

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Дедова Ольга Андреевна  
Должность: Директор Рязанского филиала ПГУПС  
Дата подписания: 19.08.2022 09:47:21  
Уникальный идентификатор:  
9abb198844dd20b92d5826d8a9981a2787b556ef

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования**

**«Петербургский государственный университет путей сообщения  
Императора Александра I»  
(ФГБОУ ВО ПГУПС)  
Рязанский филиал ПГУПС**

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор Рязанского филиала  
ПГУПС  
\_\_\_\_\_ О.А.Дедова  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОУД.08 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**для специальностей**

08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений  
13.02.07 Электроснабжение ( по отраслям)

**Квалификация – техник  
вид подготовки - базовая  
Форма обучения – очная**

Рязань  
2022

Рассмотрено на заседании ЦК ОГСЭ  
протокол № 11 от «23» июня 2022 г.  
Председатель Петрова И.М. /Петрова И.М./

Рабочая программа учебной дисциплины ОУД.08 Основы безопасности жизнедеятельности разработана на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ №413 от 17.05.2012 г., предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины ОУД.08 Основы безопасности жизнедеятельности, в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных 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)

**Разработчик программы:**

Безручко С.А., преподаватель УТЖТ - филиала ПГУПС

***Рецензенты:***

Сенечкина Н.И., преподаватель Орловского филиала ПГУПС

Воронина С.А., зам.директора по учебной работе СПбТЖТ – структурное подразделение ПГУПС

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>10</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>18</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>22</b>

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальностям 08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений (базовая подготовка), 13.02.07 Электроснабжение ( по отраслям).

## 1.2. Место учебной дисциплины в программе подготовки специалистов среднего звена

Учебная дисциплина ОУД.08 Основы безопасности жизнедеятельности относится к Общим учебным дисциплинам общеобразовательного цикла. Учебная дисциплина ОУД.08 Основы безопасности жизнедеятельности изучается на базовом уровне.

## 1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины

Освоение содержания учебной дисциплины ОУД.08 Основы безопасности жизнедеятельности обеспечивает достижение обучающимися личностных результатов:

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.	ЛР 1
Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.	ЛР 2
Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3
Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде личностно и профессионального конструктивного «цифрового следа».	ЛР 4
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей	ЛР 5

многонационального народа России.	
Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.	ЛР 6
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 7
Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.	ЛР 8
Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.	ЛР 9
Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.	ЛР 10
Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры.	ЛР 11
Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.	ЛР 12
<b>Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности</b>	
<b>Способность к развитию.</b> Открыт восприятию нового. Своевременно адаптируется к изменениям. Адекватно понимает свои сильные стороны и области, требующие развития. Систематически прикладывает дополнительные усилия для своего развития, ориентируясь как на текущие, так и на будущие приоритеты бизнеса. Быстро осваивает и применяет на практике новые знания и навыки	ЛР 13
<b>Помощь в развитии.</b> По собственной инициативе делится накопленным опытом и знаниями. Помогает менее опытным сотрудникам в освоении новых знаний и навыков.	ЛР 14
<b>Ориентация на интересы клиентов.</b> Выполняя свою работу, учитывает интересы и потребности. Своими действиями формирует у клиентов положительный имидж ОАО «РЖД»	ЛР 15
<b>Ответственное мышление.</b> Планирует и организует собственную работу в соответствии с приоритетами своего подразделения. Анализирует и учитывает влияние своих действий на соседние участки работы, окружающую среду и общество. Бережно и рационально использует ресурсы компании.	ЛР 16
<b>Работа в команде.</b> Знает и уважает традиции ОАО «РЖД»	ЛР 17

Уважительно относится к другим сотрудникам вне зависимости от их статуса и подчинения. Находит конструктивные решения конфликтов и противоречий	
<b>Нацеленность на результат.</b> С готовностью берется за решение сложных задач. Проявляет настойчивость и самостоятельность в достижении целей и преодолении препятствий. Принимает персональную ответственность за допущенные ошибки или неудачи. Проявляет высокую работоспособность, умение работать в напряженном графике. Достигает результата, соблюдая нормы деловой этики	<b>ЛР 18</b>
<b>Работа с высоким качеством.</b> Соблюдает установленные сроки выполнения работ. Выполняет работу с высоким качеством. Результаты не требуют корректировок	<b>ЛР 19</b>
<b>Обеспечение безопасности.</b> Неукоснительно соблюдает стандарты ОАО «РЖД» в области безопасности деятельности. Добивается от других вовлеченных лиц неукоснительного соблюдения стандартов компании в области безопасности. Предлагает инициативы, направленные на повышение безопасности движения и выполнения работ.	<b>ЛР 20</b>
<b>Инициативность.</b> Предлагает перспективные и продуманные инициативы по улучшению деятельности. Поддерживает и развивает конструктивные идеи и инициативы коллег. Принимает активное участие в реализации новых идей. Систематически изучает лучший опыт и внедряет его в свою работу.	<b>ЛР 21</b>
<b>Способность к лидерству.</b> Воодушевляет и мобилизует коллег на достижение результатов. Активно вовлекает коллег в обсуждение и решение вопросов, требующих их участия. Берет на себя роль организатора совместных усилий по достижению результата.	<b>ЛР 22</b>
<b>Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектом Российской Федерации</b>	
Имеющий потребность трудиться на благо процветания семьи, родного города, региона.	<b>ЛР 223</b>
Понимающий значение результатов собственного труда для развития экономики Рязанской области	<b>ЛР 24</b>
<b>Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные Рязанским филиалом ПГУПС</b>	
Демонстрирующий уважение к истории и традициям Рязанского филиала ПГУПС	<b>ЛР 25</b>
Транслирующий в общество положительный имидж обучающегося филиала, проявляющий сопричастность к деятельности филиала	<b>ЛР 26</b>

