

**Департамент образования Ивановской области  
областное государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Шуйский многопрофильный колледж»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

по программе подготовки квалифицированных рабочих, служащих (ППКРС).  
Социально-экономический профиль.

Уровень обучения: базовый  
Срок реализации: 2 года 10 месяцев

**РАЗРАБОТЧИК ПРОГРАММЫ:**

Преподаватель - организатор ОБЖ  
Золин В.А

---

## СОДЕРЖАНИЕ

| №<br>п/п |                                                                                                      |  |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 1.       | Пояснительная записка                                                                                |  |
| 2.       | Общая характеристика учебного предмета, курса.                                                       |  |
| 3.       | Место учебного предмета в учебном плане.                                                             |  |
| 4.       | Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета.                       |  |
| 5.       | Тематическое планирование с содержанием учебного предмета с распределением часов.                    |  |
| 6.       | Перспективно-тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности студентов. |  |
| 7.       | Планируемые результаты освоения студентами основной образовательной программы.                       |  |
| 8.       | Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса.                             |  |

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа общеобразовательной учебного предмета «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» предназначена для изучения ОБЖ в ОГБПОУ ШМК в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена, для социально-экономического профиля образования.

Программа разработана на основе:

1. ФГОС среднего общего образования (Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413, ред. От 29.06.2017)
2. С учётом примерной основной образовательной программы среднего общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28.06.2016 г. № 2/16-з))
3. Рекомендаций по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных 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).
4. Уточнений рекомендаций по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (Одобрено Научно-методическим советом Центра профессионального образования и систем квалификаций ФГАУ «ФИРО» Протокол № 3 от 25 мая 2017 г.)
5. Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России (Данилюк А.Я., Кондаков А.М., Тишков В.А.- М.: Просвещение, 2009)

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

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы - совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

Программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» является основой для разработки рабочих программ, в которых профессиональные образовательные организации, реализующие образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, уточняют содержание учебного материала, последовательность его изучения, распределение учебных часов, тематику рефератов (докладов), индивидуальных проектов, виды самостоятельных работ, учитывая специфику программ подготовки квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена, осваиваемой профессии или специальности.

Программа может использоваться другими профессиональными образовательными организациями, реализующими образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования, - программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих, программы подготовки специалистов среднего звена (ППКРС, ППССЗ).

## **2.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

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 этой связи 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 предмета «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 программа является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности.

Основными содержательными темами программы являются: введение в предмет, 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. В этой связи программой предусмотрено проведение в конце учебного года для обучающихся мужского пола пятидневных учебных сборов (35 часов), сочетающих разнообразные формы организации теоретических и практических занятий. В итоге, у юношей формируется адекватное представление о военной службе, развиваются качества личности, необходимые для ее прохождения.

Изучение общеобразовательной учебного предмета «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 (ППКРС, ППССЗ).

### 3. МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

#### 3.1 Область применения программы

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

В профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС, ППССЗ).

В учебных планах ППКРС, ППССЗ место учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в составе общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для профессий СПО или специальностей СПО соответствующего профиля профессионального образования.

#### 3.2 Учебный предмет «ОБЖ» включает следующие разделы:

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

#### 3.3 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы:

| Вид учебной работы                                                  | Объем часов              |
|---------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| Максимальная учебная нагрузка (всего)                               | <b>108</b>               |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)                    | <b>72</b>                |
| в том числе:                                                        |                          |
| Лабораторные занятия                                                | <i>непредусмотренные</i> |
| Самостоятельная работа обучающегося (всего)                         | <b>36</b>                |
| <b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета.</b> |                          |

#### 4. ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

Освоение содержания учебного предмета «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 к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике

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

- 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;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

#### ***предметных:***

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищённость личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности
- знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека,
- знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;

- знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

## 5. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

| Наименование разделов и тем                                            | Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Объем часов | Уровень освоения |
|------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------|
| <b>Введение</b>                                                        | <b>Содержание учебного материала:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>2</b>    |                  |
|                                                                        | <p>Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения.</p> <p>Культура безопасности жизнедеятельности - современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |             |                  |
| <b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>16</b>   |                  |
| <b>Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни.</b>                      | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>11</b>   |                  |
|                                                                        | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье.</li> <li>2. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.</li> <li>3. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья.</li> <li>4. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека</li> <li>5. Эволюция среды обитания, переход к техносфере</li> <li>6. Взаимодействие человека и среды обитания</li> <li>7. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.</li> <li>8. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе</li> <li>9. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособность;</li> </ol> | 11          |                  |

