

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Маланичева Наталья Николаевна  
Должность: директор филиала  
Дата подписания: 08.09.2022 15:30:38  
Уникальный программный ключ:  
94732c3d953a82d495dcc3155d5c573883fedd18

**МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА**  
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
**САМАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПУТЕЙ СООБЩЕНИЯ**  
**(СамГУПС)**  
**Филиал СамГУПС в г. Нижнем Новгороде**

**РАССМОТРЕНА**  
на заседании Ученого совета филиала  
СамГУПС в г. Нижнем Новгороде  
протокол от 23 июня 2020 г. № 1

**УТВЕРЖДАЮ**  
И. о. директора филиала СамГУПС  
в г. Н. Новгороде  
  
Н. В. Пшенищев

09 июля 2020 г.

**Основы безопасности жизнедеятельности**  
рабочая программа дисциплины

Специальность 09.02.02 Компьютерные сети

Форма обучения: очная

Нижний Новгород, 2020

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

## **1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» относится к общим дисциплинам общеобразовательной подготовки.

## **1.2. Содержание программы «основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих целей:**

### **Цели:**

-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.

## **1.3. Требования к результатам освоения дисциплины.**

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

### **личностных:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

- готовность к служению Отечеству, его защите;

- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.)

- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как 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 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;

чайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

- формирования умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и чрезвычайных ситуациях;

- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

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

- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и 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 жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

- освоение знания распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных чрезвычайных ситуациях;

- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан: прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

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

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

максимальная учебная нагрузка обучающихся составляет: 117 часов, из них обязательная учебная нагрузка - 78 часов; самостоятельная работа студентов - 39 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

### 2.1 Объём учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы   | Объём часов |
|--|-------------|
| Максимальная учебная нагрузка (всего)  | 117         |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)   | 78          |
| В том числе:   |             |
| Практические   | 18          |
| Лекции, уроки  | 60          |
| Самостоятельная работа обучающегося (всего)  | 39          |
| Промежуточная аттестация в форме контрольного опроса (1 семестр), в форме дифференцированного зачёта (2 семестр) |             |

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины «ОБЖ»

| Наименование разделов и тем   | Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся  | Объём часов | Уровень  |
|---|--|-------------|----------|
| 1   | 2  | 3           | 4        |
| <b>1 СЕМЕСТР (лекции 26 ч. + пр. зан. 10 ч. + сам. р. 17 ч.) всего 51 ч</b> |  |             |          |
| <b>Введение</b>   | Введение в предмет. Основные понятия основ безопасности жизнедеятельности  | <b>2</b>    | <b>2</b> |
| <b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>      |  | <b>29</b>   |          |
| <b>Тема 1.1 Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни</b>         | <b>Содержание учебного материала</b><br>Здоровье физическое и духовное. Режим труда и отдыха. Личная гигиена. Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье.  | 2           | 2        |
|   | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (доклады):</b><br>1. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.<br>2. Взаимодействие человека и среды обитания.<br>3. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.<br>4. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.<br>5. Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.<br>6. Профилактика инфекционных заболеваний.<br>7. СПИД — чума XXI века.<br>8. Духовность и здоровье семьи.<br>9. Здоровье родителей — здоровье ребенка.<br>10. Формирование здорового образа жизни с пеленок.<br>11. Как стать долгожителем? | 2           | 2        |
| <b>Тема 1.2 Факторы, способствующие укреплению здоровья</b>                 | <b>Содержание учебного материала</b><br>Режим дня, правила личной гигиены, физическая активность, рациональное питание, здоровый сон, закаливание организма.   | 2           | 2        |
|   | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. Факторы, способствующие укреплению здоровья.<br>2. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.<br>3. Роль физической культуры в сохранении здоровья.<br>4. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.   | 2           | 2        |

