

Министерство образования и науки Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г. И. Носова»  
Многопрофильный колледж



УТВЕРЖДАЮ

Директор

С.А. Махновский

03 2018г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**БД.09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
общеобразовательного цикла  
программы подготовки специалистов среднего звена  
технического профиля

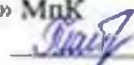
Форма обучения  
очная

Магнитогорск, 2018

Рабочая программа разработана на основе ФГОС стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом МОН РФ от 17 мая 2012 г. № 413; Примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций. Регистрационный номер в федеральном реестре примерных программ № 379 от 23 июля 2015 г.

**Разработчики:**

преподаватель ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г.И. Носова» МпК



/ Мадина Тахировна Гайсина

преподаватель ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г.И. Носова» МпК



Елена Александровна Кирсева

**ОДОБРЕНО**

Предметной комиссией

«Физической культуры и БЖ»

Председатель  Е.А. Кирсева

Протокол № 6 от «21» февраля 2018 г.

Методической комиссией МпК

Протокол № 4 от «01» марта 2018 г.

**Рецензенты:**

Руководитель физического воспитания ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г.И. Носова» МпК. Отличник физической культуры и спорта, преподаватель А.А. Волков

Руководитель физического воспитания ГБПОУ «Магнитогорский педагогический колледж». Отличник физической культуры и спорта, преподаватель А.И. Пундиков

## СОДЕРЖАНИЕ

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4
2 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»	5
3 МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ	5
4 РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
5 ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН	14
6 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
7 ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ	23
8 ТЕМЫ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ	27
9 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»	28
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 Активные и интерактивные формы проведения занятий	32
ПРИЛОЖЕНИЕ 2 Перечень практических занятий	35
Лист регистрации изменений и дополнений	36

## 1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова» Многопрофильный колледж, реализующем образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения программы подготовки специалистов среднего звена на базе основного общего образования.

Программа разработана с учетом требований ФГОС среднего профессионального образования и профиля профессионального образования на основе:

– требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»;

– примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, 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 2015г. Регистрационный номер рецензии 379 от 23 июля 2015г. ФГАУ «ФИРО».

– Рекомендаций 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 (Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259, с уточнениями).

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

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы - совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);

- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;

- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;

- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

В программу включено содержание, направленное на формирование у обучающихся компетенций, необходимых для качественного освоения программы подготовки специалистов среднего звена(ППССЗ) на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

В данной рабочей программе представлены: общая характеристика и место учебной дисциплины, результаты обучения, тематический план и содержание с перечнем практических/лабораторных работ, тематикой индивидуальных проектов, активные и интерактивные формы проведения занятий, учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательной деятельности.

Адаптированная программа разрабатывается при наличии заявления со стороны обучающегося с ограниченными возможностями здоровья (его родителей или законных представителей) и медицинских показаний (рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии).

## **2 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Рабочая программа учебной дисциплины состоит из 4 разделов:

1. Государственная система обеспечения безопасности населения.
2. Основы обороны государства и воинская обязанность.
3. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.
4. Основы медицинских знаний.

Условием формирования общих компетенций и универсальных учебных действий является обучение на основе системно-деятельностного подхода, который предполагает активность обучающихся, когда знание не передается в готовом виде, а строится самими обучающимися в процессе их познавательной деятельности.

При изучении дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» используются педагогические технологии: игровая деятельность; проектная деятельность; проблемное обучение; обучение в диалоге; система вопросов и заданий, организация рефлексивной деятельности; создание ситуаций, направленных на информационный поиск; создание ситуации выбора и т.д., а так же активные и интерактивные методы обучения, представленные в Приложении 1. Наиболее целесообразные виды занятий: комбинированные уроки, практические занятия, семинары, зачёты, дискуссии, консультации.

Программа учитывает необходимость развития у обучающихся компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий и исследовательских навыков. Для этого в качестве заданий предусмотрен поиск и анализ информации в Интернете, разработка индивидуального проекта и создание компьютерной презентации.

Оценка качества освоения учебной дисциплины осуществляется в процессе текущего контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль успеваемости проводится в форме: устного опроса, тестирования, контрольных работ, оценки выполнения практических работ, заданий самостоятельной работы.

Формой промежуточной аттестации по учебной дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» является дифференцированный зачет во 2 семестре.

## **3 МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является учебным предметом из обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» относится к общеобразовательному циклу учебного плана ППССЗ на базе основного общего образования.

При освоении специальностей социально-экономического профиля учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается как базовая учебная дисциплина в объеме 117 часов, в том числе обязательной учебной нагрузки – 78 часов (56 часов – теоретического обучения и 22 часа – практического обучения).

Освоение нового содержания осуществляется с опорой на межпредметные связи с дисциплиной «Физика», «Химия», «Биология».

Знания и умения, полученные обучающимися при освоении общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» углубляются и расширяются в процессе изучения учебных дисциплин программы подготовки специалистов среднего звена цикла «Безопасность жизнедеятельности», «Охрана труда», «Экологические основы природопользования».

## 4 РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение студентами 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;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением

- работы технических средств и правил их эксплуатации;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
  - развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки.

• *предметных:*

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также, как о средстве, повышающем защищенность 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 распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);
- 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.

#### 4.2 Перечень заданий для промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация обучающихся по учебной дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» осуществляется по завершении изучения данной дисциплины и позволяет определить качество и уровень ее освоения.