|                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |          |  |
|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--|
|                                                            | 10. 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>Самостоятельная работа обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>3</b> |  |
|                                                            | <b>Выполнение реферата по темам:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Здоровье и здоровый образ жизни.</li> <li>2. Способы закаливания организма.</li> <li>3. Физическая культура и спорт в системе обеспечения здоровья.</li> <li>4. Физические факторы, способствующие формированию, росту и укреплению здоровья человека.</li> <li>5. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы</li> <li>6. Роль физической культуры в сохранении здоровья.</li> <li>7. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.</li> <li>8. Взаимодействие человека и среды обитания;</li> <li>9. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества;</li> <li>10. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.</li> <li>11. Что мы знаем о табачном дыме.</li> <li>12. Можно ли побороть вредные привычки.</li> <li>13. Алкоголь – причина многих бед.</li> <li>14. Вредные привычки в моей семье.</li> <li>15. Вредные привычки и наше будущее.</li> <li>16. Детство и алкоголь.</li> <li>17. Последствия наркомании.</li> <li>18. Наркомания – привычка или болезнь?</li> <li>19. Как противостоять среде?</li> </ol> |          |  |
| <b>Тема 1.2 Правила и безопасность дорожного движения.</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>2</b> |  |
|                                                            | 1.Основные нормативные правовые акты определяющие правила и безопасность дорожного движения.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>1</b> |  |
|                                                            | 2. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>1</b> |  |

|                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |           |  |
|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--|
|                                                                             | <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>3</b>  |  |
|                                                                             | Выполнение реферата по темам:<br>Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.(на примере дороги в учебное заведение от дома)                                                                                                                                                                                                             |           |  |
| <b>Тема 1.3 Современные молодежные хобби.</b>                               | <b>Содержание учебного материала:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>2</b>  |  |
|                                                                             | 1.Опасности современных молодежных хобби. Модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби                                                                                                                                                                                                                                                                                          |           |  |
|                                                                             | <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>3</b>  |  |
|                                                                             | 1.Компьютерные игры и их влияние на организм человека;<br>2.Современными молодежными хобби;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |           |  |
| <b>Контрольное занятие по Разделам №1</b>                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>1</b>  |  |
| <b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>18</b> |  |
| <b>Тема 2.1 Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>4</b>  |  |
|                                                                             | 1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС);<br>2.Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;<br>3. Характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.;<br>4. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации . |           |  |
|                                                                             | <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>3</b>  |  |
|                                                                             | Чрезвычайных ситуаций природного;<br>Чрезвычайных ситуаций техногенного характера;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |           |  |

|                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |          |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--|
| <b>Тема 2.2 Гражданская оборона</b>                                                    | <b>Содержание учебного материала:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>7</b> |  |
|                                                                                        | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Гражданская оборона задачи гражданской обороны;</li> <li>2. Структура и органы управления гражданской обороной.;</li> <li>3. Современные средства поражения и их поражающие факторы;</li> <li>4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.;</li> <li>5. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.;</li> <li>6. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.;</li> </ol> |          |  |
|                                                                                        | <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>2</b> |  |
|                                                                                        | Подготовка докладов по темам:<br><ol style="list-style-type: none"> <li>1.Современные средства ОМП и их поражающие факторы:</li> <li>2.История создания РСЧС.</li> <li>3.Органы управления гражданской обороны.</li> <li>4.Защитные сооружения и правила поведения в них.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |          |  |
| <b>Тема 2.3 Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма Российской Федерации.</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>2</b> |  |
|                                                                                        | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма Российской Федерации.;</li> <li>2. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |          |  |
|                                                                                        | <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>2</b> |  |
|                                                                                        | Подготовка докладов по темам:<br><ol style="list-style-type: none"> <li>1.Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности;</li> <li>2. Безопасность, оказавшегося на территории военных действий;</li> <li>3. Терроризм как основная социальная опасность современности</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |          |  |
| <b>Тема 2.4 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.</b>      | <b>Содержание учебного материала:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>4</b> |  |
|                                                                                        | МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.; Полиция; Служба скорой медицинской помощи.; Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |          |  |
|                                                                                        | <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>2</b> |  |

|                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |           |  |
|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--|
|                                                                    | 1.Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России).<br>2.Полиция в Российской Федерации;<br>3.Служба скорой медицинской помощи:<br>4. МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.                                                                                                        |           |  |
| <b>Контрольное занятие по Разделу №2</b>                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>1</b>  |  |
| <b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>18</b> |  |
| <b>Тема 3.1 Вооруженные Силы России.</b>                           | <b>Содержание учебного материала:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>4</b>  |  |
|                                                                    | 1.История создания Вооруженных Сил России.<br>2. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение;<br>3. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации;<br>4. Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, и т.д.                                                                                                             |           |  |
|                                                                    | <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>5</b>  |  |
|                                                                    | <b>Подготовка рефератов по темам:</b><br>1.Вооруженные силы Московского государства в XIV—XV веках.<br>2.Военная реформа Ивана Грозного I.<br>3.Военные реформы в России во второй половине XIX века<br>4.Создание советских Вооруженных Сил.<br>5. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.<br>6. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение |           |  |
| <b>Тема 3.2.Воинская обязан-</b>                                   | <b>Содержание учебного материала:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>13</b> |  |

