



Автономная некоммерческая  
профессиональная образовательная организация  
«Региональный экономико-правовой колледж»  
(АНПО «РЭК»)



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Ю.Л. Чернуских

20 21 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

БД.09 Основы безопасности жизнедеятельности

(шифр и наименование дисциплины)

40.02.01 Право и организация социального обеспечения

(код и наименование специальности)

Квалификация выпускника Юрист

(наименование квалификации)

Уровень базового образования обучающихся Основное общее образование

(основное/среднее общее образование)

Вид подготовки Базовый

(базовый / углубленный)

Форма обучения Очная, заочная

(очная, заочная)

Год начала подготовки 2021

Рекомендована к использованию филиалами АНПО «РЭК»

Воронеж 2021

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры  
общих дисциплин среднего профессионального образования.

Протокол от 18.12.2020 № 4.


Заведующий кафедрой

  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

В.А. Семилетова  
(инициалы, фамилия)

Разработчики:

преподаватель  
\_\_\_\_\_  
(занимаемая должность)

  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Л.П. Блашенцева  
(инициалы, фамилия)

преподаватель  
\_\_\_\_\_  
(занимаемая должность)

Е.Г. Заскалько  
(инициалы, фамилия)

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

БД.09 Основы безопасности жизнедеятельности

---

(индекс, наименование дисциплины)

## 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа дисциплины разработана на основе письма Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО «Рекомендации по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования» от 17 марта 2015 г. № 06-259 с учетом примерной программы общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования, протокол № 3 от 21 июля 2015 г. (регистрационный номер рецензии 373 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО»). Рабочая программа соответствует требованиям к предметным результатам освоения данной предметной области, установленным Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования (утв. Приказом Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. № 413).

## 1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в состав базовых общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для специальностей СПО.

Знания, умения и навыки, формируемые дисциплиной «Основы безопасности жизнедеятельности» необходимы для последующего изучения всех дисциплин цикла профессиональной подготовки, в том числе для изучения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» (ОП.15), а также прохождения учебной и производственной практик.

## 1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

Содержание дисциплины «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 результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь (У):

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (У1);

- владеть навыками в области гражданской обороны (У2);

- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты (У3);

- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе (У4);

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни (У5) для:

- ведения здорового образа жизни;

- оказания первой медицинской помощи;

- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;

- обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи;

- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);

- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;

- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);

- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать (З):

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него (З1);

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания (З2);

- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций (33);
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан (34);
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации (35);
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу; основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе (36);
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы (37);
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника (38);
- предназначение, структуру и задачи РСЧС (39);
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны (310);
- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств) (311).

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы для очной формы обучения

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	105
Обязательные аудиторные учебные занятия (всего)	70
в том числе:	
<i>лекции</i>	16
<i>практические занятия (включая промежуточную аттестацию)</i>	54
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	35
в том числе:	
<i>повторение и закрепление ранее изученного материала с использованием конспекта лекции, рекомендованных источников и литературы, подготовка к практическим занятиям</i>	19
<i>выполнение доклада</i>	16
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета по итогам второго семестра изучения дисциплины	

### 2.2. Объем дисциплины и виды учебной работы для заочной формы обучения

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	105
Обязательные аудиторные учебные занятия (всего)	10
в том числе:	
<i>практические занятия (в том числе защита промежуточная аттестация)</i>	10
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	95
в том числе:	
<i>изучение рекомендованных источников и литературы в ходе подготовки к практическим занятиям</i>	16
<i>выполнение домашней контрольной работы</i>	21
<i>изучение рекомендованных источников и литературы в ходе самостоятельной подготовки к зачету</i>	58
Промежуточная аттестация в форме: защиты домашней контрольной работы и дифференцированного зачета	

### 2.3. Тематический план и содержание дисциплины для очной формы обучения

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Знания и умения, формированию которых способствует элемент программы
Тема 1. Введение	Содержание учебного материала:		31, 32, У5
	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 специальностей СПО.	5	
	Лекции	2	
	Практические занятия	-	
	Самостоятельная работа обучающихся Организация режима дня, труда и отдыха, рационального питания и двигательной активности	3	
Тема 2. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	Содержание учебного материала:		31, 32, У1 У5
	Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. 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. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов. 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.	19	