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| <b>Тема 1.3.Правила безопасного поведения в быту</b>   | <b>Содержание учебного материала</b><br>Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях.  | 2 | 2 |
|  | <b>Практическое занятие №1</b><br>Правила безопасного поведения при пожаре в доме.<br>Способы эвакуации из горящего здания   | 2 | 3 |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1.Как предотвратить пожар<br>2. Правила пользования обогревательными приборами<br>3. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.<br>4. Табакокурение и его влияние на здоровье.<br>5.Наркотики и их пагубное воздействие на организм. | 2 | 2 |
| <b>Тема 1.4. Правила безопасного поведения на воде</b> | <b>Содержание учебного материала</b><br>Правила безопасного поведения на воде. Особенности состояния водоемов в разное время года  | 2 | 2 |
|  | <b>Практическое занятие № 2</b><br>Оказание само- и взаимопомощи, терпящим бедствие на воде. Правила безопасности при купании в оборудованных и не оборудованных местах  | 2 | 3 |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1.Безопасность детей на воде.<br>2. Правила безопасности на воде<br>3. Помощь утопающему.<br>4. Первая помощь утопающему   | 1 | 2 |
| <b>Тема 1.5 Правила поведения на природе</b>           | <b>Содержание учебного материала</b><br>Автономное существование человека в природе.   | 2 | 2 |
|  | <b>Практическое занятие №3</b><br>Способы подачи сигналов  | 2 | 3 |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.<br>2. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.                   | 2 | 2 |

|  |   |           |   |
|--|---|-----------|---|
| <b>Тема 1.6. Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях</b>                                 | <b>Содержание учебного материала</b><br>Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов. Основные виды мошенничества. Поведение толпы при возникновении паники.  | 2         | 2 |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. Терроризм как основная социальная опасность современности.<br>2. Космические опасности: мифы и реальность.   | 2         | 2 |
| <b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>                              |   | <b>20</b> |   |
| <b>Тема 2.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</b> | <b>Содержание учебного материала</b><br>Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)   | 2         | 2 |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. Современные средства поражения и их поражающие факторы.<br>2. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.<br>3. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. | 1         | 2 |
| <b>Тема 2.2. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.</b>                        | <b>Содержание учебного материала</b><br>Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время   | 2         | 2 |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. История создания гражданской обороны.<br>2. Задачи гражданской обороны.<br>3. Гражданская оборона: составная часть структуры безопасности государства.   | 1         | 2 |
| <b>Тема 2.3. Оружие массового поражения.</b>   | <b>Содержание учебного материала</b><br>Ядерное оружие. Химическое оружие, Бактериологическое оружие.   | 2         | 2 |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. Ядерное оружие.<br>2. Химическое оружие.<br>3. Бактериологическое оружие.<br>4. Очаги поражения.   | 1         | 2 |



|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| <b>Тема 2.4. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</b> | <b>Содержание учебного материала</b><br>Стихийное бедствие, авария, катастрофа, <b>виды катастроф</b> . Чрезвычайная ситуация, классификация чрезвычайных ситуаций.<br>Зона чрезвычайной экологической ситуации, классификация природных и техногенных ЧС по масштабу и последствиям.<br>Виды ЧС природного и техногенного характера по масштабам и последствиям. | 2 | 2 |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br>1. классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера<br>2. Правила оказания первой медицинской помощи в условиях чрезвычайных ситуаций.<br>3. Медицина катастроф: вчера, сегодня, завтра   | 1 | 2 |
| <b>Тема 2.5. Способы оповещения населения в случаях угрозы или возникновения ЧС</b>                      | <b>Содержание учебного материала</b><br>Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Организация и проведение эвакуационных мероприятий   | 2 | 2 |
|  | <b>Практическое занятие № 4</b><br>Действие по сигналам «Атом», «Вспышка справа» слева и т.д.   | 2 | 3 |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. Оповещение и информирование населения об опасности.<br>2. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.  | 1 | 2 |
| <b>Тема 2.6. Средства защиты населения.</b>  | <b>Содержание учебного материала</b><br>Защитные сооружения ГО. Индивидуальные средства защиты населения  | 2 | 2 |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.  | 1 | 2 |

**2 СЕМЕСТР (лекции 34 ч. + пр. зан. 10 ч. + сам. р. 22 ч) всего 66 ч.**

| <b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>              |  | <b>23</b> |   |
|---|--|-----------|---|
| <b>Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России.</b>                       | <b>Содержание учебного материала</b><br>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 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. | 2         | 2 |
|   | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. Пётр I и создание регулярной российской армии   | 2         | 2 |
| <b>Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации</b> | <b>Содержание учебного материала</b><br>Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации   | 2         | 2 |
|   | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.<br>2. Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.   | 2         | 2 |
| <b>Тема 3.3. Воинская обязанность.</b>  | <b>Содержание учебного материала</b><br>Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета и его предназначение, организация медицинского освидетельствования<br>Порядок призыва на военную службу.  | 2         | 2 |
|   | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.<br>2. Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.   | 2         | 2 |
| <b>Тема 3.4. Воинская дисциплина и ответственность</b>                          | <b>Содержание учебного материала</b><br>Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих.   | 2         | 2 |

