


ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

2021 г.

Рассмотрено и одобрено  
на заседании предметно-цикловой  
комиссии общеобразовательных  
дисциплин

Протокол № 1  
от « 30 » 08 2021г.

Председатель ПЦК  
 Н.Ю.Елизарьева

Программа учебной дисциплины разработана с учетом программы общеобразовательной учебной дисциплины ОБЖ для профессиональных образовательных организаций, Москва 2015 год.

**Организация-разработчик:** Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Профессиональное училище № 48 п.Подгорный».

**Разработчики:**

Пушкарёв Валерий Петрович, преподаватель ОБЖ ГБПОУ ПУ № 48 п. Подгорный.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

|   | стр. |
|---|------|
| 1. <b>ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ<br/>УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>         | 4    |
| 2. <b>СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ<br/>ДИСЦИПЛИНЫ</b>                 | 11   |
| 3. <b>УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ<br/>УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>           | 31   |
| 4. <b>КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ<br/>ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b> | 33   |

# **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **Основы безопасности жизнедеятельности**

### **1.1. Область применения программы**

Программа учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессиям СПО, входящим в состав укрупненной группы профессий 35.00.00 Сельское, лесное и рыбное хозяйство, по профессии СПО **35.01.13 Тракторист- машинист с/х производства**

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина входит в общеобразовательный цикл.

**1.3. Цели и задачи дисциплины, планируемые результаты освоения дисциплины:**

Программа ориентирована на достижение следующих целей:

- **освоение знаний** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
- **воспитание** ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества;
- **развитие** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;
- **овладение умениями** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

В результате изучения учебной дисциплины обучающийся должен **знать:**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций 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 предназначение 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 обучающийся должен **уметь:**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и 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.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ 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 во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

- 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;

- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- локализация 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 о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищённость личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных 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;
- знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека,
- знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных

ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

- умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- знание 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 (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

Программа предполагает освоение следующих общих компетенций и личностных результатов:

- ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.
- ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.
- ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.
- ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
- ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.
- ОК 7. Организовать собственную деятельность с соблюдением требований охраны труда и экологической безопасности.
- ОК 8. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

|   |  |
|---|--|
| Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы) | Код личностных результатов реализации программы воспитания |
|---|--|



|  |       |
|--|-------|
| Осознающий себя гражданином и защитником великой страны  | ЛР 1  |
| Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций          | ЛР 2  |
| Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих | ЛР 3  |
| Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа»   | ЛР 4  |
| Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России   | ЛР 5  |
| Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях   | ЛР 6  |
| Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.   | ЛР 7  |
| Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства   | ЛР 8  |
| Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях   | ЛР 9  |
| Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой  | ЛР 10 |
| Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры   | ЛР 11 |
| Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания   | ЛР 12 |
| <b>Личностные результаты<br/>реализации программы воспитания,<br/>определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности<sup>1</sup></b>   |       |
| Демонстрирующий готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности  | ЛР 13 |
| Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности  | ЛР 14 |
| Проявляющий гражданское отношение к профессиональной деятельности как к возможности личного участия в решении общественных, государственных, общенациональных проблем  | ЛР 15 |
| Принимающий основы экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, применяющий опыт экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях и профессиональной деятельности  | ЛР 16 |
| Проявляющий ценностное отношение к культуре и искусству, к культуре речи и культуре поведения, к красоте и гармонии  | ЛР 17 |

**1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

-максимальная учебная нагрузка обучающегося 108 часов, в том числе:

-обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 72 часа;