Освоение содержания учебной дисциплины ОУД.08 Основы безопасности жизнедеятельности обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

### **1. личностных:**

- Л1 развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- Л2 готовность к служению Отечеству, его защите;
- Л3 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;
- Л4 освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

### **2. метапредметных:**

- М1 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;
- М2 приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- М3 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;
- М4 формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- М5 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;

- М6 формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- М7 развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- М8 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;
- М9 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.

### **3. предметных:**

- П1 сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- П2 знание основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- П3 сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- П4 сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- П5 освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- П6 освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- П7 развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- П8 формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- П9 развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного



поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- П10 получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы:

- законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения

- службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности,

- особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

- П11 владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

#### **1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины**

максимальная учебная нагрузка обучающегося – 73 часа, в том числе:

обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося - 73 часа;

самостоятельная работа обучающегося – 00 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объём в часах
Объем образовательной программы	73
в том числе:	
теоретическое обучение	67
практические работы	6
<i>Самостоятельная работа<sup>1</sup></i>	0
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	<b>0</b>

*Самостоятельная работа в рамках образовательной программы планируется образовательной организацией в соответствии с требованиями ФГОС СПО в пределах объема учебной дисциплины в количестве часов, необходимом для выполнения заданий самостоятельной работы обучающихся, предусмотренных тематическим планом и содержанием учебной дисциплины*

---

<sup>1</sup>*Самостоятельная работа в рамках образовательной программы планируется образовательной организацией в соответствии с требованиями ФГОС СПО в пределах объема учебной дисциплины в количестве часов, необходимом для выполнения заданий самостоятельной работы обучающихся, предусмотренных тематическим планом и содержанием учебной дисциплины.*

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Введение</b>	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины.	<b>2</b>	<b>1</b>
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>		<b>14</b>	
<b>Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества	2	1
<b>Тема 1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Двигательная активность и закаливание организма.. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание.	2	1
<b>Тема 1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.	2	1
<b>Тема 1.4. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия, социальные последствия, профилактика наркомании.	2	2
<b>Тема 1.5. Правила и безопасность дорожного движения</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	1	1
	<b>Практическое занятие №1</b> Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	1	2

Тема 1.6. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него		
Тема 1.7. Правовые основы взаимоотношения полов	<b>Содержание учебного материала</b>	2	2
	Брак и семья. Культура брачных отношений.. Мошенничества с банковскими картами Махинации с кредитами. Финансовые пирамиды.		
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения		16	
Тема 2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	<b>Содержание учебного материала</b>	2	2
	Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера		
Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.		
Тема 2.3. Гражданская оборона. Современные средства поражения и их поражающие фактор	<b>Содержание учебного материала</b>	2	2
	Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.		
Тема 2.4. Организация инженерной защиты населения от поражающих	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.		

<b>факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени</b>			
<b>Тема 2.5. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.		
<b>Тема 2.6. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.		
<b>Тема 2.7. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	МЧС России. Полиция.. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России).		
	<b>Практическое занятие №2</b> Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.	2	2
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>		<b>19</b>	
<b>Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	2
	История создания Вооруженных Сил России. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации,		

<b>Федерации</b>			
<b>Тема 3.2. Воинская обязанность</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Первоначальная постановка на воинский учет Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе	4	2
<b>Тема 3.3. Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.	2	1
<b>Тема 3.4. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества</b>	<b>Содержание учебного материала</b> История создания Вооруженных Сил России. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации	1	1
	<b>Практическое занятие №3</b> Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.	1	2
<b>Тема 3.5. Воинская дисциплина и ответственность</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Единоначалие. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих	2	1
<b>Тема 3.6. Боевые традиции Вооруженных Сил России.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества. Дни воинской славы России. Дружба, войсковое	4	1
<b>Тема 3.7. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Ритуал приведения к военной присяге, вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Символы воинской чести.	3	1
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>		22	