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |           |  |
|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--|
| <b>ность.</b>                              | 1.Основные понятия о воинской обязанности.<br>2.Организация медицинского освидетельствования граждан.<br>3.Обязательная подготовка граждан к военной службе.<br>4.Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военно-служащих.<br>5.Прохождение военной службы по контракту.<br>6.Альтернативная гражданская служба.<br>7.Качества личности военнослужащего как защитника Отечества.<br>8.Воинская дисциплина и ответственность.<br>9.Военно-профессиональная деятельность .<br>10.Боевые традиции Вооруженных Сил России.<br>11.Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.<br>12.Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.<br>13.Элементы начальной военной подготовки. |           |  |
|                                            | <b>Самостоятельная работа обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>4</b>  |  |
|                                            | 1.Правовая основа и стадии осуществления воинской обязанности.<br>2.Обязанности и права призывников.<br>3.Право на отсрочку.<br>4.Правовое положение военнообязанных.<br>5.Пребывание в запасе.<br>6.Воинская обязанность граждан в условиях мобилизации.<br>7.Служба по контракту.<br>8.Назначение и особенности альтернативной гражданской службы. Преимущество и недостатки гражданской службы.<br>9.Преступления против военной службы.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |           |  |
| <b>Контрольное занятие по Разделу №3</b>   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>1</b>  |  |
| <b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>17</b> |  |

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |           |  |
|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--|
| <b>Тема4.1 Понятие первой помощи.</b>          | <b>Содержание учебного материала:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>10</b> |  |
|                                                | 1.Понятие первой помощи.<br>2.Общие правила оказания первой помощи;<br>3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.<br>4. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения;<br>5. Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов.<br>6. Первая помощь при воздействии низких температур.<br>7. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.<br>8. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.<br>9. Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока.<br>10. Основные причины остановки сердца. |           |  |
|                                                | <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>3</b>  |  |
|                                                | Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях.<br>Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа<br>Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |           |  |
| <b>Тема4.2 Понятие травм и их виды.</b>        | <b>Содержание учебного материала:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>2</b>  |  |
|                                                | 1. Понятие травм и их виды. Правила наложения повязок различных типов.;<br>2. Понятие и виды кровотечений.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |           |  |
|                                                | <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | -         |  |
| <b>Тема 4.3 Основные инфекционные болезни.</b> | <b>Содержание учебного материала:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>2</b>  |  |
|                                                | 1. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.;<br>2. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |           |  |
|                                                | <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>3</b>  |  |
|                                                | Профилактика инфекционных заболеваний;<br>СПИД — чума XXI века.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |           |  |
| <b>Тема4.4 Здоровье родителей</b>              | <b>Содержание учебного материала:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>2</b>  |  |

|                                          |                                                                                                                                                                                   |            |  |
|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--|
| <b>и здоровье будущего ребенка.</b>      | 1.Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи;<br>2.Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. |            |  |
|                                          | <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>                                                                                                                                        | 3          |  |
|                                          | Духовность и здоровье семьи;<br>Политика государства по поддержке семьи                                                                                                           |            |  |
| <b>Контрольное занятие по Разделу №4</b> |                                                                                                                                                                                   | <b>1</b>   |  |
|                                          | <b>Дифференцированный зачет</b>                                                                                                                                                   | <b>1</b>   |  |
| <b>Итого:</b>                            |                                                                                                                                                                                   | <b>108</b> |  |

# 1. ПЕРСПЕКТИВНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ.

## Основные источники (ОИ):

| № п/п | Наименование                                                                                 | Автор                               | Издательство, год издания                                                                                                                  |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОИ 1  | Основы безопасности жизнедеятельности:                                                       | Косолапова Н.В.,<br>Прокопенко Н.А. | Учеб. Для учащихся общеобразовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО                                              |
| ОИ 2  | Безопасность жизнедеятельности:                                                              | Косолапова Н.В.<br>и др.            | Учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО.М., 2017                     |
| ОИ 3  | Безопасность жизнедеятельности.                                                              | Косолапова Н.В.<br>и др.            | Практикум:<br>учеб. пособие для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО.М., 2017 |
| ОИ 4  | Учебник Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл. учеб. для общеобразоват. учреждений.   | Смирнов А.Т.                        | Учеб. Для общеобразоват. учреждений. -10-е изд.- М.: Просвещение, 2009.                                                                    |
| ОИ 5  | Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл. учеб. для общеобразоват. учреждений.» | Смирнов А.Т.,                       | учеб. для общеобразоват. учреждений. -10-е изд.- М.: Просвещение, 2009.                                                                    |
| ОИ 6  | Учебное пособие. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.                         | Смирнов А.Т.,<br>Мишин П.В.         | 7-е изд.-М.: Просвещение, 2009                                                                                                             |
| ОИ7   | Основы безопасности жизнедеятельности.                                                       | Электронный учебник                 | Москва Издательство «Квартал» 2009г;                                                                                                       |
| ОИ8   | Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.                                   | Электронный учебник                 | Москва Издательство «Квартал» 2009г;                                                                                                       |

