

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
Московский государственный институт культуры

**УТВЕРЖДЕНО:**  
**Председатель УМС**  
**Факультета МАИС**  
**Кот Ю.В.**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**  
**БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Направление подготовки** *54.03.01. ДИЗАЙН*

**Профиль подготовки** *ДИЗАЙН СРЕДЫ*

**Квалификация выпускника** *бакалавр*

**Форма обучения** *очная*

## Раздел 1. Перечень компетенций

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

УК-11 - Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности

## Раздел 2. Типовые и оригинальные контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки планируемых результатов обучения по дисциплине (оценочные средства). Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания.

Текущий контроль выполнения заданий (контроль формирования компетенций УК-8, УК-11 осуществляется регулярно, начиная с первой недели семестра. Текущий контроль освоения отдельных разделов дисциплины осуществляется при помощи опросов и тестовых заданий в завершении изучения каждого раздела на семинарских занятиях. Система текущего контроля успеваемости служит не только оценке уровня компетентностной подготовки обучающегося и способствует в дальнейшем наиболее качественному и объективному оцениванию его в ходе промежуточной аттестации, но и самооценке обучающегося, стимулируя его усилия.

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета.

### **2.1. Система оценивания текущего контроля**

**Вопросы для подготовки к семинарским занятиям:**

#### **1. Современный комплекс проблем безопасности**

- Международный терроризм как глобальная угроза
- Влияние процесса глобализации на уровень международной безопасности
- Существо глобальных проблем новой эпохи и пути их разрешения.

#### **2. Обеспечение национальной безопасности РФ**

- Изучить и проанализировать федеральное законодательство, нормативно-правовые акты по проблемам и направлениям национальной безопасности.
- Внутренние и внешние угрозы национальной безопасности РФ

#### **3. Техногенная и пожарная безопасность**

- Сравнить на основе данных периодической печати и Интернета характер работ по ликвидации последствий радиационных аварий в Чернобыле и на Фукусиме-1
- Проанализировать особенности типичных нарушений правил пожарной безопасности в театрах и клубах.
- Разобрать экономические и социальные причины техногенных катастроф на нескольких примерах за последние 5 лет.

#### **4. Социально-культурная и информационная безопасность**

- Проанализировать типичные ошибки организаторов культурно-массовых мероприятий, приведшие к человеческим жертвам.
- Разобрать деятельность деструктивной молодежной субкультуры с точки зрения угрозы безопасности участников.
- Изучить содержание рекламных роликов на предмет внедрения информационных мифов в массовое сознание населения

#### **5. Обеспечение безопасности и защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях**

- изучить литературу по правилам поведения и действиям населения при стихийных бедствиях, авариях и катастрофах;

- найти данные об уровне эпидемических угроз по туберкулезу
- изучить устройство приборов, используемых для оценки химической и радиационной обстановки

**6. Медицина катастроф. Первая медицинская помощь в ЧС.**

- на основе статистических данных РУВД и районных травматических пунктов провести анализ состояния детского травматизма в районе;
- Оказание доврачебной медицинской помощи при травмах, ранениях, кровотечениях, ожогах, отравлениях, синдроме длительного сдавливания, травматическом шоке и других неотложных состояниях.
- Реанимационные мероприятия. Особенности оказания первой медицинской помощи детям.

**7. Безопасность и защита культурных ценностей в мирное и военное время.**

- Культурные ценности, понятие, признаки и классификация.
- Защита и спасение культурных ценностей в чрезвычайных ситуациях.

**ПРИМЕРНЫЙ ТЕСТ К ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

№	компетенции	вопрос	ответ
1	<b>УК-8</b> <b>Безопасность жизнедеятельности.</b> Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, в том числе при угрозе и возникновении и чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	1. Негативные воздействия на людей средств и предметов труда, материалов, машин, зданий, сооружений называется ... риском:  2. «Любая деятельность потенциально опасна» – это ... науки о безопасности жизнедеятельности:  3. Свойство человека и компонентов окружающей среды причинять ущерб живой и неживой материи – это?  4. Компоненты биосферы и техносферы, излучающие опасность, называются ... опасности:  5. Виды чрезвычайных ситуаций:	а) техногенным; б) экологическим; в) индивидуальным; г) социальным; д) национальным.  а) принцип; б) предмет; в) аксиома; г) объект; д) цель.  а) риск; б) происшествие; в) опасность; г) очаг; д) гомосфера  а) очагом; б) полем; в) потоком; г) источником; д) зоной.  а) локальные, региональные; б) местные; в) территориальные; г) уличные; д) районные.