|  |  |           |   |
|--|--|-----------|---|
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. Патриотизм и верность воинскому долгу.<br>2. Воинская дисциплина и ответственность.   | 2         | 2 |
| <b>Тема 3.5. Дни воинской славы России — дни славных побед</b> | <b>Содержание учебного материала</b><br>Дни воинской славы России. Формы увековечения памяти воинов России   | 2         | 2 |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. Дни воинской славы России.<br>2. Города-герои Российской Федерации.<br>3. Города воинской славы Российской Федерации.   | 1         | 2 |
| <b>Тема 3.6 Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации</b>   | <b>Содержание учебного материала</b><br>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. | 2         | 2 |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.<br>2. Символы воинской чести.   | 2         | 2 |
| <b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>                     |  | <b>31</b> |   |
| <b>Тема 4.1. Понятие первой помощи.</b>                        | <b>Содержание учебного материала</b><br>Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан РФ»   | 2         | 2 |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. Оказание первой помощи при бытовых травмах.<br>2. Первая помощь при острой сердечной недостаточности.   | 1         | 2 |
| <b>Тема 4.2. Первая помощь при отсутствии сознания.</b>        | <b>Содержание учебного материала</b><br>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.   | 2         | 2 |

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
|  | <p><b>Практическое занятие № 5</b><br/> Реанимация (азбука оживления). Проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.</p>   | 2 | 3 |
|  | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/> <b>Темы рефератов (докладов):</b><br/> 1. Правила оказания первой медицинской помощи при отсутствии сознания.</p>  | 1 | 2 |
| <b>Тема 4.3. Понятие травм и их виды</b>     | <p><b>Содержание учебного материала</b><br/> Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела.</p>   | 2 | 2 |
|  | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/> <b>Темы рефератов (докладов):</b><br/> 1. Правила первой помощи при ранениях.<br/> 2. Правила наложения повязок различных типов.<br/> 3. Первая помощь при травмах различных областей тела.</p>  | 1 | 2 |
| <b>Тема 4.4. Понятие и виды кровотечений</b> | <p><b>Содержание учебного материала</b><br/> Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения</p>  | 2 | 2 |
|  | <p><b>Практическое занятие №6</b><br/> Порядок наложения повязки при ранениях головы, туловища, верхних и нижних конечностей</p>   | 2 | 3 |
|  | <p><b>Самостоятельная работа Тема 4.4. Понятие и виды кровотечений</b><br/> <b>Темы рефератов (докладов):</b><br/> 1. Первая помощь при наружных кровотечениях.<br/> 2. Первая помощь при капиллярном кровотечении.<br/> 3. Первая помощь при артериальном кровотечении.<br/> 4. Правила наложения жгута и закрутки.<br/> 5. Первая помощь при венозном кровотечении.<br/> 6. Смешанное кровотечение.<br/> 7. Основные признаки внутреннего кровотечения</p> | 1 | 2 |

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <b>Тема 4.5. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания</b>             | <b>Содержание учебного материала</b><br>Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.   | 2 | 2 |
|   | <b>Практическое занятие № 7</b><br>Первая (доврачебная) помощь при синдроме длительного сдавливания   | 2 | 3 |
|   | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. Понятие травматического токсикоза.<br>2. Местные и общие признаки травматического токсикоза.<br>3. Основные периоды развития травматического токсикоза.                        | 1 | 2 |
| <b>Тема 4.6. Первая помощь при ожогах.</b>                                      | <b>Содержание учебного материала</b><br>Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур.   | 2 | 2 |
|   | <b>Практическое занятие № 8</b><br>Первая (доврачебная) помощь при ожогах   | 2 | 3 |
|   | <b>Практическое занятие № 9</b><br>Первая (доврачебная) помощь при поражении электрическим током  | 2 | 3 |
|   | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. Основные виды и степени ожогов.<br>2. Первая помощь при термических ожогах.<br>3. Первая помощь при химических ожогах.<br>4. Первая помощь при воздействии высоких температур. | 1 | 2 |
| <b>Тема 4.7. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление</b> | <b>Содержание учебного материала</b><br>Понятие, основные виды и степени отравлений. Первая помощь при отравлениях различными веществами.   | 2 | 2 |
|   | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. Основные виды и степени отравлений.<br>2. Первая помощь при отравлениях различными веществами.   | 1 | 2 |