## Дополнительные источники (ДИ):

| № п/п | Наименование                                                                             | Автор | Издательство, год издания |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------|
| ДИ 1  | Научно-методический и информационный журнал: ОБЖ. Основы безопасности жизнедеятельности. |       |                           |

## **Интернет-ресурсы (И-Р)**

[www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) - сайт МЧС РФ.

[www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) - сайт МВД РФ.

[www.mil.ru](http://www.mil.ru) - сайт Минобороны.

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

[dic.academic.ru](http://dic.academic.ru) - Академик. Словари и энциклопедии.

[www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) - Boo^ Gid. Электронная библиотека.

[globalteka.ru/index.html](http://globalteka.ru/index.html) - Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов.

[window.edu.ru](http://window.edu.ru) - Единое окно доступа к образовательным ресурсам.

[www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) - Электронно-библиотечная система IPRbooks

[www.school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) - Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность.

[ru/book](http://ru/book) - Электронная библиотечная система.

<http://www.pobediteli.ru> -Проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»

<http://www.monino.ru> -Музей Военно-Воздушных Сил

<http://simvolika.rsl.ru>- Государственные символы России. История и реальность

<http://militera.lib.ru> - Военная лит

| Содержание обучения учебного предмета |                                                                                                         |                               |             |                                                   |                                                  |                            |              |                         |                                      |
|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-------------|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------|--------------|-------------------------|--------------------------------------|
| № занятия                             | Наименование разделов, тем, занятий                                                                     | Обязательная учебная нагрузка |             | Материальное и информационное обеспечение занятий | Внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся |                            |              | Формы и методы контроля | Характеристика деятельности студента |
|                                       |                                                                                                         | Кол-во часов                  | Вид занятий |                                                   | Вид занятий                                      | Информационное обеспечение | Кол-во часов |                         |                                      |
| 1                                     | 2                                                                                                       | 3                             | 4           | 5                                                 | 6                                                | 7                          | 8            | 9                       | 10                                   |
|                                       | <b>Введение</b>                                                                                         | <b>2</b>                      |             |                                                   |                                                  |                            |              |                         |                                      |
| 1                                     | Актуальность изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины.       | 1                             | урок        | ОИ 1,2 И-Р 1                                      |                                                  |                            |              | опрос                   |                                      |
| 2                                     | Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО. | 1                             | урок        | ОИ 1,2 И-Р 1                                      |                                                  |                            |              | опрос                   |                                      |
|                                       | <b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>                                  | <b>16</b>                     |             |                                                   |                                                  |                            |              |                         |                                      |
|                                       | <b>Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни.</b>                                                       | <b>11</b>                     |             |                                                   |                                                  |                            |              |                         |                                      |
| 3                                     | Общие понятия о здоровье. Факторы, способствующие укреплению здоровья.                                  | 1                             | урок        | ОИ 1, ОИ 2                                        |                                                  |                            |              | опрос                   |                                      |
| 4                                     | Режим дня, труда и отдыха.                                                                              | 1                             | урок        | ОИ 1 ОИ 2                                         |                                                  |                            |              | опрос                   |                                      |