<i>№</i>	<i>Контрольные вопросы/дидактические единицы</i>	<i>Тема</i>
1.	Цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины.	<b>Введение</b>
2.	Определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность».	
3.	Общая характеристика чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.	<b>Тема 1.1</b> Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного и социального характера.
4.	Модели поведения в условиях вынужденной природной автономии.	
5.	Основные нормативные правовые акты, определяющие правила и безопасность дорожного движения. Правила и безопасность дорожного движения.	
6.	Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	
7.	Основная цель создания, задачи, структура Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Силы и средства РСЧС.	<b>Тема 1.2</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.
8.	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан: МЧС России, Полиция РФ, Служба скорой медицинской помощи, Роспотребнадзор России.	
9.	Гражданская оборона, ее предназначение и задачи. Силы и средства, обеспечивающие безопасность объектов.	<b>Тема 1.3</b> Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении
10.	Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.	
11.	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы (АСДНР).	
12.	Оружие массового поражения: ядерное, химическое, биологическое (бактериологическое) оружие.	<b>Тема 1.4</b> Современные средства поражения и их поражающие факторы
13.	Современные боеприпасы. Новые виды оружия массового поражения.	
14.	Защитные инженерные сооружения. Их характеристика и предназначение.	<b>Тема 1.5</b> Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.
15.	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Условия и порядок их применения.	
16.	Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в	



	защитных сооружениях.	
17.	Основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму.	<b>Тема 1.6</b> Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма РФ.
18.	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника.	
19.	История создания Вооруженных Сил России.	<b>Тема 2.1</b> История создания Вооруженных Сил России.
20.	Организационная структура Вооруженных Сил РФ. Виды ВС, рода войск. Система руководства и управления Вооруженными Силами.	<b>Тема 2.2</b> Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.
21.	Воинская обязанность, ее определение и содержание. Порядок прохождения военной службы.	<b>Тема 2.3</b> Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности.
22.	Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение.	
23.	Обязательная подготовка граждан к военной службе.	
24.	Организация призыва на военную службу. Основание и порядок предоставления отсрочки, и освобождение от военной службы.	
25.	Прохождение военной службы по контракту.	
26.	Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы.	<b>Тема 2.4</b> Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.
27.	Качества личности военнослужащего как защитника Отечества	<b>Тема 2.5.</b> Качества личности военнослужащего как защитника Отечества. Воинская дисциплина, ее сущность и значение.
28.	Воинская дисциплина, ее сущность и значение.	
29.	Боевые традиции Вооруженных Сил России.	<b>Тема 2.6</b> Боевые традиции Вооруженных Сил России. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.
30.	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	
31.	Элементы начальной военной подготовки: назначение Строевого устава ВС РФ.	<b>Тема 2.7</b> Элементы начальной военной подготовки.
32.	Элементы начальной военной подготовки: назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова.	
33.	Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье.	<b>Тема 3.1</b> Здоровье и здоровый образ жизни
34.	Факторы, способствующие укреплению здоровья.	<b>Тема 3.2</b> Факторы, способствующие укреплению здоровья.
35.	Влияние двигательной активности и закаливание организма на здоровье человека.	
36.	Режим дня, труда и отдыха.	
37.	Рациональное питание и его значение для здоровья.	
38.	Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.	<b>Тема 3.3</b> Вредные привычки и их профилактика

39.	Модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби.	
40.	Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений.	<b>Тема 3.4</b> Брак и семья. Основные функции семьи.
41.	Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	
42.	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	<b>Тема 3.5</b> Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.
43.	Социальная роль женщины в современном обществе.	
44.	Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.	<b>Тема 4.1</b> Понятие первой помощи. Общие правила оказания первой помощи
45.	Признаки жизни.	
46.	Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов.	<b>Тема 4.2</b> Травмы и их виды. Правила первой помощи при ранениях
47.	Первая (доврачебная) помощь при поражении электрическим током.	
48.	Первая (доврачебная) помощь при переломах.	
49.	Первая (доврачебная) помощь при ушибах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания.	
50.	Общие сведения о ранах, осложнениях ран, способах остановки кровотечений и обработки ран.	
51.	Первая (доврачебная) помощь при различных видах кровотечений и основные способы их остановки.	
52.	Первая (доврачебная) помощь при перегревании, переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании.	<b>Тема 4.4</b> Первая помощь при ожогах и при воздействии низких температур.
53.	Первая (доврачебная) помощь при ожогах, отморожениях.	
54.	Первая помощь при отравлениях.	<b>Тема 4.5</b> Первая помощь при отравлениях.
55.	Доврачебная помощь при клинической смерти.	<b>Тема 4.6.</b> Первая помощь при отсутствии сознания.
56.	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.	
57.	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	<b>Тема 4.7</b> Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.
58.	Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.	

№	Типовые задания	Тема
1	Вы находитесь в квартире и неожиданно почувствовали острое жжение и боль во рту, горле и глазах, сильное слезотечение, кашель. Вы услышали завывание сирен, включили телевизор. Там шли передачи только центрального телевидения (а приёмника местного вещания у вас нет). Вместе с родителями вы быстро закрыли балконную дверь и форточки. Определить: а) какое ОВ проникло в вашу квартиру; 29 б) какие срочные меры защиты необходимо принять всем членам семьи, поражённым этим веществом.	<b>Тема 1.5</b> Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.
2	Иван Васильевич – водитель с небольшим стажем. Как-то зимой он решил проверить работу двигателя в гараже с закрытыми воротами. Размеры гаража 3 x 5 x 2 м. Скорость заполнения гаража угарным газом ( $Q_{CO}$ ) составляет 30 г в минуту. При концентрации 200–220 мг/м <sup>3</sup> могут появиться первые симптомы отравления. Угарный газ не имеет цвета и запаха, очень токсичен и опасен тем, что может вызывать ...	<b>Тема 3.1</b> Здоровье и здоровый образ жизни
3	Во время ремонта телевизора произошел сильный разряд электрического тока. Мастер потерял сознание и упал возле стола. Его рука продолжает крепко сжимать пучок проводов с деталями. Лицо искажено судорогой. Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности.	<b>Тема 4.2</b> Травмы и их виды. Правила первой помощи при ранениях

### Критерии оценки дифференцированного зачета

–«Отлично» - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, умения сформированы, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено высоко.

