

Федеральное государственное образовательное бюджетное  
учреждение высшего образования

**«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»  
(Финуниверситет)**

**Самарский финансово-экономический колледж  
(Самарский филиал Финуниверситета)**

УТВЕРЖДАЮ  
Заместитель директора по учебно-методической работе  
  
Л.А Косенкова  
« 24 » февраля 20 22 г.  


**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«ОУД.06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**СПЕЦИАЛЬНОСТЬ: 09.07.02 ИНФОРМАЦИОННЫЕ СИСТЕМЫ И  
ПРОГРАММИРОВАНИЕ**

Самара – 2022

Рабочая программа дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 г. № 413 (ред. от 11.12.2020 г. № 712), с учетом требований федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 09.07.02 Информационные системы и программирование, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.12.2016 года № 1547  
Присваиваемая квалификация: администратор баз данных

Разработчики:

Мордвинов С.А.

Преподаватель Самарского филиала  
Финуниверситета

Рецензент:

Шарамыгина Т.В.



Директор ООО «Ризотек»

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании предметной (цикловой) комиссии естественно-математических дисциплин

Протокол от « 24 » января 20 22 г. № 5

Председатель ПЦК М.В. Писцова М.В. Писцова

## Содержание

1.	ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	17

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОУД.06 Основы безопасности жизнедеятельности

### 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» является частью основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование, получающих среднее общее образование в пределах освоения образовательной программы среднего профессионального образования на базе основного общего образования.

### 1.2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена:

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

Рабочая программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного Министерством образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 (ред. от 29.12.2011 №1645, от 31.12.2015 №1578, от 29.06.2017 №613, от 11.12.2020 № 712), предъявляемыми к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», 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) с уточнениями и дополнениями (протокол №3 от 25.05.2017 г. Научно-методического совета Центра профессионального образования и систем квалификации ФГАУ «ФИРО»).

Рабочая программа составлена на основе примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (Протокол от 25.05.2017 г. № 3).

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

Цели изучения учебной дисциплины:

- 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 современных условиях глобализации развития мировой экономики, усложнения, интенсификации и увеличения напряженности профессиональной деятельности специалистов существенно возрастает общественно-производственное значение состояния здоровья каждого человека. Здоровье становится приоритетной социальной ценностью. В связи с этим исключительную важность приобретает высокая профессиональная подготовка специалистов различного профиля к принятию решений и действиям по предупреждению чрезвычайных ситуаций (ЧС), а при их возникновении — к проведению соответствующих мероприятий по

ликвидации их негативных последствий, и прежде всего к оказанию первой помощи пострадавшим.

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучает риски производственной, природной, социальной, бытовой, городской и других сред обитания человека, как в условиях повседневной жизни, так и при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного, природного и социального характера. Данная дисциплина является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности.

Основными содержательными темами программы являются: введение в дисциплину, обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья, государственная система обеспечения безопасности населения, основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний.

Действующее законодательство предусматривает обязательную подготовку по основам военной службы для лиц мужского пола, которая должна проводиться во всех профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования.

Изучение общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации студентов в процессе освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППССЗ).

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

#### **1. 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.

#### **2. 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.

### **3. 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 распространенных 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 и 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. Синхронизация предметных, личностных и метапредметных результатов с общими и профессиональными компетенциями.**

В таблице 1 представлена синхронизация личностных и метапредметных результатов с общими компетенциями в рамках учебной дисциплины.

**1.5. Форма контроля: дифференцированный зачёт**

**Таблица. 1**

Наименование ОК, ПК согласно ФГОС СПО	Наименование личностных результатов	Наименование метапредметных результатов
<p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.</p>	<p>ЛР 01. Развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;</p> <p>ЛР 02. Готовность к служению Отечеству, его защите.</p> <p>ЛР 06. Освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.</p>	<p>МР01. 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;</p> <p>МР02. 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;</p> <p>МР03. Формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях</p> <p>МР12 Формирование установки на здоровый образ жизни;</p> <p>МР13. Развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных</p>



		качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки.
ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.	<p>ЛР 01. Развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;</p> <p>ЛР 06. Освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.</p>	<p>МР06 Формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;</p> <p>МР07 Формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;</p> <p>МР08 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;</p> <p>МР12 Формирование установки на здоровый образ жизни;</p>
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.	<p>ЛР 03. Формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности</p> <p>ЛР 04. Исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);</p> <p>ЛР 06. Освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.</p>	<p>МР02. 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;</p>

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.	ЛР 05. Воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности ЛР 06. Освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.	МР08. 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;
---	---	---

В таблице 2 представлена синхронизация предметных результатов с общими компетенциями в рамках учебной дисциплины.