|    |                                                                                                         |          |                        |           |                    |                   |          |         |  |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------------------|-----------|--------------------|-------------------|----------|---------|--|
| 5  | Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой                           | 1        | урок                   | ОИ 1 ОИ 2 |                    |                   |          | опрос   |  |
| 6  | Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья                                             | 1        | урок                   | ОИ 1 ОИ 2 |                    |                   |          | опрос   |  |
| 7  | Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. | 1        | урок                   | ОИ 1 ОИ 2 |                    |                   |          | опрос   |  |
| 8  | Эволюция среды обитания, переход к техносфере                                                           | 1        | урок                   | ОИ 1 ОИ 2 |                    |                   |          | опрос   |  |
| 9  | Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе               | 1        | урок                   | ОИ 1 ОИ 2 |                    |                   |          | опрос   |  |
| 10 | Репродуктивное здоровье.                                                                                | 1        |                        |           |                    |                   |          |         |  |
| 11 | Вредные привычки и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.                        | 1        | урок                   | ОИ 1 ОИ 2 |                    |                   |          | опрос   |  |
| 12 | Курение и его влияние на состояние здоровья.                                                            | 1        | урок                   | ОИ 1 ОИ 2 |                    |                   |          | опрос   |  |
| 13 | Наркотики, наркомания, токсикомания и их профилактика.                                                  | 1        | урок                   | ОИ 1 ОИ 2 |                    |                   |          | опрос   |  |
|    | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                          | <b>3</b> |                        |           |                    |                   |          |         |  |
|    | 1.Здоровье и здоровый образ жизни.<br>2.Способы закаливания организма.                                  |          | Самостоятельная работа |           | написание реферата | ОИ 1, ДИ 1, И-Р-2 | <b>3</b> | реферат |  |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|
|  | <p>3. Физическая культура и спорт в системе обеспечения здоровья.</p> <p>4. Физические факторы, способствующие формированию, росту и укреплению здоровья человека.</p> <p>5. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы</p> <p>6. Роль физической культуры в сохранении здоровья.</p> <p>7. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.</p> <p>8. Взаимодействие человека и среды обитания;</p> <p>9. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества;</p> <p>10. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.</p> <p>11. Что мы знаем о табачном дыме.</p> <p>12. Можно ли побороть вредные привычки.</p> <p>13. Алкоголь – причина многих бед.</p> <p>14. Вредные привычки в моей семье.</p> <p>15. Вредные привычки и наше будущее.</p> <p>16. Детство и алкоголь.</p> |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|

|    |                                                                                                                                                                                                                                                   |          |                             |                            |                       |                        |          |         |  |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------------------------|----------------------------|-----------------------|------------------------|----------|---------|--|
|    | 17.Последствия наркомании.<br>Наркомания – привычка или бо-<br>лезнь?<br>18.Как противостоять среде?                                                                                                                                              |          |                             |                            |                       |                        |          |         |  |
|    | <b>Тема 1.2 Правила и безопас-<br/>ность дорожного движения.</b>                                                                                                                                                                                  | <b>2</b> |                             |                            |                       |                        |          |         |  |
| 14 | Основные нормативные право-<br>вые акты определяющие правила<br>и безопасность дорожного дви-<br>жения.                                                                                                                                           | 1        | урок                        | ОИ 1, ДИ 1,<br>И-Р 1       |                       |                        |          | опрос   |  |
| 15 | Модели поведения пешеходов,<br>велосипедистов, пассажиров и<br>водителей транспортных средств<br>при организации дорожного дви-<br>жения.                                                                                                         | 1        | урок                        | ОИ 1, ДИ 1                 |                       |                        |          | опрос   |  |
|    | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                                                    | <b>3</b> |                             |                            |                       |                        |          |         |  |
|    | <i>Выполнение реферата по те-<br/>мам:<br/>Модели поведения пешеходов,<br/>велосипедистов, пассажиров и<br/>водителей транспортных<br/>средств при организации дорож-<br/>ного движения.(на примере доро-<br/>ги в учебное заведение от дома)</i> |          | Самостоятель-<br>ная работа |                            | написание<br>реферата | ОИ 1-4,<br>ДИ 1, И-Р-2 | <b>3</b> | реферат |  |
|    | <b>Тема 1.3 Современные моло-<br/>дежные хобби.</b>                                                                                                                                                                                               | <b>2</b> |                             |                            |                       |                        |          |         |  |
| 16 | Опасности современных моло-<br>дежных хобби.                                                                                                                                                                                                      | 1        | урок                        | ОИ 1, ОИ 2,<br>ОИ 3, И-Р 1 |                       |                        |          | опрос   |  |

|    |                                                                                                                                       |    |                        |                         |                   |                     |   |        |  |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|------------------------|-------------------------|-------------------|---------------------|---|--------|--|
| 17 | Модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби                                                  | 1  |                        | ОИ 1, ОИ 2, ОИ 3, И-Р 1 |                   |                     |   |        |  |
|    | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                        | 3  |                        |                         |                   |                     |   |        |  |
|    | 1.Компьютерные игры и их влияние на организм человека;<br>2.Современными молодежными хобби;                                           |    | Самостоятельная работа |                         | написание реферат | ОИ 1-4, ДИ 1, И-Р-2 | 3 | доклад |  |
| 18 | <b>Контрольное занятие по Разделу №1</b>                                                                                              | 1  |                        |                         |                   |                     |   |        |  |
|    | <b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>                                                           | 18 |                        |                         |                   |                     |   |        |  |
|    | <b>Тема2.1 Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.</b>                                                             | 4  |                        |                         |                   |                     |   |        |  |
| 19 | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)                                               | 1  | урок                   | ОИ 1, ДИ 1, И-Р 1       |                   |                     |   |        |  |
| 20 | Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.                                              | 1  | урок                   | ОИ 1, ДИ 1, И-Р 1       |                   |                     |   | опрос  |  |
| 21 | Характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. | 1  | урок                   | ОИ 1, ДИ 1, И-Р 1       |                   |                     |   |        |  |
| 22 | Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации .                                                            | 1  | урок                   | ОИ 1, ДИ 1, И-Р 1       |                   |                     |   |        |  |