–«Хорошо» - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые умения сформированы недостаточно, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.

–«Удовлетворительно» - теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые умения работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий содержат ошибки.

–«Неудовлетворительно» - теоретическое содержание курса не освоено, необходимые умения не сформированы, выполненные учебные задания содержат грубые ошибки.

## 5 ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Раздел/ тема дисциплины	Аудиторная работа (во взаимодействии с преподавателем)						Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
	Всего	в том числе					
		лекции, уроки	практические занятия	лабораторные занятия	Промежуточная аттестация	в том числе консультации	
Введение	2	2					
<b>Раздел 1 Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	<b>18</b>	<b>12</b>	<b>6</b>				
<b>Тема 1.1</b> Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного и социального характера.	6	2	4				
<b>Тема 1.2</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	2	2					
<b>Тема 1.3</b> Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении.	2	2					
<b>Тема 1.4</b> Современные средства поражения и их поражающие факторы.	2	2					
<b>Тема 1.5</b> Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	4	2	2				
<b>Тема 1.6</b> Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма РФ.	2	2					
<b>Раздел 2 Основы обороны государства и воинская обязанность</b>	<b>18</b>	<b>14</b>	<b>4</b>				
<b>Тема 2.1</b> История создания Вооруженных Сил России.	2	2					
<b>Тема 2.2</b> Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	2	2					
<b>Тема 2.3</b> Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности.	2	2					
<b>Тема 2.4</b> Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.	2	2					

<b>Тема 2.5</b> Качества личности военнослужащего как защитника Отечества. Военская дисциплина, ее сущность и значение.	6	2	4				
<b>Тема 2.6</b> Боевые традиции Вооруженных Сил России. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	2	2					
<b>Тема 2.7</b> Элементы начальной военной подготовки.	2	2					
<b>Раздел 3 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>	<b>20</b>	<b>12</b>	<b>8</b>				
<b>Тема 3.1</b> Здоровье и здоровый образ жизни	2	2					
<b>Тема 3.2</b> Факторы, способствующие укреплению здоровья.	8	4	4				
<b>Тема 3.3</b> Вредные привычки и их профилактика	4	2	2				
<b>Тема 3.4</b> Брак и семья. Основные функции семьи.	2	2					
<b>Тема 3.5</b> Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	4	2	2				
<b>Раздел 4 Основы медицинских знаний</b>	<b>20</b>	<b>16</b>	<b>4</b>				
<b>Тема 4.1</b> Понятие первой помощи. Общие правила оказания первой помощи.	2	2					
<b>Тема 4.2</b> Травмы и их виды.	2	2					
<b>Тема 4.3</b> Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях.	4	2	2				
<b>Тема 4.4</b> Первая помощь при ожогах и при воздействии низких температур.	2	2					
<b>Тема 4.5</b> Первая помощь при отравлениях.	2	2					
<b>Тема 4.6</b> Первая помощь при отсутствии сознания.	4	2	2				
<b>Тема 4.7</b> Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	4	4					
<b>Всего</b>	<b>78</b>	<b>56</b>	<b>22</b>				

## **6 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ВВЕДЕНИЕ**

Входной контроль. Инструктивный обзор содержания учебной дисциплины и знакомство обучающихся с основными условиями и требованиями к освоению программы, разработке индивидуального проекта.

#### *Содержание учебного материала*

Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО.

### **Раздел 1 ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ**

#### **Тема 1.1 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций.**

##### **Характеристика чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.**

#### *Содержание учебного материала по теме*

Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

Характеристика чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

Основные нормативные правовые акты, определяющие правила и безопасность дорожного движения. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

**Практическая работа № 1** Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

**Практическая работа № 2** Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

#### **Тема 1.2 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).**

##### **Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.**

#### *Содержание учебного материала по теме*

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций, режимы функционирования.

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.

### **Тема 1.3 Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении.**

#### *Содержание учебного материала по теме*

Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.

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. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

**Демонстрации** видеороликов и составление структурно-логической схемы

### **Тема 1.4 Современные средства поражения и их поражающие факторы.**

#### *Содержание учебного материала по теме*

Современные средства поражения и их поражающие факторы. Оружие массового поражения.

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация и характеристика отравляющих веществ (ОВ). Бактериологическое (биологическое) оружие, способы и признаки его применения. Мероприятия по защите населения.

### **Тема 1.5 Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.**

#### *Содержание учебного материала по теме*

Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.

Основные средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, правила их использования.

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.

**Демонстрации:** плакаты, наглядные пособия, видеоматериалы

**Практическая работа № 3И** Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.

### **Тема 1.6 Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма РФ.**

### *Содержание учебного материала по теме*

Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма РФ. Основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

**Демонстрации:** презентации

## **Раздел 2 ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА И ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ**

### **Тема 2.1 История создания Вооруженных Сил России.**

#### *Содержание учебного материала по теме.*

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.

**Демонстрации:** презентации

### **Тема 2.2 Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.**

#### *Содержание учебного материала по теме.*

Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Воздушно-космические силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: 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, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение.

### **Тема 2.3 Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности.**

#### *Содержание учебного материала по теме.*

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.

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.

Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.

#### **Тема 2.4 Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.**

*Содержание учебного материала по теме.*

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.

Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.

#### **Тема 2.5 Качества личности военнослужащего как защитника Отечества. Воинская дисциплина и ответственность**

*Содержание учебного материала по теме.*

Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества.

Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности.

Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военно-профессиональная деятельность: порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям, особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях.

Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение.

**Практическая работа № 4** Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.

**Практическая работа № 5** Как стать офицером Российской армии.

#### **Тема 2.6 Боевые традиции Вооруженных Сил России. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.**

*Содержание учебного материала по теме.*

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.