-самостоятельная работа обучающегося 36 часов.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

| <b>Вид учебной работы</b>                                     | <b>Объем часов</b> |
|---|--------------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>                  | <b>108</b>         |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>       | <b>72</b>          |
| в том числе:  |                    |
| практические занятия  | 30                 |
| в т.ч. в форме практической подготовки                        | 9                  |
| <b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>            | <b>36</b>          |
| <b>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</b> |                    |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Безопасность жизнедеятельности

| Наименование разделов и тем  | Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся   | Объем часов | ЛР, ОК |   |
|--|---|-------------|--------|---|
| 1  | 2   | 3           | 4      |   |
| <b>Введение</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>1</b>    |        |   |
|  | Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера» «опасность», «риск», «безопасность».                                   |             |        | 2 |
|  | 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. |             |        | 2 |
| <b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b> |   | <b>26</b>   |        |   |
| <b>Тема 1.1.</b><br>Здоровье и здоровый образ жизни.                   | <b>Содержание учебного материала</b>  | 1           |        |   |
|  | 1. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.   |             | ЛР 9   | 2 |
| <b>Тема 1.2</b> Факторы, способствующие укреплению здоровья            | <b>Содержание учебного материала</b>  | 1           |        |   |
|  | 1. Двигательная активность и закаливание организма  |             | ЛР 9   | 2 |
|  | 2. Занятия физической культурой.<br>Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья.  |             |        |   |
|  | 3. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья.   |             |        |   |

|  |  |   |              |   |
|--|--|---|--------------|---|
|  | 4. Влияние двигательной активности на здоровье человека.   |   |              |   |
|  | 5.<br><br>Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье   |   |              |   |
|  | <b>Практические занятия</b><br>Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Отработка нормативов по надеванию противогаза и ОЗК.<br>Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.<br>Приборы радиационной и химической разведки и контроля. | 3 |              |   |
|  | <b>Самостоятельная работа</b> обучающихся написание реферата на тему 6 современные средства поражения и их поражающие факторы.   | 6 |              |   |
| <b>Тема 1.3.</b><br>Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. | <b>Содержание учебного материала</b><br>1. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.   | 1 |              |   |
| <b>Тема 1.4.</b><br>Вредные привычки   |  |   | ЛР 10        | 2 |
|  | <b>Содержание учебного материала</b>   | 2 |              |   |
|  | 1. 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.  |   | ЛР 9<br>ОК 3 | 2 |
|  | 2. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя Снижение умственной и физической работоспособности  |   |              | 2 |
|  | 3 Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.   |   |              | 2 |

|   |   |        |       |   |
|---|---|--------|-------|---|
|   |   |        |       |   |
| <b>Тема 1.5.</b><br>Правила и безопасность дорожного движения | <b>Содержание учебного материала</b>  |        | 1     |   |
|   | 1. Модели поведения пешеходов, велосипедистов при организации дорожного движения.   |        | ЛР 3  | 2 |
|   | 2. Модели поведения пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.   |        |       | 2 |
|   | <b>Практические занятия</b><br><b>В т.ч. в форме практической подготовки</b><br>Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения.<br>Отработка действий при возникновении аварии с выбросом сильно действующих ядовитых веществ.<br>Отработка действий при возникновении радиационной аварии. | 2<br>2 | ОК 3  |   |
| <b>Тема 1.6</b> Правовые основы взаимоотношения полов         | <b>Содержание учебного материала</b>  |        | 1     |   |
|   | Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации.<br><br>Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».  |        | ЛР 12 | 2 |

|   |  |           |               |   |
|---|--|-----------|---------------|---|
|   | <b>Практические занятия:</b><br><b>В т.ч. в форме практической подготовки</b><br>Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.<br>Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. | 2<br>2    | ЛР 9<br>ЛР 3  |   |
|   | <b>Самостоятельная работа:</b> написание реферата Основные пути формирования культуры БЖ в современном обществе.   | 6         |               |   |
| <b>Раздел 2.</b><br>Государственная система обеспечения                                   |  | <b>28</b> |               |   |
| <b>Тема 2.1</b> Классификация чрезвычайных ситуаций                                       | <b>Содержание учебного материала</b>   | 1         |               |   |
|   | 1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.  |           | ЛР 10         | 2 |
| <b>Тема 2.2</b> Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. | <b>Содержание учебного материала</b>   | 2         |               |   |
|   | 1. Характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.   | 1         | ЛР 10<br>ОК 3 | 2 |