	<p>Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.</p> <p>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.</p> <p>Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».</p>		
	Лекции	6	
	<p>Практические занятия</p> <p>Повторение и закрепление ранее изученного материала с использованием конспекта лекции, рекомендованных источников и литературы, дискуссия, представление докладов, рефератов проектов</p> <p>Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.</p> <p>Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.</p>	6	
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Подготовка рефератов, докладов, индивидуального проекта с использованием информационных технологий</p> <p>Эволюция среды обитания, переход к техносфере.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Взаимодействие человека и среды обитания.</li> <li>• Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.</li> <li>• Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.</li> <li>• Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.</li> <li>• Факторы, способствующие укреплению здоровья.</li> <li>• Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.</li> <li>• Роль физической культуры в сохранении здоровья.</li> <li>• Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.</li> <li>• Алкоголь и его влияние на здоровье человека.</li> <li>• Табакокурение и его влияние на здоровье.</li> <li>• Наркотики и их пагубное воздействие на организм.</li> <li>• Компьютерные игры и их влияние на организм человека.</li> <li>• Особенности трудовой деятельности женщин и подростков</li> </ul>	7	
Тема 3. Государственная система обеспечения	<p>Содержание учебного материала:</p> <p>Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного</p>	27	34, 35, У2, У3, У5



<p>безопасности населения</p>	<p>характера.</p> <p>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.).</p> <p>Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</p> <p>Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.</p> <p>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.</p>		
-------------------------------	---	--	--

	<p>Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. Изучение первичных средств пожаротушения. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.</p>		
	Лекции	8	
	<p>Практические занятия Повторение и закрепление ранее изученного материала с использованием конспекта лекции, рекомендованных источников и литературы, дискуссия, представление докладов, рефератов проектов</p>	12	
<p>Тема 4. Основы обороны государства и воинская обязанность</p>	<p>Самостоятельная работа обучающихся Подготовка рефератов, докладов, индивидуального проекта с использованием информационных технологий</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.</li> <li>• Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.</li> <li>• Терроризм как основная социальная опасность современности.</li> <li>• Космические опасности: мифы и реальность. • Современные средства поражения и их поражающие факторы.</li> <li>• Оповещение и информирование населения об опасности.</li> <li>• Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.</li> <li>• Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.</li> <li>• МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</li> </ul> <p>Содержание учебного материала:</p> <p>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.</p> <p>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,</p>	7	36-311, У4, У5
		25	

	<p>предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: 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 России. Их состав и предназначение.</p> <p>Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет</p> <p>Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. 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> <p>Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.</p> <p>Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.</p> <p>Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.</p> <p>Прохождение военной службы по контракту. 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.</p> <p>Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.</p> <p>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</p>		
--	--	--	--

	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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 запас 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.</p>		
	Лекции	-	
	<p>Практические занятия</p> <p>Повторение и закрепление ранее изученного материала с использованием конспекта лекции, рекомендованных источников и литературы, дискуссия, представление докладов, рефератов проектов</p>	16	
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Подготовка рефератов, докладов, индивидуального проекта с использованием информационных</p>	9	

	<p>технологий</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.</li> <li>• Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.</li> <li>• Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.</li> <li>• Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.</li> <li>• Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.</li> <li>• Символы воинской чести.</li> <li>• Патриотизм и верность воинскому долгу.</li> <li>• Дни воинской славы России.</li> <li>• Города-герои Российской Федерации.</li> <li>• Города воинской славы Российской Федерации.</li> </ul>		
<p>Тема 5. Основы медицинских знаний</p>	<p>Содержание учебного материала:</p> <p>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».</p> <p>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.</p> <p>Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.</p> <p>Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.</p> <p>Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.</p> <p>Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии</p>	<p>27</p>	<p>31, У5</p>