| <b>Раздел 5 Безопасность жизни</b>   |   | <b>12</b>  |   |
|--|---|------------|---|
| <b>Тема 5.1.Экстремизм и терроризм-чрезвычайные опасности для общества и государства.</b>  | <b>Содержание учебного материала</b><br>1.Понятие экстремизма и терроризма.<br>2.Терроризм и террористическая деятельность.<br>3.Экстремистская деятельность.<br>4.Цели и последствия экстремизма и терроризма.<br>5.Исторические примеры террористических актов. | 2          | 2 |
| <b>Тема 5.2.Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.</b>         | <b>Содержание учебного материала</b><br>Правила безопасности при угрозе террористического акта.   | 2          | 2 |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1.Террористические организации.   | 2          | 2 |
| <b>Тема 5.3. Организация дорожного движения, причины и последствия ДТП.</b>                | <b>Содержание учебного материала</b><br>Правила дорожного движения, понятие ДТП, причины ДТП, последствия.  | 2          | 2 |
| <b>Тема 5.4. Охрана окружающей среды в России. Современные проблемы и пути их решения.</b> | <b>Содержание учебного материала</b><br>1.Понятие окружающая среда.<br>2. Принципы и правила охраны природы.<br>3. Правовые основы охраны природы.  | 2          | 2 |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Темы рефератов (докладов):</b><br>1. Заповедники России.  | 2          | 2 |
| <b>ВСЕГО</b>   |   | <b>117</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 РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Учебная аудитория для проведения занятий всех видов, предусмотренных образовательной программой, для проведения групповых и индивидуальных консультаций, для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации - Кабинет «Безопасности жизнедеятельности» (№2218)

Оборудование: стол преподавателя-1 шт.; стул преподавателя (кресло)-1 шт.; стол ученический-15 шт.; стулья ученические-30 шт.; тумба для аппаратуры -1 шт.; телевизор LG CF-21F39-1 шт.; PioneerDVDplayerDV-420V-K-1 шт.; доска классная настенная-1 шт.; комплект стендов; макет Автомат Калашникова АКМ-2 шт.; учебные приборы (Комплект ВПХР, Комплект ДП-5Б, Комплект ДП-22-А, Комплект ДП-22-В, Комплект ДП-63-А)-5 шт.; показательные СИЗ (учебные) (Комплект ОЗК, Комплект Л-1, противогазы ГП-5, противогазы Д-1, ИПП-8, ППМ, комплект АИ-2)-7 шт.; медицинское оборудование и средства: (носилки медицинские, комплект шин для иммобилизации, аптечка бытовая, жгуты для остановки кровотечения)-4 шт.

Учебно-наглядные пособия - комплект презентаций.

Технические средства обучения: проектор переносной, экран переносной

#### Стрелковый тир (№1010)

Оборудование: плакаты – 11 шт., пулеулавливатели – 3 шт., стойки для стрельбы – 3 шт., ростовые подставки – 3 шт., щиты для стрельбы лежа – 3 шт., стол для разборки и чистки оружия – 1 шт., стол для выдачи пуль – 1 шт., стулья – 2 шт., стол руководителя стрельб – 1 шт.

#### 3.2 Информационное обеспечение обучения.

| № п/п                      | Авторы и составители | Заглавие  | Издательство  | Кол-во               |
|----------------------------|----------------------|---|---|----------------------|
| <b>Основная литература</b> |                      |   |   |                      |
| 1.                         | Беляков, Г. И.       | Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях: учебник для среднего профессионального образования | Москва: Издательство Юрайт, 2019. - 354 с. - Режим доступа: <a href="https://biblionline.ru/book/osnovy-obespecheniya-zhiznedeyatelnosti-i-vyzhivanie-v-chrezvychaynyh-situacijah-436500">https://biblionline.ru/book/osnovy-obespecheniya-zhiznedeyatelnosti-i-vyzhivanie-v-chrezvychaynyh-situacijah-436500</a> | [Электронный ресурс] |
| 2.                         | Микрюков В.Ю.        | Безопасность жизнедеятельности: учебник   | М.: КноРус, 2017. - 283 с. - Режим доступа: <a href="https://www.book.ru/book/918804">https://www.book.ru/book/918804</a>   | [Электронный ресурс] |