|    |                                                                                                                                                          |          |                            |                          |                    |                   |          |              |  |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------------------------|--------------------------|--------------------|-------------------|----------|--------------|--|
|    | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                           | <b>3</b> |                            |                          |                    |                   |          |              |  |
|    | 1. Чрезвычайных ситуаций природного;<br>2. Чрезвычайных ситуаций техногенного характера;                                                                 |          | Самостоятельная подготовка |                          | написание реферата | ОИ 1;ОИ 3; И-Р 1; | <b>3</b> | отчет        |  |
|    | <b>Тема 2.2 Гражданская оборона</b>                                                                                                                      | <b>7</b> |                            |                          |                    |                   |          |              |  |
| 23 | Гражданская оборона задачи гражданской обороны.                                                                                                          | 1        | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                   |          | опрос        |  |
| 24 | Структура и органы управления гражданской обороной.                                                                                                      | 1        | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                   |          | опрос        |  |
| 25 | Современные средства поражения и их поражающие факторы.                                                                                                  | 1        | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                   |          | устный опрос |  |
| 26 | Современные средства поражения и их поражающие факторы.                                                                                                  | 1        | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                   |          | устный опрос |  |
| 27 | Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.                                         | 1        | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                   |          | устный опрос |  |
| 28 | Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.                                                              | 1        | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                   |          | устный опрос |  |
| 29 | Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. | 1        | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                   |          | устный опрос |  |
|    | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                           | <b>2</b> |                            |                          |                    |                   |          |              |  |

|    |                                                                                                                                                                                                                   |   |                            |                       |                    |                       |   |        |  |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----------------------------|-----------------------|--------------------|-----------------------|---|--------|--|
|    | 1.История создания РСЧС.<br>2.Органы управления гражданской обороны.<br>3.Защитные сооружения и правила поведения в них.                                                                                          |   | Самостоятельная подготовка |                       | написание реферата | ОИ 1, ОИ 2 ОИ 3 И-Р 1 | 2 | отчет  |  |
|    | <b>Тема2.3 Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма Российской Федерации.</b>                                                                                                                             | 2 |                            |                       |                    |                       |   |        |  |
| 30 | Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма Российской Федерации.                                                                                                                                            | 1 | урок                       | ОИ 1, ОИ 2 ОИ 3 И-Р 1 |                    |                       |   | опрос  |  |
| 31 | Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.                                                                                                                                                  | 1 | урок                       | ОИ 1, ОИ 2, ОИ 3      |                    |                       |   | опрос  |  |
|    | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                    | 2 |                            |                       |                    |                       |   |        |  |
|    | 1.Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности;<br>2. Безопасность , оказавшегося на территории военных действий;<br>3. Терроризм как основная социальная опасность современности |   | Самостоятельная подготовка |                       | написание реферата | ОИ 1, ОИ 2 ОИ 3 И-Р 1 | 2 | доклад |  |
|    | <b>Тема 2.4 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.</b>                                                                                                                                 | 4 |                            |                       |                    |                       |   |        |  |
| 32 | МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.                                                                                                                    | 1 | урок                       | ОИ 1, ОИ 2 ОИ 3 И-Р 1 |                    |                       | 1 | опрос  |  |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |           |                            |                          |                    |                          |   |         |  |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------|--------------------------|--------------------|--------------------------|---|---------|--|
| 33 | Полиция                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 1         | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                          | 1 | опрос   |  |
| 34 | Служба скорой медицинской помощи.                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 1         | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                          | 1 | опрос   |  |
| 35 | Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 1         | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                          | 1 | опрос   |  |
|    | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>2</b>  |                            |                          |                    |                          |   |         |  |
|    | <i>1. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России).</i><br><i>2. Полиция в Российской Федерации;</i><br><i>3. Служба скорой медицинской помощи;</i><br><i>4. МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</i> |           | Самостоятельная подготовка |                          | написание реферата | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 | 2 | реферат |  |
| 36 | <b>Контрольное занятие по Разделу №2</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 1         | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                          |   | отчет   |  |
|    | <b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>18</b> |                            |                          |                    |                          |   |         |  |
|    | <b>Тема 3.1 Вооруженные Силы России.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>4</b>  |                            |                          |                    |                          |   |         |  |
| 37 | История создания Вооруженных Сил России.                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 1         | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                          |   | опрос   |  |
| 38 | Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.                                                                                                                                                                                                                                                                 | 1         | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                          |   | опрос   |  |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |           |                            |                          |                    |                          |   |              |  |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------|--------------------------|--------------------|--------------------------|---|--------------|--|
| 39 | Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.,                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 1         | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                          |   | опрос        |  |
| 40 | Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, и т.д.                                                                                                                                                                                                                                                                         | 1         | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                          |   | опрос        |  |
|    | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>5</b>  |                            |                          |                    |                          |   |              |  |
|    | 1. Вооруженные силы Московского государства в XIV—XV веках.<br>2. Военная реформа Ивана Грозного I.<br>3. Военные реформы в России во второй половине XIX века<br>4. Создание советских Вооруженных Сил.<br>5. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.<br>6. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. |           | Самостоятельная подготовка |                          | написание реферата | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 | 5 | отчет        |  |
|    | <b>Тема 3.2.Воинская обязанность.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>13</b> |                            |                          |                    |                          |   |              |  |
| 41 | 1. Основные понятия о воинской обязанности.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 1         | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                          |   | устный опрос |  |
| 42 | Организация медицинского освидетельствования граждан.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 1         | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                          |   | устный опрос |  |
| 43 | Обязательная подготовка граждан к военной службе.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 1         | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                          |   | устный опрос |  |
| 44 | Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 1         | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                    |                          |   | опрос        |  |

