информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет» и в электронно-образовательную среду организации, принтером и сканером.

## Дополнения и изменения в рабочей программе

Дополнения и изменения в рабочей программе за \_\_\_\_/\_\_\_\_ учебный год

В рабочую программу по дисциплине «Основы выживания» для направления подготовки 20.03.01 «Техносферная безопасность» вносятся следующие дополнения и изменения:

Дополнения и изменения внес \_\_\_\_\_  
(должность, Ф.И.О., подпись)

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры \_\_\_\_\_  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_  
(подпись) (Ф.И.О.)