**Таблица 2**

Наименование общих компетенций согласно ФГОС СПО	Наименование предметных результатов
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.	<p>ПРy01 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>ПРy02 Получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;</p> <p>ПРy03 Сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;</p>
ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.	ПРy08 Формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.	<p>ПРy09 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;</p> <p>ПРy010 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;</p>

<p>ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.</p>	<p>ПРу04 Сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;  ПРу05 Освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;  ПРу06 Освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;  ПРу07 Развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</p>
--	--

В таблице 3 представлена синхронизация предметных результатов с профессиональными компетенциями в рамках учебной дисциплины.

**Таблица 3. Преемственность предметных результатов с результатами дисциплин общепрофессионального цикла и профессиональных модулей (МДК).**

Образовательные результаты	ОБЖ	ПМ11. Разработка, администрирование и защита баз данных
ПРу 01- Пру 10	<p><b>Уметь:</b> организовывать и проводить мероприятия по защите населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций; предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;</p> <p><b>Знать:</b> принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России; основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации.</p>	<p><b>Уметь:</b> обеспечивать информационную безопасность на уровне базы данных</p> <p><b>Знать:</b> способы контроля доступа к данным и управления привилегиями; основные методы и средства защиты данных в базах данных</p>

## 2.1. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Обязательная контактная (аудиторная) учебная нагрузка (всего)</b>	<b>78</b>
в том числе:	
лабораторные работы	-
теоретическое обучение	40
практические занятия	38
контрольные работы	-
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>-</b>
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
<b>Введение</b>		
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>		<b>18</b>
<b>Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Здоровье и здоровый образ жизни.</b> Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	2
<b>Тема 1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Факторы, способствующие укреплению здоровья.</b> Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья.	2
<b>Тема 1.3. Двигательная активность и закаливание организма.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Двигательная активность и закаливание организма.</b> Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.	2
<b>Тема 1.4. Режим дня, труда и отдыха</b>	<b>Практическое занятие № 1.</b> Составление реального и оптимального режима дня студента очной формы обучения	2
<b>Тема 1.5. Правила личной гигиены и здоровье человека</b>	<b>Практическое занятие № 2.</b> Правила личной гигиены и здоровье человека	2
<b>Тема 1.6. Рациональное питание и его значение для здоровья.</b>	<b>Практическое занятие № 3.</b> Рациональное питание и его значение для здоровья.	2
<b>Тема 1.7. Вредные привычки и их профилактика. Социальные</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Вредные привычки и их профилактика.</b> Социальные последствия вредных привычек. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления	2

<b>последствия вредных привычек.</b>	алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	
<b>Тема 1.8. Влияние курения и алкоголя на организм человека</b>	<b>Практическое занятие № 4.</b> Изучение и обобщение фактов негативного влияния курения и алкоголя на организм человека.	2
<b>Тема 1.9. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения.</b>	<b>Практическое занятие № 5.</b> Изучение такого отрицательного явления современности как наркомания и токсикомания. Составление схем и таблиц по общим понятиям и определениям.	2
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>		<b>22</b>
<b>Тема 2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> <b>Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</b> Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	2
<b>Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).</b>	<b>Содержание учебного материала</b> <b>Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</b> История ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	2
<b>Тема 2.3. Правила поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации природного и техногенного характера.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> <b>Практическое занятие № 6. Правила поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации природного и техногенного характера</b> Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).	2
<b>Тема 2.4. Особенности</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	

поведения в условиях вынужденной природной автономии.	<b>Практическое занятие № 7.</b> Особенности поведения в условиях вынужденной природной автономии	2
<b>Тема 2.5.</b> Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.	<b>Содержание учебного материала</b>  <b>Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.</b> Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	2
<b>Тема 2.6.</b> Современные средства поражения и их поражающие факторы	<b>Содержание учебного материала</b>  <b>Современные средства поражения и их поражающие факторы.</b> Мероприятия по защите населения. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	2
<b>Тема 2.7.</b> Устройство и назначение первичных средств пожаротушения.	<b>Практическое занятие № 8.</b> Изучение устройства первичных средств пожаротушения. Составление обобщающей таблицы по видам огнетушителей.	2
<b>Тема 2.8.</b> Средства индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	<b>Практическое занятие № 9.</b> Изучение различных средств индивидуальной защиты (СИЗ) от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени. Изучение строения противогаза и респиратора. Составление сравнительной таблицы по различным видам СИЗ.	2
<b>Тема 2.9.</b> Правила поведения при угрозе террористического акта.	<b>Практическое занятие № 10.</b> Изучение правил поведения при угрозе террористического акта	2
<b>Тема 2.10.</b> Отработка нормативов по надеванию противогаза и ОЗК	<b>Практическое занятие № 11.</b> Отработка нормативов по надеванию противогаза и ОЗК.	2
<b>Тема 2.11.</b> Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара,	<b>Практическое занятие № 12.</b> Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения	2

