

Парабельский филиал  
Областного государственного бюджетного  
профессионального образовательного учреждения  
«Томский политехнический техникум»  
(ПФ ОГБПОУ «ТПТ»)

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебной дисциплины ОУДБ.06 «Основы безопасности жизнедеятельности»

для специальности

13.02.11 Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и  
электромеханического оборудования (по отраслям)

2022г.

Рабочая программа учебной дисциплины **ОУДБ.06 «Основы безопасности жизнедеятельности»** разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 13.02.11

*Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям)*

- Примерной основной образовательной программы, разработанной Департаментом образования города Москвы Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Колледж железнодорожного и городского транспорта» (ГБПОУ КЖГТ), 2018г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий УЧ

Н.М. Дубровина «08» 09 2022г.

Разработчик: Т.В. Ершова Т.В. Ершова, преподаватель

РАССМОТРЕНО

на заседании методической комиссии (МК)

Председатель МК

Н.Ю. Мариненко (Н.Ю. Мариненко)

Протокол № 7 от «08» 09 2022г.

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	4
Структура и содержание учебной дисциплины	7
Условия реализации рабочей программы учебной дисциплины	19
Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	24

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **ОУДБ.06 «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

### **1.1 Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена (далее ППССЗ) в соответствии с ФГОС по специальностям СПО:

*13.02.11 Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям)*

### **1.2 Место дисциплины в структуре программы подготовки**

**специалистов среднего звена:**

Учебная дисциплина ОУДБ.06 «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» относится к общеобразовательному циклу основной профессиональной образовательной программы.

### **1.3 Результаты освоения учебной дисциплины**

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих результатов:

#### **личностных:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

#### **метапредметных:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

**предметных:**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

#### **1.4 Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

Содержание программы «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих целей:

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

В рабочую программу включено содержание, направленное на формирование у студентов общих компетенций, необходимых для качественного освоения ОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования при подготовке специалистов среднего звена (ППССЗ).

В результате изучения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обучающийся должен знать/понимать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и назначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.

В результате изучения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обучающийся должен уметь:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: ведения здорового образа жизни; оказания первой медицинской помощи; развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы; вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы	<b>70</b>
Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем	<b>70</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	48
лабораторные работы (не предусмотрено)	-
практические занятия	20
самостоятельная работа (не предусмотрено)	
курсовая работа (проект) (не предусмотрено)	
консультации	2
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Объем часов
1	2	3
Введение	<b>Содержание учебного материала</b>	2
	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО.	
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>		<b>26</b>
<b>Тема 1.1</b> Здоровье и здоровый образ жизни	<b>Содержание учебного материала</b>	2
	Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	
<b>Тема 1.2</b> Факторы, способствующие укреплению здоровья	<b>Содержание учебного материала</b>	2
	Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.	
	<b>Практическое занятие</b> Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	
<b>Тема 1.3</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	



Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.	2
<b>Тема 1.4</b> Вредные привычки	<b>Содержание учебного материала</b> Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	2
<b>Тема 1.5</b> Правила и безопасность дорожного движения	<b>Содержание учебного материала</b> Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	2
	<b>Практическое занятие</b> Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	2
<b>Тема 1.6</b> Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества	<b>Содержание учебного материала</b> Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.	2
<b>Тема 1.7</b> Правовые основы взаимоотношения полов	<b>Содержание учебного материала</b> Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	2

<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>		<b>31</b>
<b>Тема 2.1</b> Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>
	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	
<b>Тема 2.2</b> Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>
	Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).	
	<b>Практическое занятие</b> Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.	<b>2</b>
<b>Тема 2.3</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>
	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	
<b>Тема 2.4</b> Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>
	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	
<b>Тема 2.5</b> Современные средства поражения и	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>
	Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.	

их поражающие факторы	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.	
	<b>Практическое занятие</b>	<b>4</b>
	Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций. Изучение первичных средств пожаротушения.	
<b>Тема 2.6</b> Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>
	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.	
	<b>Практическое занятие</b> Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	<b>2</b>
<b>Тема 2.7</b> Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>
	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.	
<b>Тема 2.8</b> Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>
	Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.	
<b>Тема 2.9</b> Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>
	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.	