		<p>6. При чрезвычайных ситуациях локального характера поражающие факторы и воздействие источника ЧС не выходят за пределы:</p>	<p>а) территории объекта;  б) населенного пункта, города (района);  в) субъекта Российской Федерации (республики, края, области, автономного образования);  г) двух субъектов Российской Федерации;  д) более двух субъектов Российской Федерации.</p>
		<p>7. Совокупное здоровье людей, проживающих на данной территории или государства в целом:</p>	<p>а) общественное здоровье;  б) индивидуальное здоровье;  в) личное здоровье;  г) психическое здоровье;  д) физическое здоровье.</p>
		<p>8. Способ жизнедеятельности, направленный на формирование, сохранение и укрепление здоровья, – это:</p>	<p>а) здоровый образ жизни;  б) закаливание;  в) гиподинамия;  г) режим дня и отдыха;  д) физическая культура.</p>
		<p>9. Гигиенические нормы и правила, направленные на создание благоприятных условий труда, закреплены:</p>	<p>а) Конституцией РФ;  б) Трудовым кодексом РФ;  в) СНИП;  г) СанПиН;  д) Административны</p>

			м кодексом РФ.
		10. Механическая антисептика включает:	<p>а) очищение раны от грязи и промывание проточной водой;</p> <p>б) промывание спиртом;</p> <p>в) обработка раны ультрафиолетом;</p> <p>г) обработка раны раствором йода;</p> <p>д) введение в рану резиновых и марлевых дренажей.</p>
		11. Симптомы артериального кровотечения:	<p>а) кровь ярко-алого цвета и пульсирующий ток крови;</p> <p>б) кровь вишневого цвета;</p> <p>в) кровь розового цвета;</p> <p>г) ток крови не пульсирует;</p> <p>д) кровь вытекает в виде капель, как из губки.</p>
		12. Симптомы венозного кровотечения:	<p>а) кровь ярко-алого цвета;</p> <p>б) кровь вишневого цвета и ток крови не пульсирует;</p> <p>в) пульсирующий ток крови;</p> <p>г) кровь розового цвета;</p> <p>д) кровь вытекает в виде капель, как из губки.</p>
		13. Симптомы артериального кровотечения:	<p>а) пульс ниже места кровотечения прощупывается;</p>

		<p>14. Симптомы венозного кровотечения:</p> <p>15. Признаки капиллярного кровотечения:</p> <p>16. К стихийным бедствиям относятся:</p>	<p>б) пульс ниже места кровотечения не прощупывается или ослаблен, образующаяся подкожная гематома пульсирует;</p> <p>в) кровь розового цвета;</p> <p>г) образующаяся подкожная гематома не пульсирует;</p> <p>д) кровь вытекает как из губки.</p> <p>а) пульс ниже места кровотечения прощупывается, кровь вытекает, как из губки;</p> <p>б) пульс ниже места кровотечения не прощупывается или ослаблен;</p> <p>в) образующаяся подкожная гематома пульсирует;</p> <p>г) образующаяся подкожная гематома не пульсирует;</p> <p>д) кровь розового цвета.</p> <p>а) возникает при повреждении поверхностных слоев кожи, кровь вытекает в виде капель, как из губки;</p> <p>б) кровь вишневого цвета;</p> <p>в) пульсирующий ток крови;</p> <p>г) ток крови не пульсирует;</p> <p>д) кровь розового цвета.</p> <p>а) взрыв на предприятии;</p>
--	--	--	---