|    |                                                                                                                              |          |                            |                             |                     |                          |          |              |  |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------------------------|-----------------------------|---------------------|--------------------------|----------|--------------|--|
|    | обязанности военнослужащих.                                                                                                  |          |                            |                             |                     |                          |          |              |  |
| 45 | Прохождение военной службы по контракту.                                                                                     | 1        | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1    |                     |                          |          | опрос        |  |
| 46 | Альтернативная гражданская служба.                                                                                           | 1        | урок                       | ОИ 1, ДИ 1,<br>И-Р 1        |                     |                          |          | опрос        |  |
| 47 | Качества личности военнослужащего как защитника Отечества.                                                                   | 1        | урок                       | ОИ 1, ДИ 1,<br>И-Р 1        |                     |                          |          | опрос        |  |
| 48 | Воинская дисциплина и ответственность.                                                                                       | 1        | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1    |                     |                          |          | устный опрос |  |
| 49 | Военно-профессиональная деятельность .                                                                                       | 1        | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1    |                     |                          |          | опрос        |  |
| 50 | Боевые традиции Вооруженных Сил России.                                                                                      | 1        | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1    |                     |                          |          | опрос        |  |
| 51 | Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.     | 1        | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р<br>1 |                     |                          |          | опрос        |  |
| 52 | Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.                                                                                | 1        | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1    |                     |                          |          | опрос        |  |
| 53 | Элементы начальной военной подготовки.                                                                                       | 1        | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1    |                     |                          |          | опрос        |  |
|    | <b>Самостоятельная работа:</b>                                                                                               | <b>4</b> |                            |                             |                     |                          |          |              |  |
|    | 1.Правовая основа и стадии осуществления воинской обязанности.<br>2.Обязанности и права призывников.<br>3.Право на отсрочку. |          | Самостоятельная подготовка |                             | написание рефератов | ОИ 1, ОИ 2 ОИ<br>3 И-Р 1 | <b>4</b> | доклад       |  |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |           |      |                          |  |  |  |       |  |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------|--------------------------|--|--|--|-------|--|
|    | <p>4.Правовое положение военнообязанных.</p> <p>5.Пребывание в запасе.</p> <p>6.Воинская обязанность граждан в условиях мобилизации.</p> <p>7.Служба по контракту.</p> <p>8.Назначение и особенности альтернативной гражданской службы. Преимущество и недостатки гражданской службы.</p> <p>9.Преступления против военной службы.</p> |           |      |                          |  |  |  |       |  |
| 54 | <b>Контрольное занятие по Разделу №3</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>1</b>  |      |                          |  |  |  |       |  |
|    | <b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>17</b> |      |                          |  |  |  |       |  |
|    | <b>Тема4.1 Понятие первой помощи.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>10</b> |      |                          |  |  |  |       |  |
| 55 | Понятие первой помощи.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 1         | урок | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |  |  |  | опрос |  |
| 56 | Общие правила оказания первой помощи                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 1         | урок | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |  |  |  |       |  |
| 57 | Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 1         | урок | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |  |  |  | опрос |  |
| 58 | Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения                                                                                                                                                                                                                            | 1         | урок | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |  |  |  | опрос |  |
| 59 | Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов.                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1         | урок | ОИ 1;ОИ 2<br>ОИ 3;И-Р 1  |  |  |  | опрос |  |
| 60 | Первая помощь при воздействии                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 1         | урок | ОИ 1;ОИ 2                |  |  |  | опрос |  |