качестве заложника		
<b>Тема 2.10</b> Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	<b>Содержание учебного материала</b> Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.	<b>2</b>
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>		<b>16</b>
<b>Тема 3.1</b> История создания Вооруженных Сил России	<b>Содержание учебного материала</b> История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.	<b>2</b>
<b>Тема 3.2</b> Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации	<b>Содержание учебного материала</b> Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура.	<b>1</b>

	<p>Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.</p> <p>Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны, МЧС Росси.</p> <p>Их состав и предназначение.</p>	
<p><b>Тема 3.3</b></p> <p>Воинская обязанность</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Воинская обязанность.</p> <p>Основные понятия о воинской обязанности.</p> <p>Воинский учет.</p> <p>Организация воинского учета и его предназначение.</p> <p>Первоначальная постановка граждан на воинский учет.</p> <p>Обязанности граждан по воинскому учету.</p> <p>Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.</p>	1
<p><b>Тема 3.4</b></p> <p>Обязательная подготовка граждан к военной службе</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Обязательная подготовка граждан к военной службе.</p> <p>Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе.</p> <p>Добровольная подготовка граждан к военной службе.</p> <p>Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.</p>	1
<p><b>Тема 3.5</b></p> <p>Призыв на военную службу</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Призыв на военную службу.</p> <p>Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.</p> <p>Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.</p>	1
<p><b>Тема 3.6</b></p> <p>Прохождение военной службы по контракту</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Прохождение военной службы по контракту.</p> <p>Основные условия прохождения военной службы по контракту.</p> <p>Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту.</p> <p>Сроки военной службы по контракту.</p> <p>Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.</p>	1
<p><b>Тема 3.7</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p>	

Альтернативная гражданская служба	Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.	1
<b>Тема 3.8</b> Качества личности военнослужащего как защитника Отечества	<b>Содержание учебного материала</b> Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.	2
<b>Тема 3.9</b> Воинская дисциплина и ответственность	<b>Содержание учебного материала</b> Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.	2
	<b>Практическое занятие</b> Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.	2
<b>Тема 3.10</b> Как стать офицером Российской армии	<b>Содержание учебного материала</b> Как стать офицером Российской армии. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.	1
<b>Тема 3.11</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	

Боевые традиции Вооруженных Сил России	Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества. Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России — дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.	1
Тема 3.12 Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	<b>Содержание учебного материала</b>	1
	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в за-пас или отставку. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	
	<b>Практическое занятие</b>	
	Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.	2
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>		<b>32</b>
Тема 4.1 Понятие первой помощи	<b>Содержание учебного материала</b>	2
	Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».	
Тема 4.2 Понятие травм и их виды	<b>Содержание учебного материала</b>	
	Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа.	

	Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.	2
<b>Тема 4.3</b> Первая помощь при синдроме длительного сдавливания	<b>Содержание учебного материала</b> Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.	2
<b>Тема 4.4.</b> Понятие и виды кровотечений	<b>Содержание учебного материала</b> Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.	2
	<b>Практическое занятие</b> Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	2
<b>Тема 4.5</b> Первая помощь при ожогах	<b>Содержание учебного материала</b> Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.	2
<b>Тема 4.6</b> Первая помощь при воздействии низких температур	<b>Содержание учебного материала</b> Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.	1



<b>Тема 4.7</b> Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>
	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.	
<b>Тема 4.8</b> Первая помощь при отравлениях	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>
	Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.	
<b>Тема 4.9</b> Первая помощь при отсутствии сознания	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>
	Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.	
	<b>Практическое занятие</b>	
	Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.	<b>2</b>
<b>Тема 4.10</b> Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>
	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.	
<b>Тема 4.11</b> Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>
	Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.	
<b>Тема 4.12</b> Основы ухода за	<b>Содержание учебного материала</b>	
	Основы ухода за младенцем.	

младенцем	Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.	2
	Консультации	2
	Всего	70

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся 30 шт., рабочее место преподавателя 1 шт.,
- комплект презентаций и методических указаний по выполнению практических работ 30 шт., доска под мел (магнитная) 1 шт., плакаты 10 шт.
- набор защитных средств при ЧС: набор противогазов средств индивидуальной защиты 10 шт., бинтов 5 шт,
- аптечка индивидуального пользования 1 шт.;
- медицинская сумка 1 шт.;
- прибор, измеряющий сопротивление изоляции - мегаомметр М 41001-5 1 шт.;
- приборы контроля окружающей среды для ЧС и военного времени: контроль отравляющих веществ ВПХР 1 шт.;
- прибор контроля освещения - люксметр, контроль радиации - комплект ДП-24-В 1 шт.;
- огнетушитель 1 шт.;
- пневматическая винтовка "НАТСАН"(1 шт.), винтовка пневматическая спортивная МР-512 (2 шт.)-хранение в сейфе , каб.№2;

Технические средства обучения: компьютер с лицензионным программным обеспечением 1 шт., экран 1 шт., оверхед – проектор 1 шт..