|                              |   |  |   |      |   |
|------------------------------|---|--|---|------|---|
| Тема 2.3 Гражданская оборона | 2 | Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно план образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).  |   |      |   |
|                              |   | <b>Самостоятельная работа:</b> написание реферата на тему :Характеристика ЧС природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.   | 6 |      |   |
|                              |   | <b>Содержание учебного материала.</b>  | 2 |      |   |
|                              | 1 | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций.                                    | 1 |      | 2 |
|                              | 2 | Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны; основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.<br><br>Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций | 1 | ЛР 3 | 2 |
|                              |   | <b>Самостоятельная работа обучающихся</b> написание реферата МЧС России- федеральный орган управления в области защиты населения от чс   | 6 |      |   |



|   |   |   |  |   |
|---|---|---|--|---|
|   |   |   |  |   |
| <b>Тема 2.4.</b> Средства поражения и их поражающие факторы       | <b>Содержание учебного материала</b>  | 2 |  |   |
|   | 1. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.     |   |  | 2 |
| <b>Тема 2.5.</b> Факторы чрезвычайных ситуаций                    | <b>Содержание учебного материала</b>  | 1 |  |   |
|   | 1. 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. |   |  | 2 |
| <b>Тема 2.6.</b> Аварийно-спасательные и другие неотложные работы | <b>Содержание учебного материала</b>  | 1 |  |   |
|   | 1. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения  |   |  | 2 |
| <b>Тема 2.7.</b> Обучение населения                               | <b>Содержание учебного материала</b>  | 1 |  |   |

|  |  |   |   |               |   |
|--|--|---|---|---------------|---|
| защите от чрезвычайных ситуаций  | 1  | 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. |   |               | 2 |
| <b>Тема 2.8.</b><br>Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. | <b>Содержание учебного материала</b>   |   | 1 | ЛР 10<br>ОК 3 |   |
|  | Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. |   |   |               | 2 |
| <b>Тема 2.9.</b><br>Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан                                   | <b>Содержание учебного материала</b>   |   | 1 |               |   |
|  | 1.   | МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.  |   |               | 2 |
|  | 2.   | Полиция в Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств.  |   |               |   |
|  | 3.   | 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>Практическая работа.</b><br><b>В т.ч. в форме практической подготовки.</b><br>Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.<br>Изучение первичных средств пожаротушения.<br>Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени. | 4<br>2    | ЛР 10 |   |
| <b>Раздел 3. Основы медицинских знаний</b> |  | <b>29</b> |       |   |
| <b>Тема 3.1.</b> Понятие первой помощи     | <b>Содержание учебного материала</b>   | 1         |       | 2 |
|  | Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».  |           |       |   |
|  | <b>Самостоятельная работа обучающихся</b> написание реферата Оказание первой помощи при бытовых травмах.   | 6         |       |   |
| <b>Тема 3.2</b><br>Понятие и виды травм    | <b>Содержание учебного материала</b>   | 2         |       |   |
|  | 1. Правила первой помощи при ранениях.   |           | ЛР 10 | 2 |
|  | 2. Правила наложения повязок различных типов.  |           |       |   |
|  | 3. Первая помощь при травмах различных областей тела.  |           |       |   |

|   |                                      |   |   |       |   |
|---|--------------------------------------|---|---|-------|---|
|   | 4                                    | Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа.   |   |       |   |
|   | 5                                    | Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга.   |   |       |   |
|   | 6                                    | Первая помощь при переломах.  |   |       |   |
|   | 7                                    | Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.   |   |       |   |
| <b>Тема 3.3</b>   | <b>Содержание учебного материала</b> |   | 1 |       |   |
| Первая помощь при синдроме длительного сдавливания            | 1                                    | Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.   |   | ЛР 10 | 2 |
| <b>Тема 3.4.</b><br>Первая помощь при наружных кровотечениях. | <b>Содержание учебного материала</b> |   | 2 |       |   |
|   |                                      | Первая помощь при наружных кровотечениях. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении.<br><br>Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения. |   | ЛР 10 | 2 |