	<p>кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.</p> <p>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.</p> <p>Ранние половые связи и их последствия для здоровья.</p> <p>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.</p> <p>Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни.</p> <p>Духовность и здоровье семьи.</p> <p>Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.</p> <p>Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.</p>		
	Лекции	-	
	<p>Практические занятия</p> <p>Повторение и закрепление ранее изученного материала с использованием конспекта лекции, рекомендованных источников и литературы, дискуссия, представление докладов, рефератов проектов</p>	18	
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Подготовка рефератов, докладов, индивидуального проекта с использованием информационных технологий</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Профилактика инфекционных заболеваний.</li> <li>• Первая помощь при острой сердечной недостаточности.</li> <li>• СПИД – чума XXI века.</li> <li>• Оказание первой помощи при бытовых травмах.</li> <li>• Духовность и здоровье семьи.</li> <li>• Здоровье родителей – здоровье ребенка.</li> <li>• Формирование здорового образа жизни с пеленок.</li> <li>• Как стать долгожителем?</li> <li>• Рождение ребенка – высшее чудо на Земле.</li> <li>• Политика государства по поддержке семьи.</li> </ul>	9	
Промежуточная аттестация	По итогам второго семестра изучения дисциплины: дифференцированный зачет	2	
	Всего	105	

## 2.4. Тематический план и содержание дисциплины для заочной формы обучения

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Знания и умения, формированию которых способствует элемент программы
Тема 1. Введение	<p>Содержание учебного материала:</p> <p>Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность».</p> <p>Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности – современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении специальностей СПО.</p>	6	31, 32, У5
	Лекции	-	
	Практические занятия	-	
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Организация режима дня, труда и отдыха, рационального питания и двигательной активности, повторение и закрепление ранее изученного материала с использованием конспекта лекции, рекомендованных источников и литературы, подготовка к практическому занятию</p>	6	
	Тема 2. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	<p>Содержание учебного материала:</p> <p>Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.</p> <p>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. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.</p> <p>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.</p>	

	<p>Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.</p> <p>Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.</p> <p>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.</p> <p>Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».</p>		
	Лекции	-	
	<p>Практические занятия</p> <p>Повторение и закрепление ранее изученного материала с использованием конспекта лекции, рекомендованных источников и литературы, дискуссия, представление докладов, рефератов проектов</p> <p>Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.</p> <p>Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.</p>	1	
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Подготовка рефератов, докладов, индивидуального проекта с использованием информационных технологий</p> <p>Эволюция среды обитания, переход к техносфере.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Взаимодействие человека и среды обитания.</li> <li>• Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.</li> <li>• Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.</li> <li>• Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.</li> <li>• Факторы, способствующие укреплению здоровья.</li> <li>• Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.</li> <li>• Роль физической культуры в сохранении здоровья.</li> <li>• Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.</li> <li>• Алкоголь и его влияние на здоровье человека.</li> <li>• Табакокурение и его влияние на здоровье.</li> <li>• Наркотики и их пагубное воздействие на организм.</li> <li>• Компьютерные игры и их влияние на организм человека.</li> <li>• Особенности трудовой деятельности женщин и подростков</li> </ul>	14	



<p>Тема 3. Государственная система обеспечения безопасности населения</p>	<p>Содержание учебного материала:</p> <p>Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</p> <p>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.).</p> <p>Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</p> <p>Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.</p> <p>Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</p> <p>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</p>	<p>19</p>	<p>34, 35, У2, У3, У5</p>
---	---	-----------	---------------------------

	<p>государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. Изучение первичных средств пожаротушения. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.</p>		
	Лекции	-	
	<p>Практические занятия Повторение и закрепление ранее изученного материала с использованием конспекта лекции, рекомендованных источников и литературы, дискуссия, представление докладов, рефератов проектов</p>	1	
	<p>Самостоятельная работа обучающихся Подготовка рефератов, докладов, индивидуального проекта с использованием информационных технологий</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.</li> <li>• Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.</li> <li>• Терроризм как основная социальная опасность современности.</li> <li>• Космические опасности: мифы и реальность. • Современные средства поражения и их поражающие факторы.</li> <li>• Оповещение и информирование населения об опасности.</li> <li>• Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.</li> <li>• Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.</li> <li>• МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</li> </ul>	18	
<p>Тема 4. Основы обороны государства и воинская обязанность</p>	<p>Содержание учебного материала: 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. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.</p>	20	36-311, У4, У5

	<p>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. 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 России. Их состав и предназначение.</p> <p>Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет</p> <p>Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. 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> <p>Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.</p> <p>Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.</p> <p>Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.</p> <p>Прохождение военной службы по контракту. 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.</p> <p>Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.</p> <p>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-</p>		
--	--	--	--