пользовании средствами пожаротушения		
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>		<b>18</b>
<b>Тема 3.1. История создания и организационная структура Вооруженных Сил России</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>История создания и организационная структура Вооруженных Сил России.</b> 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.	2
<b>Тема 3.2. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации. Рода войск вооруженных Сил Российской Федерации. Самостоятельные рода войск вооруженных Сил Российской Федерации.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>3.2. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации. Рода войск вооруженных Сил Российской Федерации. Самостоятельные рода войск вооруженных Сил Российской Федерации.</b> Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Воздушно-космические силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение.	2
<b>Тема 3.3. Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	
	Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по призыву.	2



<b>Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по призыву.</b>		
<b>Тема 3.4. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	
	Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.	2
<b>Тема 3.5. Военная дисциплина и ответственность. Общие права и обязанности военнослужащих.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	
	Воинская дисциплина и ответственность. Общие права и обязанности военнослужащих.	2
<b>Тема 3.6 Боевые традиции Вооруженных Сил России. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Личностные качества военнослужащего как защитника Отечества.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Боевые традиции Вооруженных Сил России. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Личностные качества военнослужащего как защитника Отечества.</b> Ознакомление с особенностями службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки. Изучение личностных качеств военнослужащего как защитника Отечества	2
<b>Тема 3.7 Материальная часть автомата Калашникова. Разборка и сборка автомата. Чистка, смазка и хранение автомата.</b>	<b>Практическое занятие № 13.</b> Материальная часть автомата Калашникова. Разборка и сборка автомата. Чистка, смазка и хранение автомата.	2
<b>Тема 3.8 Проведение неполной разборки и сборки автомата Калашникова.</b>	<b>Практическое занятие № 14.</b> Проведение неполной разборки и сборки автомата Калашникова.	2

<b>Тема 3.9 Отработка нормативов по неполной разборки и сборки автомата Калашникова.</b>	<b>Практическое занятие № 15.</b> Отработка нормативов по неполной разборки и сборки автомата Калашникова.	2
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний и охрана здоровья</b>		<b>22</b>
<b>Тема 4.1. Понятие первой помощи. Общие правила оказания первой (доврачебной) помощи.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Понятие первой помощи. Общие правила оказания первой (доврачебной) помощи.</b> Изучение приемов первой (доврачебной) медицинской помощи.	2
<b>Тема 4.2. Понятие травм и их виды.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Понятие травм и их виды.</b> Вывихи, переломы, растяжения. Ожоги и обморожения. Состояние при тепловом и солнечном ударе.	2
<b>Тема 4.3. Понятие и виды кровотечений</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Понятие и виды кровотечений.</b> Венозное, артериальное и капиллярное кровотечения.	2
<b>Тема 4.4. Первая медицинская помощь при травмах различных частей тела.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Первая медицинская помощь при травмах различных частей тела.</b> Изучение и отработка приемов первой медицинской помощи при растяжениях, вывихах, переломах. Изучение приемов первой медицинской помощи при ожогах и обморожениях. Изучение приемов первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударе.	2
<b>Тема 4.5. Первая медицинская помощь при различных видах кровотечений.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Практическое занятие № 16. Первая медицинская помощь при различных видах кровотечений.</b> Изучение и отработка приемов первой медицинской помощи при различных видах кровотечений.	2
<b>Тема 4.6. Первая медицинская помощь при отморожениях, тепловом и</b>	<b>Практическое занятие № 17.</b> Изучение и отработка приемов первой медицинской помощи при отморожениях, тепловом и солнечном ударе.	2