			<p>б) террористический акт;  в) радиационная авария;  г) химическая авария;  д) ураганы, бури и смерчи, снежные заносы и снежные лавины, эпидемии.</p>
		<p>17. Подземные колебания и толчки в результате сейсмических волн и подвижек определенных участков земной коры – это?</p>	<p>а) землетрясение;  б) вулкан;  в) оползень;  г) карст;  д) цунами.</p>
		<p>18. Извержение лавы, пепла, горячих газов и обломков горных пород- это?:</p>	<p>а) оползень;  б) вулкан;  в) землетрясение;  г) сель;  д) лавина.</p>
		<p>19. Наиболее безопасными местами в многоэтажном доме во время землетрясения являются:</p>	<p>а) угол между капитальными стенами, дверной проем;  б) лестничная площадка;  в) лифт;  г) около окна;  д) чердак.</p>
		<p>20. Наиболее опасными местами в многоэтажном доме во время землетрясения являются:</p>	<p>а) угол комнаты;  б) пространство под столом;  в) лестничная площадка, лифт;  г) чердак;  д) дверные проемы.</p>
			<p>а) запах гари и дыма;</p>

		<p>21. Признаки близкого землетрясения:</p> <p>22. Техногенное происшествие, связанное с повреждением и выходом из строя механизмов и других технических устройств, зданий, сооружений и т. д., приводящее к материальному ущербу, угрозе здоровью и жизни людей, а также окружающей природной среде, называется:</p> <p>23. Аварии на химически опасных объектах относятся к каким чрезвычайным ситуациям?</p> <p>24. Территория, в пределах которой в результате применения биологического оружия произошли массовые поражения людей, сельскохозяйственных животных, растений – это:</p>	<p>б) пожар; в) беспокойство птиц и домашних животных, запах газа в районе, где раньше этого не замечалось; г) туман; д) приближающийся ураган.</p> <p>а) катастрофой; б) взрывом; в) эпизоотией; г) аварией; д) пожаром.</p> <p>а) природным; б) техногенным; в) социальным; г) глобальным; д) информационным.</p> <p>а) очаг биологического поражения; б) зона биологического заражения; в) очаг биологического заражения; г) регион биологического поражения; д) местность биологического поражения.</p> <p>а) ударная волна; б) световое</p>
--	--	--	--



		25. Поражающими факторами ядерного взрыва не являются:	излучение с тепловым воздействием; в) проникающая радиация; г) радиоактивное заражение местности; д) аварийно химически опасные вещества.
2	<b>УК- 11</b> Способен формировать нетерпимое отношение к проявлениям экстремизма, терроризма, коррупционному поведению и противодействовать им в профессиональной деятельности	1. Что такое коррупция?	а) Необходимое условие для существования российского общества; б) Удобный формат решения вопросов; в) Окисление железа под действием кислорода воздуха, влаги и углекислого газа, сопровождающееся образованием на поверхности металла слоя ржавчины, состоящей главным образом из водной окиси железа; г) Злоупотребление служебным положением, дача взятки, получение взятки, злоупотребление полномочиями, коммерческий подкуп либо иное незаконное использование физическим лицом своего должностного положения вопреки законным интересам общества и государства в целях получения выгоды в виде денег, ценностей, иного имущества или услуг имущественного характера, иных

			<p>имущественных прав для себя или для третьих лиц либо незаконное предоставление такой выгоды указанному лицу другими физическими лицами;</p> <p>д) свой вариант.</p>
		<p>2. В сфере противодействия коррупции утрата доверия подразумевает:</p>	<p>а) утрату доверия государственного гражданского служащего по отношению к представителю нанимателя;</p> <p>б) утрату доверия представителя нанимателя по отношению к государственному гражданскому служащему;</p> <p>в) утрату доверия комиссии по соблюдению требований к служебному поведению и урегулированию интересов по отношению к руководителю государственного органа;</p> <p>г) утрату доверия комиссии по соблюдению требований к служебному поведению и урегулированию интересов по отношению к государственному гражданскому служащему;</p> <p>д) удобный формат</p>