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.

## **Тема 2.7 Элементы начальной военной подготовки.**

### *Содержание учебного материала по теме*

Элементы начальной военной подготовки: назначение Строевого устава ВС РФ, назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова, меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб.

## **Раздел 3 ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ**

### **Тема 3.1 Здоровье и здоровый образ жизни.**

#### *Содержание учебного материала по теме*

Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

### **Тема 3.2 Факторы, способствующие укреплению здоровья.**

#### *Содержание учебного материала по теме*

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.

**Практическая работа №6** Изучение основных принципов организации рационального питания.

**Практическая работа № 7** Основные источники загрязнения окружающей среды

### **Тема 3.3 Вредные привычки и их профилактика**

#### *Содержание учебного материала по теме*

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.

Опасности современных молодежных хобби: селфи, трейнсёрфинг (в обиходе зацепинг), руфинг, скайуокинг, диггерство (спуск и изучение подземных коммуникаций), паркур, бейскампинг (подъём на большую высоту без страховки) и др. Модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби.

**Демонстрации** презентации, видеоматериалы

**Практическая работа № 7** Социальные последствия вредных привычек.

### **Тема 3.4 Брак и семья. Основные функции семьи.**

*Содержание учебного материала по теме*

Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический, культурный, материальный). Качества, которые необходимо воспитывать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.

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».

**Демонстрации** презентации, видеоматериалы

### **Тема 3.5 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.**

*Содержание учебного материала по теме*

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.

**Практическая работа № 9** Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основы ухода за младенцем.

**Демонстрации** презентации, видеоматериалы

## **Раздел 4 ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ**

### **Тема 4.1 Понятие первой помощи. Общие правила оказания первой помощи.**

*Содержание учебного материала по теме*

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».

**Демонстрации** презентации, видеоматериалы

### **Тема 4.2 Травмы и их виды. Правила первой помощи при ранениях**

*Содержание учебного материала по теме*

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.

Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.

**Демонстрации** презентации, видеоматериалы

### **Тема 4.3 Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях**

*Содержание учебного материала по теме*

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.

**Практическая работа № 10** Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.

**Демонстрации** презентации, видеоматериалы

### **Тема 4.4 Первая помощь при ожогах и при воздействии низких температур.**

*Содержание учебного материала по теме*

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.

Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.

**Демонстрации** презентации, видеоматериалы

### **Тема 4.5 Отравления. Первая помощь при отравлениях.**

*Содержание учебного материала по теме*

Отравления. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.

**Демонстрации** презентации, видеоматериалы

### **Тема 4.6 Первая помощь при отсутствии сознания.**

*Содержание учебного материала по теме*

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.

Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.

**Демонстрации** презентации, видеоматериалы

**Практическая работа № 11** Изучение и освоение правил проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.

### **Тема 4.7 Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика**

*Содержание учебного материала по теме*

Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний.

Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.

**Демонстрации** презентации, видеоматериалы

## 7 ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)
<b>Введение</b>	<p>Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности.</p> <p>Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите</p>
<b>РАЗДЕЛ 1. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	
<p><b>Тема 1.1</b> Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.</p>	<p>Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.</p> <p>Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.</p> <p>Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.</p>
<p><b>Тема 1.2</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.</p>	<p>Характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС). Раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.</p> <p>Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности</p>
<p><b>Тема 1.3</b> Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении.</p>	<p>Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.</p> <p>Министерство РФ по делам ГО, ЧС и ликвидации последствий стихийных бедствий – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от ЧС.</p> <p>Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.</p> <p>Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС. Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий</p>
<b>Тема</b>	Современные средства поражения и их поражающие

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)
1.4Современные средства поражения и их поражающие факторы.	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.
<b>Тема 1.5</b> Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.
<b>Тема 1.</b> Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма РФ.	Терроризм как общественное явление. Международный терроризм – угроза национальной безопасности России. Характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.
<b>РАЗДЕЛ 2.</b> Основы обороны государства и воинская обязанность	
<b>Тема 2.1</b> История создания Вооруженных Сил России.	Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России.
<b>Тема 2.2</b> Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	Определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.
<b>Тема 2.3</b> Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности.	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. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части Изучение основных видов военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)
<p><b>Тема 2.4</b> Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.</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. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.</p>
<p><b>Тема 2.5.</b> Качества личности военнослужащего как защитника Отечества. Воинская дисциплина, ее сущность и значение.</p>	<p>Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы. Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки.</p>
<p><b>Тема 2.6</b> Боевые традиции Вооруженных Сил России. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.</p>	<p>Определение боевых традиций Вооруженных Сил России. Дни воинской славы России — дни славных побед. Объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести</p>
<p><b>Тема 2.7</b> Элементы начальной военной подготовки</p>	<p>Элементы начальной военной подготовки: назначение Строевого устава ВС РФ, назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова, меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб.</p>
<b>РАЗДЕЛ 3</b> Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	
<p><b>Тема 3.1</b> Здоровье и здоровый образ жизни</p>	<p>Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья.</p>
<p><b>Тема 3.2</b> Факторы, способствующие укреплению здоровья.</p>	<p>Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха.</p>
<p><b>Тема 3.3</b> Вредные привычки и их профилактика</p>	<p>Обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя. Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам.</p>

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)
	Изучение влияния курения на состояние здоровья. Изучение составных частей табачного дыма. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.
<b>Тема 3.4</b> Брак и семья. Основные функции семьи.	Правовые основы взаимоотношения полов. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».
<b>Тема 3.5</b> Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека Определение основных средств планирования семьи. Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины. Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека
<b>РАЗДЕЛ 4 Основы медицинских знаний</b>	
<b>Тема 4.1</b> Понятие первой помощи. Общие правила оказания первой помощи.	Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи. Характеристика основных признаков жизни.
<b>Тема 4.2</b> Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях.	Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений.
<b>Тема 4.3</b> Травмы и их виды. Правила первой помощи при ранениях.	Моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при травмах, ранениях. Идентификация основных признаков теплового удара. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза.
<b>Тема 4.4</b> Первая помощь при ожогах и при воздействии низких температур.	Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при ожогах Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.
<b>Тема 4.5</b> Первая помощь при отравлениях.	Отравления. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.
<b>Тема 4.6</b> Первая помощь при отсутствии сознания.	Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Основные причины остановки сердца. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.
<b>Тема 4.7</b> Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Идентификация основных инфекционных болезней.