| Дополнительная литература |               |  |   |                      |
|---------------------------|---------------|--|---|----------------------|
| 1.                        | Микрюков В.Ю. | Основы безопасности жизнедеятельности + Приложение (для СПО) учебник | М.: КноРус, 2020– 290 с. – Режим доступа: <a href="https://www.book.ru/book/932127">https://www.book.ru/book/932127</a>   | [Электронный ресурс] |
| 2.                        | Данилина М.В. | Практикум по основам безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие | М: Русайнс, 2018. — 308 с. — режим доступа: <a href="https://www.book.ru/book/930083">https://www.book.ru/book/930083</a> | [Электронный ресурс] |

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

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения различных форм и видов текущего контроля, практических занятий, а также по результатам выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

| Результаты обучения   | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения  |
|---|--|
| <p><b>личностные:</b></p> <p><b>Л1</b> развитие личностных, в том числе духовных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;</p> <p><b>Л2</b> готовность к служению Отечеству, его защите;</p> <p><b>Л3</b> формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;</p> <p><b>Л4</b> исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.)</p> <p><b>Л5</b> воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как индивидуальной и общественной ценности;</p> <p><b>Л6</b> освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;</p> | <p><b>Формы контроля обучения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- устный опрос текущего или тематического учета;</li> <li>- работа с текстами по систематизации информации (составление конспектов);</li> <li>- практические задания;</li> <li>- подготовка презентаций;</li> <li>- тестовые задания, диктанты, проверочные работы;</li> <li>- взаимоконтроль обучающихся;</li> <li>- зачет по темам.</li> </ul> <p><b>Методы оценки результатов обучения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- мониторинг - непрерывные контролируемые действия в системе «педагог-обучающийся»;</li> <li>- накопительная оценка</li> </ul> |
| <p><b>Метапредметные</b></p> <p><b>У1</b> овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;</p>   | <p><b>Формы контроля обучения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- устный опрос текущего или тематического учета;</li> <li>- работа с текстами по систематизации информации (составление конспектов);</li> <li>- практические задания;</li> <li>- подготовка и презентация заданий;</li> <li>- тестовые задания, проверочные работы;</li> </ul>   |



**У2** 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;

**У3** формирования умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и чрезвычайных ситуациях;

**У4** приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

**У5** развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

**У6** формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

**У7** формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

**У8** развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

**У9** формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

**У10** развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

**У11** освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других

- взаимоконтроль обучающихся;

- зачет по темам.

**Методы оценки результатов обучения:**

- мониторинг - непрерывные контролируемые действия в системе «педагог-обучающийся»;

-накопительная оценка

|   |  |
|---|--|
| <p>технических средств, используемых в повседневной жизни;</p> <p><b>У12</b> приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;</p> <p><b>У13</b> формирование установки на здоровый образ жизни;</p> <p><b>У14</b> развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;</p>  |  |
| <p><b>Предметные</b></p> <p><b>31</b> 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;</p> <p><b>32</b> получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;</p> <p><b>33</b> сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;</p> <p><b>34</b> сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;</p> <p><b>35</b> освоение знания распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;</p> <p><b>36</b> освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;</p> <p><b>37</b> развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</p> <p><b>38</b> формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;</p> <p><b>39</b> развитие умения применять полученные</p> | <p><b>Формы контроля обучения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- устный опрос текущего или тематического учета;</li> <li>- работа с текстами по систематизации информации (составление конспектов);</li> <li>- практические задания;</li> <li>- подготовка и презентация заданий;</li> <li>- тестовые задания, проверочные работы;</li> <li>- взаимоконтроль обучающихся;</li> <li>- зачет по темам.</li> </ul> <p><b>Методы оценки результатов обучения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- мониторинг - непрерывные контролируемые действия в системе «педагог-обучающийся»;</li> <li>- накопительная оценка</li> </ul> |

знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных чрезвычайных ситуациях;

**310** 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;

**311** освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

**312** 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;