	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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 запас 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.</p>		
Лекции		-	
Практические занятия	Повторение и закрепление ранее изученного материала с использованием конспекта лекции, рекомендованных источников и литературы, дискуссия, представление докладов, рефератов проектов	2	

	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Подготовка рефератов, докладов, индивидуального проекта с использованием информационных технологий</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.</li> <li>• Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.</li> <li>• Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.</li> <li>• Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.</li> <li>• Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.</li> <li>• Символы воинской чести.</li> <li>• Патриотизм и верность воинскому долгу.</li> <li>• Дни воинской славы России.</li> <li>• Города-герои Российской Федерации.</li> <li>• Города воинской славы Российской Федерации.</li> </ul>	18	
Тема 5. Основы медицинских знаний	<p>Содержание учебного материала:</p> <p>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».</p> <p>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.</p> <p>Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.</p> <p>Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.</p>	20	31, У5

	<p>Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Ранние половые связи и их последствия для здоровья.</p> <p>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.</p> <p>Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.</p> <p>Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.</p> <p>Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.</p>		
	Лекции	-	
	<p>Практические занятия</p> <p>Повторение и закрепление ранее изученного материала с использованием конспекта лекции, рекомендованных источников и литературы, дискуссия, представление докладов, рефератов проектов</p>	2	
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Подготовка рефератов, докладов, индивидуального проекта с использованием информационных технологий</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Профилактика инфекционных заболеваний.</li> <li>• Первая помощь при острой сердечной недостаточности.</li> <li>• СПИД – чума XXI века.</li> <li>• Оказание первой помощи при бытовых травмах.</li> <li>• Духовность и здоровье семьи.</li> <li>• Здоровье родителей – здоровье ребенка.</li> <li>• Формирование здорового образа жизни с пеленок.</li> <li>• Как стать долгожителем?</li> <li>• Рождение ребенка – высшее чудо на Земле.</li> <li>• Политика государства по поддержке семьи.</li> </ul>	18	
Промежуточная аттестация	Защита домашней контрольной работы	2	
	Самостоятельная работа обучающихся в форме выполнения домашней контрольной работы	21	

	Дифференцированный зачет	2	
		Всего	105

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация программы дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предполагает наличие в профессиональной образовательной организации, реализующей образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, учебного кабинета, в котором имеется возможность обеспечить свободный доступ в Интернет во время учебного занятия и в период внеучебной деятельности обучающихся.

Помещение кабинета должно удовлетворять требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2 № 178-02) и быть оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.

В кабинете должно быть мультимедийное оборудование, посредством которого участники образовательного процесса могут просматривать визуальную информацию, создавать презентации, видеоматериалы, иные документы.

В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» входят:

- многофункциональный комплекс преподавателя;
- наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов, портретов выдающихся ученых в области обеспечения безопасной жизнедеятельности населения и др.);
- информационно-коммуникативные средства;
- экранно-звуковые пособия;
- тренажеры для отработки навыков оказания сердечно-легочной и мозговой реанимации с индикацией правильности выполнения действий на экране компьютера и пульте контроля управления – роботы-тренажеры типа «Гоша» и др.;
- тренажер для отработки действий при оказании помощи в воде;
- имитаторы ранений и поражений;
- образцы аварийно-спасательных инструментов и оборудования (АСИО), средств индивидуальной защиты (СИЗ): противогаз ГП-7, респиратор Р-2, защитный костюм Л-1, общевойсковой защитный костюм, общевойсковой прибор химической разведки, компас-азимут; дозиметр бытовой (индикатор радиоактивности);
- учебно-методический комплект «Факторы радиационной и химической опасности» для изучения факторов радиационной и химической опасности;



- образцы средств первой медицинской помощи: индивидуальный перевязочный пакет ИПП-1; жгут кровоостанавливающий; аптечка индивидуальная АИ-2; комплект противоожоговый; индивидуальный противохимический пакет ИПП-11; сумка санитарная; носилки плащевые;
- образцы средств пожаротушения (СП);
- макеты: встроенного убежища, быстровозводимого убежища, противорадиационного укрытия, а также макеты местности, зданий и муляжи;
- макет автомата Калашникова;
- электронный стрелковый тренажер;
- обучающие и контролируемые программы по темам дисциплины.