## 8 ТЕМЫ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ

В ходе изучения программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обучающиеся могут выбрать одну из предложенных тем для разработки индивидуального проекта или предложить собственную тему.

1. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
2. Взаимодействие человека и среды обитания.
3. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
4. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
5. Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.
6. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
7. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
8. Роль физической культуры в сохранении здоровья.
9. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
10. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
11. Табакокурение и его влияние на здоровье.
12. Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
13. Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
14. Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
15. Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
16. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
17. Терроризм как основная социальная опасность современности.
18. Космические опасности: мифы и реальность.
19. Современные средства поражения и их поражающие факторы.
20. Оповещение и информирование населения об опасности.
21. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
22. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
23. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
24. Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
25. Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.
26. Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
27. Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
28. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
29. Символы воинской чести.
30. Патриотизм и верность воинскому долгу.
31. Дни воинской славы России.
32. Города-герои Российской Федерации.
33. Города воинской славы Российской Федерации.
34. Профилактика инфекционных заболеваний.
35. Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
36. СПИД — чума XXI века.
37. Оказание первой помощи при бытовых травмах.
38. Духовность и здоровье семьи.
39. Здоровье родителей — здоровье ребенка.
40. Формирование здорового образа жизни с пеленок.
41. Как стать долгожителем?
42. Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.
43. Политика государства по поддержке семьи.

## **9 УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **9.1 Материально-техническое обеспечение**

Освоение программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» требует наличия учебного кабинета Безопасности жизнедеятельности и охраны труда.

Помещение кабинета/лаборатории удовлетворяет требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2 № 178-02) и оснащено оборудованием:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- мультимедийное оборудование.

### **9.2 Учебно-методическое обеспечение**

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

- комплект учебно-наглядных пособий(комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов, портретов выдающихся ученых в области обеспечения безопасной жизнедеятельности населения и др.);
- 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-4; 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;
- комплекты технической документации, в том числе паспорта на средства обучения, инструкции по их использованию и технике безопасности;
- паспорт кабинета,
- библиотечный фонд.

В библиотечный фонд входят учебники, учебно-методическая документация, обеспечивающие освоение учебного материала.

Каждый обучающийся в процессе освоения программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» в течение всего периода обучения обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной среде университета и размещенным там электронным учебным материалам.

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

#### **Основные источники**

1. Основы военной службы/В.Ю. Микрюков. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: ФОРУМ; инфра – м, 2015, - 384 с:ил. – (Профессиональное образование) табл. ISBN 978-5-0091-005-4 (ФОРУМ) Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=485219> – Загл. с экрана.

2. Первая доврачебная помощь: учебное пособие / В.Г. Лычев, В.К. Карманов – М.: Форум: ИНФРА-М, 2015. -288 с – (Профессиональное образование) ISBN 978-5-00091-029-0 (Форум) Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=498976> – Загл. с экрана.

3. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие/ Под ред. В.М. Масловой. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Вузовский учебник: ИНФРА-М, 2015. – 240 с ISBN 978-5-16-006187-0 (ИНФРА-М) Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=508589> – Загл. с экрана.

### Периодические издания

Безопасность жизнедеятельности. – ISSN 1684-6435

### Дополнительные источники

1. Гайсина М.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: конспект лекций для студентов всех специальностей - Изд-во Магнитогорск. гос. техн. ун-та им. Г.И. Носова, 2015
2. Назарова, Е.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст]: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования /Е.Н. Назарова, Ю.Д. Жилов. – М.: Издательский Центр Академия, 2012. – 192 с. – (Сер. Бакалавриат) ISBN 978-5-7695-8153-3

### ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. *Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования.* — М., 2013.
2. Назарова Е.Н., Жилов Ю.Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М.,
3. Мاستрюков Б. С. Безопасность в чрезвычайных обстоятельствах в природно- техногенной сфере. Прогнозирование последствий. [Текст]: учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования / Б.С. Мاستрюков. - М.: Издательский Центр Академия, 2011. – 368 с. ISBN 978-5-7695-5916-7 3.

### Нормативно-правовые источники:

- НПИ 1. Конституция РФ Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных федеральными конституционными законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ) // СЗ РФ. — 2009. — № 4. — Ст. 445. (действующая редакция)
- НПИ 2. Уголовный кодекс РФ Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 13.06.1996 № 63-ФЗ) (в ред. от 07.12.2011 ; с изм. и доп., вступающими в силу с 05.04.2013) // СЗ РФ.—1996. — № 25. — Ст. 2954 (действующая редакция)
- НПИ 3. Семейный кодекс РФ Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 29.12.1995 № 223-ФЗ) (в ред. от 12.11.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 1. — Ст. 16. (действующая редакция)
- НПИ 4. ФЗ РФ «О гражданской обороне», с изменениями от 29.06.2015 № 171-ФЗ, от 30.12.2015 № 448-ФЗ)
- НПИ 5. ФЗ РФ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера»
- НПИ 6. ФЗ РФ «О противодействии терроризму» , 26.02.2006.
- НПИ 7. ФЗ РФ «О воинской обязанности и военной службе» (принят 12 марта 1998) с изм. от 6.07.2006г.
- НПИ 8. ФЗ РФ «Об альтернативной гражданской службе» (принят 25. 07. 2002),
- НПИ 9. «О классификации ЧС природного и техногенного характера».
- НПИ 10. Постановление Правительства РФ от 21 мая 2007 г. № 304

НПИ 11. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.