			<p>решения вопросов.</p> <p>а) не позднее 1 мая года, следующего за отчетным;  б) не позднее 30 апреля года, следующего за отчетным;  в) 1 января;  г) 30 января;  д) можно весь год</p> <p>а) заниматься предпринимательской деятельностью лично или через доверенных лиц  б) заниматься предпринимательской деятельностью лично;  в) нет запретов;  г) нельзя посещать массовые мероприятия;  д) свой вариант</p> <p>а) до 25 тысяч рублей  б) от 25 до 150 тысяч рублей  в) от 150 тысяч рублей до 1 миллион рублей  г) превышающие 1 миллион рублей;  д) все вышеперечисленные</p> <p>а) злоупотребление служебным положением  б) дача взятки, получение взятки, посредничество во взяточничестве</p>
		<p>3. В какое время государственный гражданским служащим нужно предоставить сведения о доходах, имуществе и обязательствах имущественного характера?</p> <p>4. Что запрещается гражданскому служащему в связи с прохождением гражданской службы?</p> <p>5. Какая сумма денег признается крупным размером взятки (а также стоимость ценных бумаг, иного имущества или выгод имущественного характера):</p> <p>6. Какие из данных правонарушений являются коррупционными:</p>	

			<p>в) злоупотребление полномочиями</p> <p>г) коммерческий подкуп</p> <p>д) все выше указанные.</p>
		<p>7. Какое из данных утверждений является правильным?</p>	<p>а) Противодействие коррупции в РФ осуществляют федеральные органы государственной власти, органы государственной власти субъектов Российской Федерации, органы местного самоуправления, институты гражданского общества, организации и физические лица</p> <p>б) Противодействие коррупции в РФ осуществляют федеральные органы государственной власти, органы государственной власти субъектов Российской Федерации, органы местного самоуправления, институты гражданского общества, организации и физические лица в пределах своих полномочий</p> <p>в) Противодействие коррупции в РФ осуществляют аудиторские организации, в пределах полномочий,</p>

			<p>предоставленных им внутренними регламентами аудиторских объединений</p> <p>г) никакое;</p> <p>д) все верны</p>
		8. Кто утвердил Национальный план противодействия коррупции?	<p>а) Федеральным законом</p> <p>б) Указом Президента РФ+</p> <p>в) Постановлением Правительства РФ</p> <p>г) Сводом правил на предприятии;</p> <p>д) Трудовым кодексом.</p>
		9. Какая форма предусмотрена для уведомления госслужащим о возникшем конфликте интересов или о возможности его возникновения?	<p>а) в письменной форме</p> <p>б) в устной форме</p> <p>в) все;</p> <p>г) никакая</p> <p>д) не имеет значения.</p>
		10.Выражение экстремистской идеологии, крайне агрессивной позиции человека, группы людей, которые отстаивают своё мнение противоправными, преступными асоциальными действиями это -	<p>а) экстремизм</p> <p>б) наркотизм</p> <p>в) преступность</p>
		11.Комплекс действий по предупреждению, пресечению и раскрытию преступлений экстремистского характера, осуществляемый органами государственного управления и общественными объединениями в соответствии с национальным законодательством это -	<p>а) защита от экстремизма</p> <p>б) противодействие экстремизму</p> <p>в) угроза экстремизму</p>
		12.Какую ответственность предусматривают Законы РФ за экстремистскую деятельность?	<p>а) уголовную</p> <p>б) финансовую</p> <p>в) материальную</p> <p>г) административную</p>
		13. Какие направления экстремистской деятельности выделяет Закон?	<p>а) физическое насилие</p> <p>б) пропаганда</p>