Оборудование кабинета: мебель ученическая; доска; стенды: «Первая медицинская помощь», «Правила поведения при пожаре, правила поведения в ЧС», «Гражданская оборона». Наглядные пособия: демонстрационные плакаты; противогазы ГП -7; общевойсковой защитный комплект; респираторы; сумка санитарная; аптечка индивидуальная «АИ-1»; индивидуальный противохимический пакет (ИПП); индивидуальный перевязочный пакет; жгут кровоостанавливающий эластичный; комплект шин складных.

Технические средства обучения: ноутбук, на котором установлено программное обеспечение MS Office: Word, Excel, Power Point; мультимедийное оборудование (проектор, экран).

### **3.2. Образовательные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине**

Для обеспечения качественного образовательного процесса применяются следующие образовательные технологии:

Традиционные: традиционная лекция, лекция-презентация, лекция-диалог, практическое занятие, контрольная работа, тестирование, защита реферата;

Интерактивные и инновационные: проблемные лекции, демонстрации, круглые столы и др.

### **3.3. Информационное обеспечение обучения**

#### **3.3.1. Основные источники**

1. Ким С.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы: базовый уровень : учебник / С. В. Ким, В. А. Горский. – М.: Вентана-Граф, 2020. – 396, [4] с. - ISBN 978-5-360-11394-2.

#### **3.3.2. Дополнительные источники**

1. Беляков, Г. И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях : учебник для среднего профессионального

образования / Г. И. Беляков. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 354 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-03180-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452122> (электронное издание).

2. Константинов, Ю. С. Безопасность жизнедеятельности. Ориентирование : учебное пособие для среднего профессионального образования / Ю. С. Константинов, О. Л. Глаголева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 329 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-08075-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453735> (электронное издание).

3. Айзман, Р. И. Безопасность жизнедеятельности : словарь-справочник / Р. И. Айзман, С. В. Петров, А. Д. Корощенко ; под редакцией В. Б. Рубанович, С. В. Петров. — Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017. — 352 с. — ISBN 978-5-379-02025-5. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/65271.html> (электронное издание).

### **3.3.3. Перечень информационных ресурсов сети «Интернет»**

1. [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
2. [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).
3. [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).
4. [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ).
5. [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
6. [www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) (Books Gid. Электронная библиотека).
7. [www.globalteka.ru/index.html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).
8. [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
9. [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
10. <https://biblio-online.ru> (Электронно-библиотечная система «Юрайт»).
11. [www.school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).
12. [www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
13. [www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).
14. [www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность).
15. [www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1. Формы и методы контроля результатов обучения

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки
Знание:	
основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него	оценка по итогам работы на практическом занятии; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания	оценка по итогам работы на практическом занятии; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций	оценка по итогам работы на практическом занятии; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан	оценка по итогам работы на практическом занятии; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации	оценка по итогам работы на практическом занятии; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу; основные права и	оценка по итогам работы на практическом занятии; оценка по результатам выполнения

обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе	контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы	оценка по итогам работы на практическом занятии; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника	оценка по итогам работы на практическом занятии; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
предназначение, структуру и задачи РСЧС	оценка по итогам работы на практическом занятии; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
предназначение, структуру и задачи гражданской обороны	оценка по итогам работы на практическом занятии; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств)	оценка по итогам работы на практическом занятии; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
Умение:	
владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	оценка по итогам работы на практическом занятии; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу

	(для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
владеть навыками в области гражданской обороны	оценка по итогам работы на практическом занятии; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты	оценка по итогам работы на практическом занятии; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе	оценка по итогам работы на практическом занятии; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
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; - обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи; - соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств); - адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья; - прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей); - понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.	оценка по итогам работы на практическом занятии; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета

## 4.2. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания уровня сформированности знаний и умений

### 4.2.1. Критерии оценивания работы на практическом занятии

«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
активное участие, обучающийся сам вызывается отвечать, дает четкие, грамотные развернутые ответы на поставленные вопросы, приводит примеры из реальной жизни; полно и обосновано отвечает на дополнительные вопросы; грамотно использует понятийный аппарат и профессиональную терминологию	в целом активное участие, обучающийся дает правильные в целом грамотные ответы, но для уточнения ответа требуются наводящие вопросы; достаточно полно отвечает на дополнительные вопросы при использовании профессиональной терминологии допускает незначительные ошибки	обучающийся правильно излагает только часть материала, затрудняется привести примеры; недостаточно четко и полно отвечает на дополнительные вопросы; при использовании профессиональной терминологии допускает незначительные ошибки	обучающийся дает ответ с существенными ошибками или отказывается ответить на поставленные вопросы; не отвечает на дополнительные вопросы; профессиональной терминологией не владеет или допускает существенные ошибки при использовании терминов

### 4.2.2. Критерии оценивания контрольной работы

«Отлично»	«Хорошо»	«Удовлетворительно»	«Неудовлетворительно»
В полной мере владеет системой понятий данной дисциплины. Способен к систематизации и обобщению научного и практического материала и критически его оценивать. В полной мере применяет теоретические знания для решения практических задач. Ответы сформулированы аргументировано, логично, грамотно, есть выводы, используются межпредметные связи	В основном владеет системой понятий данной дисциплины. Способен к систематизации и обобщению научного и практического материала, но не может критически его оценивать. В некоторых случаях не применяет теоретические знания для решения практических задач. Ответы сформулированы аргументировано, логично, грамотно, есть выводы, без использования межпредметных связей.	Частично владеет системой понятий данной дисциплины. Способен частично обобщать научный и практический материал. применяет отдельные теоретические знания для решения практических задач. Ответы частично сформулированы аргументировано, логично, грамотно, нет выводов.	Не владеет системой понятий данной дисциплины. Не способен к систематизации и обобщению научного и практического материала. Не применяет теоретические знания для решения практических задач. Ответы сформулированы без аргументов, с нарушением логики, допущены грубые ошибки, нет выводов.

### 4.2.3. Критерии оценивания теста

«Отлично»	«Хорошо»	«Удовлетворительно»	«Неудовлетворительно»
правильно выполнено 85-100 % тестовых заданий	правильно выполнено 65-84 % тестовых заданий	правильно выполнено 50-65 % тестовых заданий	правильно выполнено менее 50 % тестовых заданий

#### 4.2.4. Критерии оценивания доклада/реферата

«Отлично»	«Хорошо»	«Удовлетворительно»	«Неудовлетворительно»
<p>Реферат является информативным, объективно передаёт исходную информацию, а также корректно оценивает материал, содержащийся в первоисточнике; в полной мере использованы результаты исследований и установленных научных фактов по данной теме; в полной мере использованы дополнительные знания; полностью владеет темой; материал изложен логично; источники процитированы правильно</p>	<p>Не раскрыты отдельные вопросы; частично использованы результаты исследований и установленных научных фактов по данной теме; частично использованы дополнительные знания; не владеет отдельными вопросами по данной теме; иногда логичность изложения нарушается; незначительные ошибки в цитировании</p>	<p>Тема раскрыта частично; использованы некоторые результаты исследований и установленных научных фактов по данной теме, использованы некоторые дополнительные знания; частично владеет темой; логичность прослеживается слабо; грубые ошибки в цитировании источников</p>	<p>Тема раскрыта не полностью; не использованы результаты исследований и установленных научных фактов по данной теме; не использованы дополнительные знания; не владеет темой; материал изложен нелогично; нет цитат</p>

#### 4.2.5. Критерии оценивания выполнения домашней контрольной работы (для заочной формы обучения)

«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
<p>полное и правильное выполнение заданий домашней контрольной работы, грамотное построение ответов, оформление работы в полном соответствии с предъявляемыми требованиями использование дополнительных научных и нормативных источников</p>	<p>полное и правильное выполнение заданий домашней контрольной работы, незначительные ошибки и погрешности в оформлении работы, дополнительные научные и нормативные источники не использовались</p>	<p>частично правильное выполнении заданий домашней контрольной работы, некритические ошибки в оформлении работы, дополнительные научные и нормативные источники не использовались</p>	<p>домашняя контрольная работа не предоставлена студентом или полностью не соответствует требованиям, предъявляемым к ее оформлению и содержанию</p>