#### **3. Информационное обеспечение.**

##### **Основная литература:**

1. Микрюков В. Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + е Приложение [Электронный ресурс]: учебник / В. Ю. Микрюков. – М.: КноРус, 2018. – 290 с. – (Среднее профессиональное образование). – Режим доступа: <https://www.book.ru/book/927027>
2. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл. Базовый уровень : учебник для общеобразоват. учреждений. – М. : Просвещение, 2015. – 351 с.
3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл. Базовый уровень : учебник для общеобразоват. учреждений. – М. : Просвещение, 2016. – 310 с.

##### **Дополнительная литература:**

1. Косолапова Н. В. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебник для сред. проф. образования. – М. : ИЦ Академия, 2017. – 368 с. – Режим доступа : <http://www.academia-moscow.ru/reader/?id=304185>
2. Косолапова Н.В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум [Электронный ресурс]: учеб. пособие для сред. проф. образования. – М.: ИЦ Академия, 2017. – 252 с. – Режим доступа: <http://www.academia-moscow.ru/reader/?id=304182>
3. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебник для сред. проф. образования. – М.: ИЦ Академия, 2017. – 256 с. – Режим доступа: <http://www.academia-moscow.ru/reader/?id=294808>

##### **Интернет-ресурсы:**

1. Журнал Безопасность жизнедеятельности/ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://novtex.ru/bjd/>\_(дата обращения:27.08.2022).
2. Безопасность жизнедеятельности. Информационный сайт/ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.kornienko-ev.ru/BCYD/page232/index.html> (дата обращения: 27.08.2022).

### 3.3. Организация образовательного процесса

Обучение учебной дисциплины осуществляется для группы студентов, обучающихся на базе основного общего образования 9 классов на первом курсе.

Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированного зачета.

Реализация тем 2.1–2.10 возможна с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий; в общем объеме – 34 часа.

<b>Тема 2.1</b> Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>
	1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	
<b>Тема 2.2</b> Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>
	1. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. 2. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. 3. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.)	
	<b>Практическое занятие</b> 3. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.	<b>2</b>
<b>Тема 2.3</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>
	1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	
<b>Тема 2.4</b> Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>
	1. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. 2. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	
<b>Тема 2.5</b> Современные средства поражения и их поражающие факторы	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>
	1. Современные средства поражения и их поражающие факторы. 2. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.	
	<b>Практическое занятие</b> 4. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций. 5. Изучение первичных средств пожаротушения.	<b>4</b>

<b>Тема 2.6</b> Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>
	1. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	
	<b>Практическое занятие</b>	<b>2</b>
	6. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	
<b>Тема 2.7</b> Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>
	1. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. 2. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.	
<b>Тема 2.8</b> Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>
	1. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. 2. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. 3. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.	
<b>Тема 2.9</b> Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>
	1. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. 2. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.	
<b>Тема 2.10</b> Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>
	1. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан, МЧС России, Полиция Российской Федерации, Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России).	
<b>Итого:</b>		<b>34</b>

### 3.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса

Требования к квалификации педагогических кадров: наличие высшего образования. Педагогические работники, привлекаемые к реализации образовательной программы, должны получать дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации, в том числе в форме стажировки в организациях, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности не реже 1 раза в 3 года с учетом расширения спектра профессиональных компетенций.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Освоенные умения</b>	
- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	Устный опрос Решение ситуационных задач
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;	Анализ выполнения практических работ
- оценивать уровень своей подготовленности осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;	Решение ситуационных задач
-использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: ведения здорового образа жизни;	Устный опрос Решение ситуационных задач
- оказания первой медицинской помощи;	Устный опрос Анализ выполнения практических работ
-развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;	Решение ситуационных задач
- навыки вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.	Решение ситуационных задач
<b>Усвоенные знания</b>	
- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;	Контрольная работа
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;	Тестовый контроль
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера;	Устный опрос
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;	Тестовый контроль
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;	Устный опрос
- состав и назначение Вооруженных Сил Российской Федерации;	Устный опрос
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;	Устный опрос
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;	Тестовый контроль
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;	Тестовый контроль
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;	Тестовый контроль