			<p>экстремистский идей</p> <p>в) скрытность противоправной деятельности</p> <p>г) финансирование экстремизма</p>
		<p>14. В каком Законе РФ подчеркивается антисоциальный характер экстремистской деятельности?</p>	<p>а) Конституция Российской Федерации</p> <p>б) ФЗ "О противодействии экстремистской деятельности"</p> <p>в) ФЗ "О противодействии терроризму"</p>
		<p>15. Вставьте пропущенное определение: ... - это распространение идеи ненависти к людям другой национальности, социальной, расовой, языковой или религиозной принадлежности</p>	<p>а) пропаганда экстремизма</p> <p>б) пропаганда наркотиков</p> <p>г) свой вариант</p>
		<p>16. Установите правильное определение</p> <p>Экстремистская группа</p> <p>Экстремистская организация</p> <p>Экстремистская акция</p>	<p>а) заранее спланированные и организованные людьми действия выраженного агрессивного характера с применением крайних методов достижения экстремистских целей</p> <p>б) неформальная группа лиц, придерживающихся идеологии насилия, крайних мер и методов деятельности, с причинением морального и материального ущерба личности, обществу и государству, с применением или</p>

			<p>угрозой применения оружия, физической силы, химических и взрывчатых веществ  в) устойчивая группа лиц,  поддерживающая определенную структуру и субординация в группе как во время подготовки, так и в процессе осуществления экстремистской акции</p>
		<p>17. Основные направления противодействия экстремистской деятельности- это...</p>	<p>а) поощрение  б) профилактика  г) замалчивание  д) пресечение  е) выявление</p>
		<p>18.Террористическая деятельность включает в себя:</p>	<p>а) планирование, финансирование, подготовку и организацию террористического акта  б) нормативно-правовую основу защиты личности, общества, государства  в) подстрекательство к террору, вербовку, обучение террористов, организацию незаконного вооруженного формирования  г) пропаганду идей терроризма: распространение печатных, видеоматериалов, призывающих к</p>

		<p>19. Установите главную цель терроризма по характеру деятельности:</p>	<p>террору д) состояние защищенности здания, строения, сооружения, иного объекта, места массового пребывания людей</p> <p>а) ненависть, крайняя нетерпимость к другим религиям б) использование в политических целях технических способов дезорганизации работы АИС общественного управления и связи в) завоевание политической власти, свержение существующей государственной власти г) действия уголовно наказуемыми методами: убийства, грабежи, диверсии, контрабанда. д) провокация межнациональных конфликтов для нарушения общественной безопасности, провозглашения преимуществ одной нации над другими</p>
		<p>20. Какой закон устанавливает основные принципы противодействия терроризму, правовые и организационные основы профилактики терроризма и борьбы с ним, минимизации и (или) ликвидации последствий проявлений терроризма, а также правовые и организационные основы применения Вооруженных Сил</p>	<p>а) ФЗ «О противодействии терроризму» б) ФЗ «Антитеррористический закон РФ» в) ФЗ «О безопасности»</p>



		Российской Федерации в борьбе с терроризмом?	
--	--	--	--

### КЛЮЧИ К ТЕСТУ

УК-8	УК-11
1. г	1. г
2. в	2. б
3. в	3. б
4. г	4. а
5. а	5. в
6. а	6. д
7. а	7. б
8. а	8. б
9. а	9. а
10. а	10. а
11. а	11. б
12. б	12. а;г
13. б	13. а;б;г
14. а	14. б
15. а	15. а
16. д	16. 1-б
17. а	2-в
18. б	3-а
19. а	17. б;г;д
20. в	18. а;в;г;д
21. в	19. в
22. а	20. а
23. б	
24. а	
25. д	

### *Перечень заданий для контрольных работ*

1. Принципы и методы обеспечения безопасности. Прогнозирование опасностей, анализ и оценка риска.
2. Факторы опасности и их классификация. Характер воздействия на жизнедеятельность человека.
3. Радиационное воздействие на организм человека и защита от него.
4. Проблемы противопожарной безопасности и ее организация в учреждениях культуры.
5. Государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) и ее предназначение.
6. Права и обязанности граждан Российской Федерации в области защиты от ЧС. Социальная защита граждан, пострадавших в ЧС.
7. Экстремальные ситуации в природных условиях и их причины.
8. Действия населения в ЧС техногенного характера.