#### 4.2.6. Критерии оценивания решения задач

«Отлично»	«Хорошо»	«Удовлетворительно»	«Неудовлетворительно»
<p>Применяет теоретический материал для поиска необходимых расчетных методик и формул. Строгая последовательность в определении шагов выполнения задания. Получен правильный ответ на предлагаемые</p>	<p>Находит соответствующие заданию расчетные методики и формулы с наводящими указаниями. Несущественное нарушение последовательности в определении шагов выполнения задания.</p>	<p>Находит соответствующие заданию расчетные методики и формулы. Существенное нарушение последовательности в определении шагов выполнения задания. Получен правильный</p>	<p>Не знает необходимые расчетные методики и формулы, не может найти их в готовом теоретическом материале. Непоследовательность в определении шагов выполнения задания. Не получен правильный ответ на предлагаемые</p>

задачи, решение полное, обоснованное, предложено несколько вариантов решения	Получен правильный ответ на предлагаемые задачи, решение полное, обоснованное, предложен один вариант решения	ответ на предлагаемые задачи, но решение не полное	задачи
--	---	--	--------

#### 4.2.7. Критерии оценивания внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся

«Отлично»	«Хорошо»	«Удовлетворительно»	«Неудовлетворительно»
Учебный материал освоен в полной мере; Полностью сформировано умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач; Полностью сформированы общеучебные умения; ответ полностью обоснован и отличается чёткостью изложения; материал полностью оформлен в соответствии с требованиями.	Учебный материал освоен достаточно, имеются небольшие пробелы в знаниях; в достаточной мере сформировано умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач; В значительной степени сформированы общеучебные умения; ответ в достаточной степени обоснован и отличается чёткостью изложения; Материал оформлен в соответствии с требованиями с небольшими неточностями	Учебный материал освоен частично, имеются существенные пробелы в знаниях; Частично сформировано умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач; частично сформированы общеучебные умения; ответ частично обоснован и изложен нечётко; материал частично оформлен в соответствии с требованиями	Учебный материал не освоен; Не сформировано умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач; не сформированы общеучебные умения; ответ не обоснован и не имеет чёткого изложения; Материал не оформлен в соответствии с требованиями

#### 4.2.8. Критерии оценивания знаний и умений по итогам освоения дисциплины

Промежуточная аттестация (итоговый контроль) на очной форме обучения проводится в виде дифференцированного зачёта в ходе летней экзаменационной сессии с выставлением итоговой оценки по дисциплине.

Промежуточная аттестация (итоговый контроль) на заочной форме обучения проводится в виде домашней контрольной работы и дифференцированного зачёта в ходе летней экзаменационной сессии с выставлением итоговой оценки по дисциплине.

К дифференцированному зачёту допускаются учащиеся, успешно выполнившие все виды отчетности, предусмотренные по дисциплине учебным планом. В ходе дифференцированного зачёта проверяется степень усвоения материала, умение творчески мыслить и последовательно, чётко и кратко отвечать на поставленные вопросы, делать конкретные выводы и формулировать обоснованные предложения. Оценка охватывает проверку достижения всех заявленных целей изучения дисциплины и проводится для контроля уровня понимания обучающимися связей между различными ее элементами.



Знания, умения и навыки обучающихся на дифференцированном зачете оцениваются по пятибалльной системе.

Общими критериями, определяющими оценку знаний на дифференцированном зачете, являются:

«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
наличие глубоких, исчерпывающих знаний в объеме пройденного курса в соответствии с поставленными программой курса целями обучения, грамотное и логически стройное изложение материала при ответе, знание дополнительно рекомендованной литературы	наличие твердых и достаточно полных знаний в объеме пройденного курса в соответствии с целями обучения, незначительные ошибки при освещении заданных вопросов, четкое изложение материала	наличие твердых знаний в объеме пройденного курса в соответствии с целями обучения, но изложение ответов с ошибками, исправляемыми после дополнительных вопросов, необходимость наводящих вопросов	наличие грубых ошибок в ответе, непонимание сущности излагаемого вопроса, неуверенность и неточность ответов на дополнительные и наводящие вопросы