|                                    |  |   |       |   |
|------------------------------------|--|---|-------|---|
|                                    |  |   |       |   |
| Тема 3.5. Первая помощь при ожогах | Содержание учебного материала  | 2 |       |   |
|                                    | 1. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур.                   | 1 | ЛР 10 | 2 |
|                                    | 2. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. | 1 |       | 2 |

|   |  |        |       |  |
|---|--|--------|-------|--|
|   | <b>Практические занятия:</b><br><b>В т.ч. в форме практической подготовки:</b><br>Первая помощь при переломах. Иммобилизация поврежденных частей тела с помощью стандартных шин, подручных материалов.<br>Первая помощь при травмах. Правила наложения повязок различных типов.<br>Первая помощь при наружных кровотечениях. Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. Наложение жгута.<br>Кровотечения из внутренних органов.<br>Первая помощь при отсутствии сознания. Понятие обморока. Определение степени нарушения сознания. Первая помощь.<br>Первая помощь при отсутствии кровообращения. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания (при остановке сердца) и непрямого массажа сердца.<br>Первая помощь при клинической смерти. Изучение и освоение основных способов оживления. | 9<br>3 | ЛР 10 |  |
|   | <b>Самостоятельная работа обучающихся</b> написание доклада Формирование здорового образа жизни с пеленок.   | 6      | ЛР 9  |  |
| <b>Раздел 4. Основы обороны государства и воинская обязанность.</b> |  | 22     |       |  |
| 4.1 История создания  | <b>Содержание учебного материала.</b>  |        |       |  |

|   |   |   |              |   |
|---|---|---|--------------|---|
| Вооруженных Сил России  | <p>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.</p> <p>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.</p>   | 1 | ЛР 1<br>ОК 8 | 2 |
| <b>Тема 4.2</b> Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. | <b>Содержание учебного материала</b>  | 2 |              |   |
|   | <p>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.</p> <p>Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Космические войска: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС</p> |   | ЛР 1<br>ОК 8 | 2 |

|  |  |   |              |   |
|--|--|---|--------------|---|
|  | Росси. Их состав и предназначение.   |   |              |   |
| <b>Тема 4.3</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>   | 1 |              |   |
| Воинская обязанность   | <p>Основные понятия о воинской обязанности.</p> <p>Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение.</p> <p>Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.</p>  |   | ЛР 1<br>ОК 8 | 2 |
| <b>Тема 4.4</b> Обязательная подготовка граждан к военной службе | <b>Содержание учебного материала</b>   | 1 |              |   |
|  | <p>Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе.</p> <p>Добровольная подготовка граждан к военной службе. 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> |   | ЛР 1<br>ОК 8 | 2 |



|  |   |   |              |   |
|--|---|---|--------------|---|
|  |   |   |              |   |
| <b>Тема 4.5</b> Призыв на военную службу                 | <b>Содержание учебного материала</b>  | 1 |              |   |
|  | Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.  |   | ЛР 1<br>ОК 8 | 2 |
| <b>Тема 4.6.</b> Прохождение военной службы по контракту | <b>Содержание учебного материала</b>  | 1 |              |   |
|  | Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту. |   | ЛР 1<br>ОК 8 | 2 |
| <b>Тема 4.7.</b> Альтернативная гражданская служба       | <b>Содержание учебного материала</b>  | 1 |              |   |
|  | Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы.<br>Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.   |   | ЛР 1<br>ОК 8 | 2 |

|  |   |   |                      |   |
|--|---|---|----------------------|---|
| <b>Тема 4.8</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>  | 1 |                      |   |
| <p>Качества личности военнослужащего как защитника Отечества</p> | <p>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 и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.</p> |   | <p>ЛР 1<br/>ОК 8</p> | 2 |

|   |   |   |              |   |
|---|---|---|--------------|---|
|   |   |   |              |   |
| <b>Тема 4.9</b> Воинская дисциплина и ответственность | <b>Содержание учебного материала</b>  | 1 |              |   |
|   | <p>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.</p> |   | ЛР 1<br>ОК 8 | 2 |