9. Правовые нормативные акты (законодательство) Российской Федерации в области обеспечения безопасности жизнедеятельности (защита окружающей среды, защита населения и территорий от ЧС, радиационная и пожарная безопасности и т.д.).
10. Роль специалиста в обеспечении безопасности в учреждении культуры.
11. Причины техногенных аварий и катастроф.
12. Защита культурных ценностей в мирное время.
13. Безопасность культурно-массовых мероприятий.
14. Типы деструктивных субкультур.
15. Источники информационных мифов.
16. Опасные формы досуга.
17. Профилактика эпидемий.

## **2.2. Оценочные средства (материалы) для промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине "Безопасность жизнедеятельности" очной и заочной форм обучения.**

Промежуточной аттестация по дисциплине "Безопасность жизнедеятельности" проводится в форме тестирования. Оценивание результата проводится следующим образом:

№ пп	Оценка	Шкала
1	Зачтено	Выставляется при соответствии параметрам экзаменационной шкалы на уровнях «отлично», «хорошо», «удовлетворительно».
2	Незачтено	Выставляется при соответствии параметрам экзаменационной шкалы на уровне «неудовлетворительно». Выставляется обучающемуся, если он не знает на базовом уровне теоретический и практический материал, допускает грубые ошибки при его изложении на занятиях и в ходе промежуточной аттестации. Обучающийся испытывает серьёзные затруднения в применении теоретических положений при решении практических задач профессиональной направленности стандартного уровня сложности, не владеет необходимыми для этого навыками и приёмами. Демонстрирует фрагментарные знания учебной литературы по дисциплине. Оценка по дисциплине выставляется обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации. Компетенции на уровне «достаточный», закреплённые за дисциплиной, не сформированы.

Зачёт проводится по выбору преподавателя в устной или письменной форме, либо в смешанной двухэтапной форме (1 этап – тестирование, второй – устный ответ по вопросам).

### **Тестовые вопросы для промежуточной аттестации по дисциплине "Безопасность жизнедеятельности"**

1. Понятие о безопасности. Глобальная безопасность.
2. Концепция национальной безопасности РФ.
3. Виды безопасности. Источники угроз в профессиональной деятельности специалиста социально-культурной сферы.

4. Виды облучения и их воздействие на организм человека и защита от них. Нормы радиационной безопасности. Радиационные аварии на АЭС Чернобыль и Фукусима.
5. Противопожарная безопасность. Защита учреждений культуры от пожаров. Статистика пожаров в учреждениях культуры в РФ.
6. Техногенная безопасность. Причины техногенных аварий и катастроф. Авария на Саяно-Шушенской ГЭС. Аварии на водном транспорте.
7. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Основные причины и источники опасности, вызываемые природными явлениями и стихийными бедствиями.
8. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Предназначение, задачи, структура, режимы функционирования.
9. Ядерное оружие. Характеристика поражающих факторов и способы защиты.
10. Химическое оружие. Классификация отравляющих веществ. Способы защиты от химического оружия.
11. Бактериологическое (биологическое) оружие. Характеристика основных видов опасных бактериальных средств. Способы защиты.
12. Средства коллективной и индивидуальной защиты: их назначение, классификация и порядок использования.
13. Организация и проведение аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций. Объем проводимых работ и их содержание.
14. Причины демографического кризиса в России и его последствия.
15. Социально-культурная безопасность.
16. Безопасность культурно-массовых мероприятий.
17. Антитерроризм.
18. Деструктивные субкультуры и роль специалиста социально-культурной сферы в защите молодежи от них.
19. Информационные войны как образец манипулирования сознанием населения.
20. Защита населения от коммерческих информационных мифов.
21. Социально опасные инфекционные заболевания.
22. Оказание первой медицинской помощи при ЧС и внезапных заболеваниях.
23. Защита культурных ценностей в мирное и военное время.

#### **Критерии оценки тестирования:**

Время, отведённое на тестирование – 60 минут.

Количество верных ответов обучающегося	Результат	
Более 80%	Отлично	Зачтено
60-79%	Хорошо	
33-59%	Удовлетворительно	
Менее 33 %	Неудовлетворительно	Не зачтено

Округление производится в пользу обучающегося.

Составитель:

КПН, доцент, зав.кафедрой ФК и БЖД Каравацкая Н.А.