<b>Тема 4.1. Понятие первой помощи</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	3
	Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи.		
<b>Тема 4.2. Понятие и виды травм. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	Правила первой помощи при ранениях. Первая помощь при травмах различных областей тела.		
<b>Тема 4.3. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при ожогах</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4	1
	Первая помощь при наружных кровотечениях. Правила наложения жгута и закрутки. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при различных видах ожогов.		
<b>Тема 4.4. Первая помощь при воздействии низких температур</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.		
<b>Тема 4.5. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Первая помощь при отравлениях</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4	2
	Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Острое и хроническое отравление		
<b>Тема 4.6. Первая помощь при отсутствии сознания. Основные инфекционные болезни</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика.		
	<b>Практическое занятие №4</b> Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.	2	2
<b>Тема 4.7. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами.		
<b>Дифференцированный зачет</b>		<b>2</b>	

<p><b>Тематика индивидуальных проектов</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Эволюция среды обитания, переход к техносфере.</li> <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> <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.</li> <li>• 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> <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> </ul>	0	3
--	---	---



<ul style="list-style-type: none"> <li>• Города воинской славы Российской Федерации.</li> <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>		
<p><b>Самостоятельная работа обучающихся над индивидуальными проектами</b>          проектная деятельность в соответствии с темой индивидуального проекта (подготовка (формулирование темы и целей проекта); планирование (определение источников информации, формы отчета,); исследование (сбор информации, решение промежуточных задач); оформление результатов и выводов; представление или отчет, презентация).</p>	0	3
<b>Всего</b>	<b>73</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Материально-техническое обеспечение

Реализация рабочей программы учебной дисциплины требует наличия *учебного кабинета Основ безопасности жизнедеятельности.*

Оборудование кабинета (лаборатории):

- столы учебные;
- стулья ученические;
- доска учебная;
- рабочее место преподавателя;
- наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов, портретов);
- 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 противожоговый; 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 контролирующие программы по темам дисциплины;
- комплекты технической документации, в том числе паспорта на средства обучения, инструкции по их использованию и технике безопасности;
- ноутбук: 1 шт.
- принтер
- DVD-плеер

- телевизор;
- мультимедийный проектор
- мультимедийный экран
- библиотечный фонд.

Пакет прикладных программ:

OS Windows 7, MS Office, Microsoft Security Essentials, Интернет цензор, Средство просмотра XPS, MS Visio 2010, Архиватор 7ZIP, Borland Developer Studio 2006.

При проведении практических занятий с использованием компьютерной техники занятия проводятся в *кабинете Информатики*.

### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

Перечень рекомендуемой учебной литературы, информационных ресурсов сети Интернет.

#### **Основная учебная литература:**

1. Долгов, В. С. Основы безопасности жизнедеятельности : учебник для спо / В. С. Долгов. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 188 с. — ISBN 978-5-8114-8888-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/183084> — Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### **Дополнительная учебная литература:**

2. Занько, Н. Г. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Н. Г. Занько, К. Р. Малаян, О. Н. Русак. — 17-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 704 с. — ISBN 978-5-8114-0284-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/167385> — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Кривошеин, Д. А. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие для вузов / Д. А. Кривошеин, В. П. Дмитренко, Н. В. Горькова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 340 с. — ISBN 978-5-8114-8226-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/173146> — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Беляков, Г.И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях : учебник для СПО / Г. И. Беляков. — 3-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2018. — 354 с. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/67800A5A-D98A-488A-B843-EC6E3AAF5E87](http://www.biblio-online.ru/book/67800A5A-D98A-488A-B843-EC6E3AAF5E87).

Интернет-ресурсы:

1. [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
2. [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД)
3. [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).

4. [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ).

Нормативно-правовая литература:

1. **Конституция Российской Федерации.** — Режим доступа: <https://rg.ru/2020/07/04/konstituciya-site-dok.html>
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. от 01.05.2019 [N 85-ФЗ](#)),)
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования”
5. Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259 «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 образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования».
6. Гражданский кодекс РФ (Ч. 1) (утвержден Федеральным законом от 30.11.94 № 51-ФЗ с изм. и доп. от 03.08.2018 [N 339-ФЗ](#))
7. Гражданский кодекс РФ (Ч. 2) (утвержден Федеральным законом от 26.01.96 № 14-ФЗ) **с изм. и доп.** от 29.07.2018 [N 225-ФЗ](#),
8. Гражданский кодекс РФ (Ч. 3) (утвержден Федеральным законом от 26.11.01 № 146-ФЗ) с изм. и доп. от 03.08.2018 N 292-ФЗ
9. Гражданский кодекс РФ (Ч. 4) (утвержден Федеральным законом от 18.12.06 № 230-ФЗ) с изм. и доп. от 23.05.2018 [N 116-ФЗ](#)
10. Семейный кодекс Российской Федерации" от 29.12.1995 N 223-ФЗ (ред. от 18.03.2019)
11. Уголовный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 13.06.1996 № 63-ФЗ) с изм. и доп. [от 23.04.2019 N 65-ФЗ](#)
12. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» с изм. и доп. от 18.03.2019 [N 39-ФЗ](#),
13. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» с изм. доп. от 23.06.2016 [N 218-ФЗ](#)
14. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от от 29.07.2018 [N 271-ФЗ](#))
15. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от от 27.06.2018 [N 164-ФЗ](#))

16. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от от 3 августа 2018 г. N 309-ФЗ)
17. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от от 29.07.2018 [N 252-ФЗ](#))
18. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от от 06.03.2019 [N 18-ФЗ](#))
19. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. Постановления Правительства РФ от 29 ноября 2018 г. N 1439)
20. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012)
21. Приказ министра обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.02.2010 № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» (зарегистрировано Минюстом России 12.04.2010, регистрационный № 16866).

### **3.3. Выполнение требований ФГОС в части использования активных и интерактивных форм обучения**

В целях реализации компетентностного подхода рабочая программа предусматривает использование в образовательном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий в целях формирования и развития общих и профессиональных компетенций:

Тема 1.1. ЗДОРОВЬЕ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ в форме проблемной лекции;

Тема 1.3. ВЛИЯНИЕ НЕБЛАГОПРИЯТНОЙ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА в форме проблемной лекции;

Тема 1.4. ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ (УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ, КУРЕНИЕ, УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИКОВ) И ИХ ПРОФИЛАКТИКА в форме семинара;

Тема 1.7. ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ ВЗАИМООТНОШЕНИЯ ПОЛОВ в форме семинара;

Тема 2.1. ОБЩИЕ ПОНЯТИЯ И КЛАССИФИКАЦИЯ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ ПРИРОДНОГО И ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА в форме проблемной лекции;

Тема 2.3. ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА. СОВРЕМЕННЫЕ СРЕДСТВА ПОРАЖЕНИЯ И ИХ ПОРАЖАЮЩИЕ ФАКТОР в форме семинара;

Тема 3.1. ИСТОРИЯ СОЗДАНИЯ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИИ. ОРГАНИЗАЦИОННАЯ СТРУКТУРА ВООРУЖЕННЫХ СИЛ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ в форме проблемной лекции;

Тема 3.2. ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ в форме семинара;

Тема 4.5. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ПОПАДАНИИ ИНОРОДНЫХ ТЕЛ В ВЕРХНИЕ ДЫХАТЕЛЬНЫЕ ПУТИ. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИЯХ в форме проблемной лекции

### **3.4. Использование средств вычислительной техники в процессе обучения**

Рабочая программа предусматривает использование персональных компьютеров обучающимися в ходе проведения следующих практических занятий:

Практическое занятие №3 ИЗУЧЕНИЕ СПОСОБОВ БЕСКОНФИКТНОГО ОБЩЕНИЯ И САМОРЕГУЛЯЦИИ

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

Оценка качества освоения учебной дисциплины включает текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию.

Текущий контроль успеваемости осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий в соответствии с фондом оценочных средств по учебной дисциплине.

<b>Результаты освоения учебной дисциплины</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Л1 развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;</li><li>• Л2 готовность к служению Отечеству, его защите;</li><li>• Л3 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;</li></ul>	устный опрос оценка работы студента на семинарах, контрольная работа, тестирование, выполнение практической работы, дифференцированный зачет

Результаты освоения учебной дисциплины	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Л4 освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• М1 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;</li> <li>• М2 приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;</li> <li>• М3 развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника,</li> </ul>	<p>устный опрос оценка работы студента на семинарах, контрольная работа, тестирование, выполнение практической работы, дифференцированный зачет</p>

Результаты освоения учебной дисциплины	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>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;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• М4 формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;</li> <li>• М5 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;</li> <li>• М6 формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;</li> <li>• М7 развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;</li> <li>• М8 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;</li> <li>• М9 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.</li> </ul>	



Результаты освоения учебной дисциплины	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<ul style="list-style-type: none"> <li>• П1 сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;</li> <li>• П2 знание основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;</li> <li>• П3 сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;</li> <li>• П4 сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;</li> <li>• П5 освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;</li> <li>• П6 освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;</li> <li>• П7 развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>• П8 формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;</li> <li>• П9 развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>• П10 получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: – законодательства об обороне</li> </ul>	<p>устный опрос оценка работы студента на семинарах, контрольная работа, тестирование, выполнение практической работы, дифференцированный зачет</p>

Результаты освоения учебной дисциплины	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>государства и воинской обязанности граждан;</p> <p>– прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;</p> <p>– освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• П11 владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.</li> </ul>	