НПИ 12. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.

НПИ 13. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.

НПИ 14. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.

НПИ 15. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ.—2004. — № 2. — Ст. 121.

НПИ 16. Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124)//Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2011. — № 47.

НПИ 17. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2013.

#### 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).

[www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).

[www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).

[www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность).

[www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).

### Активные и интерактивные методы обучения

1. Активных и интерактивные методы используются при проведении теоретических и практических занятий для формирования общих компетенций и универсальных учебных действий

Раздел/тема	Применяемые активные и интерактивные методы	Краткая характеристика
<b>Раздел 1 Государственная система обеспечения безопасности населения</b>		
<b>Тема 1.1</b> Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.	Творческое задание. Семинар «Модели поведения в условиях вынужденной природной автономии». Анализ конкретных ситуаций (кейс-метод).	1. Подготовка к семинару. 2. Обсуждение вопросов семинара. 3. Подведение итогов. Освоение моделей поведения в разных ситуациях. Школа выживания в степи, в тайге, на море. Способы разведения огня, ночевки в природных условиях. Ориентирование на местности
<b>Тема 1.2</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	Коллективная мыслительная деятельность (работа в микрогруппах).	Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности
<b>Тема 1.3</b> Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении.	Лекция-визуализация	Лекция с демонстрацией видеороликов и составление структурно-логической схемы
<b>Тема 1.4</b>	Коллективная мыслительная деятельность (работа в	На первом этапе каждая группа изучает и характеризует один

Раздел/тема	Применяемые активные и интерактивные методы	Краткая характеристика
Современные средства поражения и их поражающие факторы.	микрогруппах).	из видов оружия массового поражения (ядерное, химическое, бактериологическое, современные средства поражения). На втором этапе - анализ общих проблем: современный мир может обойтись без оружия, или это гарант безопасности.
<b>Тема 1.5</b> Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	Лекция-визуализация Семинар «Средства индивидуальной защиты органов дыхания и правила их применения».	1. Подготовка к семинару. 2. Обсуждение вопросов семинара. 3. Подведение итогов. Лекция с демонстрацией видеороликов и составление структурно-логической схемы
<b>Тема 1.6</b> Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта	Урок-презентация	Лекция с демонстрацией презентации и составление структурно-логической схемы.
<b>Раздел 2 Основы обороны государства и воинская обязанность</b>		
<b>Тема 2.1</b> История создания Вооруженных Сил России.	Творческое задание: самостоятельная работа с литературой	Работа с учебником, составление таблицы Особенности ВС в разные периоды становления Российского государства
<b>Тема 2.2</b> Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	Лекция-визуализация	Лекция с демонстрацией видеороликов и составление структурно-логической схемы
<b>Тема 2.3</b> Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности.	Урок - презентация	Лекция с демонстрацией презентации и составление структурно-логической схемы.
<b>Тема 2.4</b> Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская	Творческое задание: самостоятельная работа с литературой	Работа с учебником, с федеральными законами; составление сравнительной таблицы «Альтернативная и контрактная службы».

Раздел/тема	Применяемые активные и интерактивные методы	Краткая характеристика
служба.		
<b>Тема 2.5.</b> Качества личности военнослужащего как защитника Отечества. Воинская дисциплина, ее сущность и значение.	Урок - презентация	Лекция с демонстрацией презентации и составление структурно-логической схемы.
<b>Тема 2.6</b> Боевые традиции Вооруженных Сил России. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	Урок-презентация	Домашнее творческое задание: подготовка презентаций по темам: – Боевые традиции ВС России; – Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. – Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. – Ритуалы Вооруженных Сил РФ. Представление работ на занятии.
<b>Раздел 3 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>		
<b>Тема 3.1</b> Здоровье и здоровый образ жизни	Семинар «Рациональное питание и его значение для здоровья».	1. Подготовка к семинару. 2. Обсуждение вопросов семинара. 3. Подведение итогов
<b>Тема 3.2</b> Факторы, способствующие укреплению здоровья.	Урок-презентация	Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня,
<b>Тема 3.3</b> Вредные привычки и их профилактика	Проблемная лекция	Моделирование социальных последствий вредных привычек
<b>Тема 3.4</b> Брак и семья. Основные функции семьи.	Семинар в диалоговом режиме «Правовые аспекты взаимоотношения полов».	1. Подготовка к семинару. 2. Обсуждение вопросов семинара. 3. Подведение итогов.
<b>Тема 3.5</b> Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	Анализ конкретных ситуаций (кейс-метод).	Решение ситуационных задач.