|  |  |   |              |   |
|--|--|---|--------------|---|
|  |  |   |              |   |
| Тема 4.10 Как стать офицером Российской армии.         | Содержание учебного материала  | 1 |              |   |
|  |  |   |              |   |
|  | 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.  |   | ЛР 1<br>ОК 8 | 2 |
| Тема 4.11 Боевые традиции Вооруженных Сил России       | Содержание учебного материала  | 1 |              |   |
|  | Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите. 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. |   | ЛР 1<br>ОК 8 | 2 |
| Тема 4.12 Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации | Содержание учебного материала  | 1 |              |   |
|  | Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести. Боевое   |   | ЛР 1<br>ОК 8 | 2 |

|  |   |            |  |  |
|--|---|------------|--|--|
|  | Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.   |            |  |  |
|  | <b>Практические занятия:</b> Изучение способов бесконфликтного общения и само регуляции. Особенности службы в армии. Изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.  | 9          |  |  |
|  | Строй и управление ими. Подаваемые команды. Движение строевым и походным шагом.<br>Строевые приемы без оружия:<br>-выполнение команд – Становись; Смирно; Вольно.<br>-повороты на месте и в движении;<br>-выход из строя и постановка в строй;<br>-подход к начальнику и отход от него;<br>-выполнение воинского приветствия на месте и в движении. |            |  |  |
|  | <b>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</b>   | 2          |  |  |
|  | <b>Всего:</b>   | <b>108</b> |  |  |



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

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета безопасности жизнедеятельности.

##### **Оборудование учебного кабинета:**

1. Общевоинской защитный комплект (ОЗК)
2. Общевоинской противогаз
3. Изолирующий противогаз в комплекте с регенеративным патроном
4. Респиратор Р-2
5. Индивидуальный противохимический пакет (ИПП-8, 9, 10, 11)
6. Ватно-марлевая повязка
7. Противопыльная тканевая маска
8. Медицинская сумка в комплекте
9. Носилки санитарные
10. Аптечка индивидуальная (АИ-2)
11. Бинты марлевые
12. Бинты эластичные
13. Жгуты кровоостанавливающие резиновые
14. Индивидуальные перевязочные пакеты
15. Косынки перевязочные
16. Ножницы для перевязочного материала прямые
17. Шприц-тюбики одноразового пользования (без наполнителя)
18. Шинный материал (металлические, Дитерихса)
19. Огнетушители порошковые (учебные)
20. Огнетушители углекислотные (учебные)
21. Устройство отработки прицеливания
22. Учебные автоматы АК-74
23. Винтовки пневматические
24. Комплект плакатов по Гражданской обороне
25. Комплект плакатов по Основам военной службы

##### **Технические средства обучения:**

1. Войсковой прибор химической разведки (ВПХР)
2. Рентгенметр ДП-5В

### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

#### **Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

##### **3.2.1. Основные печатные издания**

1. Н. В. Косолапова Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для среднего профессионального образования. М.: ИЦ «Академия», 2018 г. 336 с.
2. Ю.Л. Воробьев Безопасность жизнедеятельности: Учебник.10-11 кл – М.: Астрель, 2018.

##### **3. 2.2. Основные электронные издания**

1. Электронный учебник.  
Обеспечение безопасности жизнедеятельности. Н.В Косолапова 2018г.
2. Электронные плакаты по основам военной службы - 5шт.
  - устройство автомата АК-74;
  - устройство ручных гранат;
  - воинские знаки различия;
  - устройство и использование противогаза;
  - устройство и использование ОЗК

##### **3.2.3. Дополнительные источники:**

1. А.Т Смирнов. Основы военной службы изд. – М.,Дрофа 2018.
2. А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, Э.Н.Аюбов/ под ред. А.Т.Смирнова.Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся – М., 2018.
3. Первая медицинская помощь: учеб. пособие для студ. сред. проф. учеб. заведений /П.В. Глыбочко и др. – М.: Издательский центр «Академия», 2017
4. Ю.А.Науменко Начальная военная подготовка –М Просвещение,2017
5. Ю.Г. Сапронов Безопасность жизнедеятельности: Учебник. Для среднего профессионального образования – М.: «Академия», 2018. – 336 с.
6. Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации. – М.: Эксмо, 2009. – 608 с.
7. Сборник законов Российской Федерации. – М.: Эксмо, 2018. – 928 с

##### **3.2.4. Интернет – ресурсы**

[www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) – сайт МЧС РФ.  
[www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) – сайт МВД РФ.  
[www.mil.ru](http://www.mil.ru) - сайт Минобороны.  
[www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) – сайт ФСБ РФ.