солнечном ударе		
<b>Тема 4.7. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте, остановке сердца</b>	<b>Практическое занятие № 18.</b> Изучение и отработка приемов первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности, инсульте, остановке сердца.	2
<b>Тема 4.8. Первая медицинская помощь при радиационном поражении.</b>	<b>Практическое занятие № 19.</b> Изучение приемов первой медицинской помощи при радиационном поражении.	2
<b>Тема 4.9. Первая медицинская помощь при отравлении СДЯВ. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.</b>	<b>Первая медицинская помощь при отравлении СДЯВ. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.</b> Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.	2
<b>Тема 4.10. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Дифференцированный зачет.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	
	<b>Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.</b> Понятие репродуктивного здоровья, как составляющей части здоровья человека и общества. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Понятие патронажа, виды патронажей.	2
	<b>Итого за учебный год</b>	<b>78</b>

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

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

Учебная аудитория для проведения занятий всех видов, в том числе групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (кабинет безопасности жизнедеятельности)

##### Специализированная мебель, оборудование и инвентарь:

Стол учительский  
доска меловая  
столы (парты)  
стулья  
информационные стенды  
Прибор ВПХР  
Прибор ДП 5 В  
Измеритель мощности дозы ДП-5А;  
Радиометр ДП – 12,  
Противогазы ГП 5, ГП-7  
ОЗК

##### Технические средства обучения:

Компьютер  
Мультимедиа проектор EPSON  
Экран

##### Тир (место для стрельбы):

Винтовки пневматические МР-512 кал. 4,5 мм  
Пулеулавливатель  
Стол для стрельбы с упора стоя  
Маты

##### Перечень лицензионного программного обеспечения:

Антивирусная защита «AVP»  
Microsoft включая OS Windows 10  
Office 2016 (предоставлено головным офисом)

##### Методическое обеспечение:

учебно- методический комплекс по учебной дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности».

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

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

###### **Основная литература**

1. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник / Н. В. Косолапова. - 3-е изд. - Москва : Академия, 2018.- 368 с. - (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-4468-6574-1. - Текст : непосредственный.
2. Суворова, Г. М. Методика обучения безопасности жизнедеятельности : учебное пособие

для среднего профессионального образования / Г. М. Суворова, В. Д. Горичева. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2019. - 212 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-09079-6. - Текст : непосредственный.

3. Микрюков, В. Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + eПриложение : учебник / Микрюков В. Ю. - Москва : КноРус, 2020. - 290 с. - (СПО). - URL: <https://book.ru/book/932127> (дата обращения: 18.01.2022). - Режим доступа: ЭБС Book.ru, для зарегистрир. пользователей. - ISBN 978-5-406-07321-6. - Текст : электронный.

4. Данилина, М. В. Практикум по основам безопасности жизнедеятельности : учебное пособие / Данилина М. В. - Москва : Русайнс, 2020. - 308 с. - URL: <https://book.ru/book/935355> (дата обращения: 18.01.2022). - Режим доступа: ЭБС Book.ru, для зарегистрир. пользователей. - ISBN 978-5-4365-4513-4. - Текст : электронный.

#### **Дополнительная**

1. Беляков, Г. И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях : учебник для среднего профессионального образования / Г. И. Беляков. - 3-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юрайт, 2022. - 354 с. - (Профессиональное образование). - URL: <https://ezpro.fa.ru:3217/bcode/491016> (дата обращения: 18.01.2022). - Режим доступа: ЭБС Юрайт, для зарегистрир. пользователей. - ISBN 978-5-534-03180-5. - Текст : электронный.

2. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. - Москва : Юрайт, 2022. - 399 с. - (Профессиональное образование). - URL: <https://ezpro.fa.ru:3217/bcode/489702> (дата обращения: 18.01.2022). - Режим доступа: ЭБС Юрайт, для зарегистрир. пользователей. - ISBN 978-5-534-02041-0. - Текст : электронный.

3. Косолапова, Н. В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум : учебное пособие / Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. - Москва : КноРус, 2020. - 155 с. - (СПО). - URL: <https://book.ru/book/932500> (дата обращения: 18.01.2022). - Режим доступа: ЭБС Book.ru, для зарегистрир. пользователей. - ISBN 978-5-406-07468-8. - Текст : электронный.