Раздел/тема	Применяемые активные и интерактивные методы	Краткая характеристика
<b>Раздел 4 Основы медицинских знаний</b>		
<b>Тема 4.1</b> Понятие первой помощи. Общие правила оказания первой помощи.	Лекция-визуализация Анализ конкретных ситуаций (кейс-метод) Имитационный тренинг	Лекция с демонстрацией видеороликов, анализ конкретных ситуаций.
<b>Тема 4.2</b> Травмы и их виды. Правила первой помощи при ранениях.	Лекция-визуализация Анализ конкретных ситуаций (кейс-метод) Имитационный тренинг	Лекция с демонстрацией видеороликов, анализ конкретных ситуаций.
<b>Тема 4.3</b> Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях.	Лекция-визуализация Анализ конкретных ситуаций (кейс-метод) Имитационный тренинг	Лекция с демонстрацией видеороликов, анализ конкретных ситуаций.
<b>Тема 4.4</b> Первая помощь при ожогах и при воздействии низких температур.	Лекция-визуализация Анализ конкретных ситуаций (кейс-метод) Имитационный тренинг	Лекция с демонстрацией видеороликов, анализ конкретных ситуаций.
<b>Тема 4.5</b> Первая помощь при отравлениях.	Лекция-визуализация Анализ конкретных ситуаций (кейс-метод) Имитационный тренинг	Лекция с демонстрацией видеороликов, анализ конкретных ситуаций.
<b>Тема 4.6.</b> Первая помощь при отсутствии сознания.	Лекция-визуализация Анализ конкретных ситуаций (кейс-метод) Имитационный тренинг	Лекция с демонстрацией видеороликов, анализ конкретных ситуаций.
<b>Тема 4.7</b> Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	Лекция-визуализация Анализ конкретных ситуаций (кейс-метод) Имитационный тренинг	Лекция с демонстрацией видеороликов, анализ конкретных ситуаций.





2 Активные и интерактивные методы применяются также при организации самостоятельной внеаудиторной работы обучающихся, в том числе выполнение индивидуальных проектов.




## Перечень практических занятий

Раздел/тема	Наименование практических/лабораторных занятий	Кол-во часов
<b>Раздел 1</b> Государственная система обеспечения безопасности населения		
<b>Тема 1.1</b> Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.	<b>Практическая работа № 1</b> Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. <b>Практическая работа № 2</b> Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	<b>4</b>
<b>Тема 1.5</b> Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	<b>Практическая работа № 3</b> Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	<b>2</b>
<b>Раздел 2</b> Основы обороны государства и воинская обязанность		
<b>Тема 2.5</b> Качества личности военнослужащего как защитника Отечества. Воинская дисциплина и ответственность	<b>Практическая работа № 4</b> Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.	<b>2</b>
<b>Тема 2.6</b> Боевые традиции Вооруженных Сил России. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	<b>Практическая работа № 5</b> Как стать офицером Российской армии.	<b>2</b>
<b>Раздел 3</b> Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		
<b>Тема 3.2</b> Факторы, способствующие укреплению здоровья.	<b>Практическая работа № 6</b> Изучение основных принципов организации рационального питания. <b>Практическая работа № 7</b> Основные источники загрязнения окружающей среды	<b>4</b>
<b>Тема 3.3</b> Вредные привычки и их профилактика	<b>Практическая работа № 8</b> Социальные последствия вредных привычек.	<b>2</b>
<b>Тема 3.5</b> Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	<b>Практическая работа № 9</b> Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основы ухода за младенцем.	
<b>Раздел 4</b> Основы медицинских знаний		
<b>Тема 4.2</b> Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях	<b>Практическая работа № 10</b> Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	<b>2</b>
<b>Тема 4.6</b> Первая помощь при отсутствии сознания.	<b>Практическая работа № 11</b> Изучение и освоение правил проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.	<b>2</b>
<b>Итого</b>		<b>22</b>

**ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ**

п/п	Раздел рабочей программы	Краткое содержание изменения/дополнения	Дата, № протокола заседания ПК	Подпись председателя ПК
		Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» актуализирована. В рабочую программу внесены следующие изменения:		
1	Титульный лист	На основании приказа ректора ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г.И. Носова» № 10-30/465 от 17.07.2018 г. текст «Министерство образования и науки» заменить на текст «Министерство науки и высшего образования Российской Федерации»	12.09.2018 г. Протокол № 1	
2	9. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программ учебной дисциплины	Раздел 9 Рабочей программы дополнить следующим: Комплект учебный лабораторного оборудования «Защитное заземление и зануление» ЭЛБ-240.003.02	12.09.2018 г. Протокол № 1	
3	9. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программ учебной дисциплины	<p>В связи с заключением контрактов со сторонними электронными библиотечными системами «Юрайт» (Договоры Юрайт ЭБС <a href="http://www.biblio-online.ru">www.biblio-online.ru</a> №Д-1096-18, №Д-1097-18), «BOOK.RU» (Договор КноРус медиа ЭБС BOOK.ru №18493307/Д-1093-18) раздел 9. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программ учебной дисциплины пункт «Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы» читать в новой редакции:</p> <p align="center"><b>Основная литература</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Микрюков, В. Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + eПриложение. (СПО). Учебник [Электронный ресурс]: учебник / В. Ю. Микрюков. — Москва : КноРус, 2018. — 290 с. — Режим доступа: <a href="https://www.book.ru/view3/927027/1">https://www.book.ru/view3/927027/1</a> - Загл. с экрана.</li> <li>Микрюков, В. Ю. Основы военной службы [Электронный ресурс]: учебник / В. Ю. Микрюков. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: ФОРУМ : ИНФРА-М, 2018. — 384 с. - Режим доступа: <a href="https://new.znanium.com/read?id=309431">https://new.znanium.com/read?id=309431</a> — Загл. с экрана.</li> </ol> <p align="center"><b>Дополнительная литература</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Безопасность жизнедеятельности [электронный ресурс]: учебное пособие / под ред. В.М. Масловой. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Вузовский учебник: ИНФРА-М, 2015. – 240 с. – Режим доступа: <a href="http://znanium.com/bookread2.php?book=508589">http://znanium.com/bookread2.php?book=508589</a></li> <li>Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс] : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / М. Н. Мисюк. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 499 с. — ISBN 978-5-534-00710-7. — Режим доступа: <a href="https://biblio-online.ru/bcode/412696">https://biblio-online.ru/bcode/412696</a></li> </ol>	12.09.2018 г. Протокол № 1	
	9. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программ учебной дисциплины	<p>В связи с заключением контрактов со сторонними электронными библиотечными системами «Юрайт» (Контракт Юрайт ЭБС <a href="http://www.biblio-online.ru">www.biblio-online.ru</a> №К-55-19 от 05.08.2019), «BOOK.RU» (Контракт КноРус медиа ЭБС BOOK.ru № К-52-19 от 05.08.2019), и обновлением платформы электронной библиотечной системы «Знаниум» раздел 3.2 Рабочей программы читать в новой редакции:</p> <p align="center"><b>Основная литература</b></p>	11.09.2019 г. Протокол № 1	