[dic.academic.ru](http://dic.academic.ru) - Академик. Словари и энциклопедии.  
[www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) - Books Gid. Электронная библиотека.

[globalteka.ru/index.html](http://globalteka.ru/index.html) - Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов.

[window.edu.ru](http://window.edu.ru) - Единое окно доступа к образовательным ресурсам

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

**Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и приёма нормативов.

| <i>Содержание<br/>обучения</i> | <i>Характеристика основных видов<br/>учебной деятельности обучающегося</i>   |
|--------------------------------|--|
| <b>Введение</b>                | Различать основные понятия и теоретические положения основ безопасности жизнедеятельности, применять знания дисциплины для обеспечения своей безопасности;<br><br>анализировать влияние современного человека на окружающую среду, оценивать примеры зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделировать ситуации по сохранению биосферы и её защите. |

|  |  |
|--|--|
| <p><b>1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения</b></p> | <p>Определять основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни;</p> <p>усвоить факторы, влияющие на здоровье, выявить факторы, разрушающие здоровье, планировать режим дня, выявить условия обеспечения рационального питания, объяснять случаи из собственной жизни и свои наблюдения по планированию режима труда и отдыха;</p> <p>анализировать влияние двигательной активности на здоровье человека, определять основные формы закаливания, их влияние на здоровье человека, обосновывать последствия влияния алкоголя на здоровье человека и социальные последствия употребления алкоголя;</p> <p>анализировать влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека;</p> <p>моделировать социальные последствия пристрастия к наркотикам;</p> <p>моделировать ситуации по организации безопасности дорожного движения;</p> <p>характеризовать факторы, влияющие на репродуктивное здоровье человека;</p> <p>моделировать ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья.</p> |
| <p><b>2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b></p>      |  |

Усвоить общие понятия чрезвычайных ситуаций, классифицировать чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера по основным признакам, характеризовать особенности ЧС различного происхождения;

выявлять потенциально опасные ситуации для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС;

моделировать поведение населения при угрозе и возникновении ЧС;

осваивать модели поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоёмах, характеризовать основные функции системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснять основные правила эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценивать правильность выбора

индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрывать возможности современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени, характеризовать правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника;

определять меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий;

характеризовать предназначение и основные функции полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности.

### **3. Основы обороны государства и воинская обязанность**

Различать основные понятия военной и национальной безопасности, освоить функции и основные задачи современных Вооруженных Сил Российской Федерации, характеризовать основные этапы создания Вооруженных Сил России; анализировать основные этапы

проведения военной реформы  
Вооруженных Сил Российской  
Федерации на современном

|                                     |  |
|-------------------------------------|--|
|                                     | <p>этапе, определять организационную структуру, виды и рода Вооруженных Сил Российской Федерации; формулировать общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих;</p> <p>характеризовать распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части, сопоставлять порядок и условия прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализировать условия прохождения альтернативной гражданской службы;</p> <p>анализировать качества личности военнослужащего как защитника Отечества;</p> <p>характеризовать требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеризовать понятия «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоить основы строевой подготовки;</p> <p>формулировать боевые традиции Вооруженных Сил России, объяснять основные понятия о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской</p> |
| <b>4. Основы медицинских знаний</b> | <p>Освоить основные понятия о состояниях, при которых оказывается первая помощь, моделировать ситуации по оказанию первой помощи при несчастных случаях;</p> <p>характеризовать основные признаки жизни;</p> <p>освоить алгоритм идентификации основных видов кровотечений, идентифицировать основные признаки теплового удара;</p> <p>определять основные средства планирования семьи;</p>  |