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

**Контроль и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения	Темы
<p><b>уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;</li> <li>применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях</li> </ul> <p><b>знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности, репродуктивное здоровье;</li> <li>– факторы, пагубно влияющие на здоровье человека и учитывать их, исключая из своей жизни вредные привычки (курение, пьянство и т.д.);</li> </ul>	<p>Экспертное наблюдение и оценка на практических занятиях № 1, № 2, № 3, № 4, №5</p> <p>Устный и письменный опрос в рамках текущего контроля по темам.</p> <p>Презентация рефератов.</p>	<p>Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни</p> <p>Тема 1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья</p> <p>Тема 1.3. Двигательная активность и закаливание организма</p> <p>Тема 1.6 Вредные привычки и их профилактика. Социальные последствия вредных привычек</p> <p>Тема 4.9. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика</p> <p>Тема 4.11. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка</p>
<p><b>уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;</li> <li>применять полученные знания в области безопасности на практике,</li> </ul>	<p>Экспертное наблюдение и оценка на практических занятиях № 6, № 7, № 8, № 9</p> <p>Устный и письменный опрос в рамках текущего контроля по темам.</p> <p>Презентация рефератов.</p>	<p>Тема 2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</p> <p>Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</p> <p>Тема 2.3. Правила поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации природного и техногенного</p>

<p>проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; - пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты при ЧС;</p> <p><b>знать:</b> наиболее распространенные опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера; основные меры защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций</p>		<p>характера Тема 2.5. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны Тема 2.6. Современные средства поражения и их поражающие факторы</p>
<p><b>уметь:</b> - оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.</p> <p><b>знать:</b> - основы 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; - основные виды военной профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и</p>	<p>Экспертное наблюдение и оценка на практическом занятии № 10 Устный опрос в рамках текущего контроля по темам. Презентация рефератов.</p>	<p>Тема 3.1. История создания и организационная структура Вооруженных Сил России Тема 3.2. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации. Тема 3.3. Рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации. Самостоятельные рода Вооруженных Сил Российской Федерации войск Тема 3.4. Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет Тема 3.5. Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по призыву Тема 3.6. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба Тема 3.7. Воинская дисциплина и ответственность. Общие права и обязанности военнослужащих Тема 3.8. Боевые традиции Вооруженных Сил России</p>

<p>пребывания в запасе</p>		
<p><b>уметь:</b>          владеть основами медицинскими знаниями и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;</p> <p><b>знать:</b>          способы вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи</p>	<p>Экспертное наблюдение и оценка на практических занятиях № 11, № 12, № 13, № 14, № 15, № 16, № 17, № 18, № 19</p> <p>Устный и письменный опрос в рамках текущего контроля по темам.          Презентация рефератов.</p>	
<p>Вопросы для проведения промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачета</p>		



**Обоснование применения технологий дистанционного и электронного обучения для определенных элементов содержания дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности.**

В процессе преподавания дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности возможно использование следующих цифровых инструментов, которые представлены в таблице.

<b>Цифровые инструменты</b>	<b>Применение цифровых инструментов для достижения результатов</b>
Moodle	Учебная платформа, которая помогает в организации учебного процесса (размещение лекционного и практического материала, дополнительных заданий, проверка знаний обучающихся в тестовой форме)
OnlineTestPad	Создание различных тестов, заданий, кроссвордов.
TopHat	Универсальная учебная платформа, которая позволяет преподавателю создавать интересные и интерактивные презентации с целью повышения активности студентов. Контроль знаний после прохождения очередной темы или раздела, чтобы определить уровень понимания темы и плохо усвоенный материал, выявить обучающихся, которые испытывают трудности.
Google classroom	Бесплатный веб-сервис, разработанный Google для школ, который призван упростить создание, распространение и оценку заданий безбумажным способом. Основная цель Google Класс — упростить процесс обмена файлами между учителями и учениками.
Zoom	Zoom — программа для организации видеоконференций. Консультирование обучающихся.

## ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Успешное освоение учебной дисциплины ОУД. 06 Основы безопасности жизнедеятельности предполагает активное, творческое участие обучающегося на всех этапах его освоения путем планомерной, систематической работы. В преподавании используются лекционные и практические формы проведения занятий, информационно-коммуникационные технологии, игровые технологии.

### Активные и интерактивные формы проведения занятий

Семестр	Вид занятия	Тема	Используемые активные и интерактивные формы	Количество часов
1	Практическое занятие	Тема 1.6. Рациональное питание и его значение для здоровья	Кэйс – метод «Составление суточного рациона питания студента»	2
2	Практическое занятие	Тема 1.8. Влияние курения и алкоголя на организм человека	Мозговой штурм «Факторы негативного влияния курения и алкоголя на организм человека»	2
3	Практическое занятие	Тема 2.4. Особенности поведения в условиях вынужденной природной автономии	Деловая игра «Способы выживания в условиях природной автономии»	2
Итого				6