	<p>1. Микрюков, В. Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + eПриложение. (СПО). Учебник [Электронный ресурс]: учебник / В. Ю. Микрюков. — Москва : КноРус, 2018. — 290 с. — Режим доступа: <a href="https://www.book.ru/view3/927027/1">https://www.book.ru/view3/927027/1</a> - Загл. с экрана.</p> <p>2. Микрюков, В. Ю. Основы военной службы [Электронный ресурс]: учебник / В. Ю. Микрюков. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: ФОРУМ : ИНФРА-М, 2018. — 384 с. - Режим доступа: <a href="https://new.znaniium.com/read?id=309431">https://new.znaniium.com/read?id=309431</a> — Загл. с экрана.</p> <p style="text-align: center;"><b>Дополнительная литература</b></p> <p>1. Безопасность жизнедеятельности [электронный ресурс]: учебное пособие / под ред. В.М. Масловой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Вузовский учебник: ИНФРА-М, 2015. — 240 с. — Режим доступа: <a href="http://znaniium.com/bookread2.php?book=508589">http://znaniium.com/bookread2.php?book=508589</a></p> <p>Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс] : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / М. Н. Мисюк. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 499 с. — ISBN 978-5-534-00710-7. — Режим доступа: <a href="https://biblio-online.ru/bcode/412696">https://biblio-online.ru/bcode/412696</a></p>		
<p>9. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программ учебной дисциплины</p>	<p>В связи с обновлением материально-технического обеспечения п. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программ учебной дисциплины читать в новой редакции:</p> <p>Безопасности жизнедеятельности и охраны труда  Учебная аудитория для проведения учебных занятий, практических занятий, для групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации  Рабочее место преподавателя: персональный компьютер, проектор, экран;  рабочие места обучающихся, доска учебная, учебная мебель</p> <p>Аптечка индивидуальная;  Комплект шин транспортных лестничных;  Носилки бескаркасные с чехлом;  Огнетушители (учебный макет ОУ-3);  Пакет противохимический индивидуальный ИПП;  Самоспасатель изолирующий противопожарный;  Сумка санитарная (укладка по пр 61н);  Костюм защитный ОЗК Л-1;  Анемометры AR816;  Дозиметры "SOEKS" 01м;  Люксметры цифровые AR 813 А;  Шумомеры Testo-815</p> <p>Комплект типового учебного оборудования "Измерение сопротивления заземления методом" БЖД-12;  Комплект типового учебного оборудования "Исследование сопротивления тела человека" БЖД-04;  Комплект типового учебного оборудования "Электробезопасность в трехфазных сетях переменного тока" БЖД-01/02;  Комплект учебный лабораторного оборудования «Защитное заземление и зануление» ЭЛБ-240.003.02  MS Windows (подписка Imagine Premium) договор Д-1227-18 от 08.10.2018, срок действия: 11.10.2021;  Calculate Linux Desktop свободно распространяемое ПО (<a href="https://www.calculate-linux.org/ru/">https://www.calculate-linux.org/ru/</a>), срок действия: бессрочно;</p>	<p>16.09.2020 г.  Протокол № 1</p>	

	MS Office №135 от 17.09.2007, срок действия: бессрочно 7 Zip свободно распространяемое ( <a href="https://www.7-zip.org/">https://www.7-zip.org/</a> ), срок действия: бессрочно		
9. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программ учебной дисциплины	<p>В связи с заключением контрактов со сторонними электронными библиотечными системами “Юрайт” (Контракт № К-55-20 от 25.08.2020 г. ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ», 01.09.2020 г. по 31.08.2021 г.), “BOOK.RU” (Контракт № К-56-20 от 25.08.2020 г. ООО «КноРус медиа», 01.09.2020 г. по 31.08.2021 г.), ЭБС ЗНАНИУМ (Контракт № К-60-20 от 13.08.2020 г. ООО «ЗНАНИУМ», 01.09.2020 г. по 31.08.2021 г.) раздел 9 рабочей программы читать в новой редакции:</p> <p style="text-align: center;"><b>Основная литература</b></p> <p>1. Микрюков, В. Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + eПриложение. (СПО). Учебник [Электронный ресурс]: учебник / В. Ю. Микрюков. — Москва : КноРус, 2018. — 290 с. — Режим доступа: <a href="https://www.book.ru/book/927027">https://www.book.ru/book/927027</a> - Загл. с экрана.</p> <p>2. Микрюков, В. Ю. Основы военной службы [Электронный ресурс]: учебник / В. Ю. Микрюков. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: ФОРУМ : ИНФРА-М, 2018. — 384 с. - Режим доступа: <a href="https://znanium.com/read?id=309431">https://znanium.com/read?id=309431</a> - Загл. с экрана.</p> <p style="text-align: center;"><b>Дополнительная литература</b></p> <p>1. Безопасность жизнедеятельности [электронный ресурс]: учебное пособие / под ред. В.М. Масловой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Вузовский учебник: ИНФРА-М, 2015. — 240 с. — Режим доступа: <a href="https://znanium.com/read?pid=508589">https://znanium.com/read?pid=508589</a></p> <p>Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Электронный ресурс] : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / М. Н. Мисюк. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 499 с. — ISBN 978-5-534-00710-7. — Режим доступа: <a href="https://urait.ru/bcode/412696">https://urait.ru/bcode/412696</a></p>	16.09.2020 г. Протокол № 1	