|    |                                                                                                                                                                                                           |          |                            |                          |                      |                         |          |        |  |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------------------------|--------------------------|----------------------|-------------------------|----------|--------|--|
|    | низких температур.                                                                                                                                                                                        |          |                            | ОИ 3;И-Р 1               |                      |                         |          |        |  |
| 61 | Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.                                                                                                                                     | 1        | урок                       | ОИ 1;ОИ 2<br>ОИ 3;И-Р 1  |                      |                         |          | опрос  |  |
| 62 | Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.                                                                                                                                           | 1        | урок                       | ОИ 1;ОИ 2<br>ОИ 3;И-Р 1  |                      |                         |          | опрос  |  |
| 63 | Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока.                                                                                                                                                 | 1        | урок                       | ОИ 1;ОИ 2<br>ОИ 3;И-Р 1  |                      |                         |          | опрос  |  |
| 64 | Основные причины остановки сердца.                                                                                                                                                                        | 1        | урок                       | ОИ 1;ОИ 2<br>ОИ 3;И-Р 1  |                      |                         |          | опрос  |  |
|    | <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>                                                                                                                                                                | <b>3</b> |                            |                          |                      |                         |          |        |  |
|    | <i>Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа<br/>Первая помощь при электро-травмах и повреждении молнией.</i> |          | Самостоятельная подготовка |                          | Подготовка рефератов | ОИ1,ОИ 2;<br>ОИ 3 И-Р 1 | <b>3</b> | доклад |  |
|    | <b>Тема4.2 Понятие травм и их виды.</b>                                                                                                                                                                   | <b>2</b> |                            |                          |                      |                         |          |        |  |
| 65 | Понятие травм и их виды. Правила наложения повязок различных типов.                                                                                                                                       | 1        | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                      |                         |          | опрос  |  |
| 66 | Понятие и виды кровотечений.                                                                                                                                                                              | 1        | урок                       | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3 И-Р 1 |                      |                         |          | опрос  |  |
|    | <b>Тема 4.3 Основные инфекционные болезни .</b>                                                                                                                                                           | <b>2</b> |                            |                          |                      |                         |          |        |  |
| 67 | Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.                                                                                                                                           | 1        | урок                       | ОИ 1;ОИ 2<br>ОИ 3;И-Р 1  |                      |                         |          | опрос  |  |

|    |                                                                                      |           |                            |                         |                      |                         |           |              |                |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------|-------------------------|----------------------|-------------------------|-----------|--------------|----------------|
| 68 | Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика.                             | 1         | урок                       | ОИ 1;ОИ 2<br>ОИ 3;И-Р 1 |                      |                         |           | опрос        |                |
|    | <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>                                           | <b>3</b>  |                            |                         |                      |                         |           |              |                |
|    | <i>Профилактика инфекционных заболеваний;<br/>СПИД — чума XXI века.</i>              |           | Самостоятельная подготовка |                         | Подготовка рефератов | ОИ1,ОИ 2;<br>ОИ 3 И-Р 1 | <b>3</b>  | доклад       |                |
|    | <b>Тема 4.4 Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.</b>                      | <b>2</b>  |                            |                         |                      |                         |           |              |                |
| 69 | Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи | 1         | урок                       | ОИ 1;ОИ 2<br>ОИ 3;И-Р 1 |                      |                         |           | опрос        |                |
| 70 | Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. | 1         | урок                       | ОИ 1;ОИ 2<br>ОИ 3;И-Р 1 |                      |                         |           | опрос        |                |
|    | <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>                                           | <b>3</b>  |                            |                         |                      |                         |           |              |                |
|    | <i>Духовность и здоровье семьи;<br/>Политика государства по поддержке семьи</i>      |           | Самостоятельная подготовка |                         | Подготовка рефератов | ОИ1,ОИ 2;<br>ОИ 3 И-Р 1 | <b>3</b>  | доклад       |                |
| 71 | <b>Контрольное занятие по Разделам № 4</b>                                           | <b>1</b>  |                            |                         |                      |                         |           |              |                |
| 72 | <b>Дифференцированный зачет</b>                                                      | <b>1</b>  | <b>зачет</b>               | ОИ 1, ОИ 2<br>ОИ 3      |                      |                         |           | <b>зачет</b> |                |
|    | <b>ИТОГО</b>                                                                         | <b>72</b> |                            |                         |                      |                         | <b>36</b> |              | <b>108час.</b> |

## **7. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ СТУДЕНТАМИ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.**

### **Студент научится:**

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;

- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья;
- планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

**Студент получит возможность научиться:**

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять права покупателя;
- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;

- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность;
- анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;
- оказывать первую помощь при коме;
- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

## **Основы безопасности личности, общества и государства**

### **Основы комплексной безопасности**

- Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. Безопасность на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. *Средства индивидуальной защиты велосипедиста.* Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты. Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила безопасности в туристических походах *и поездках*. Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Правила безопасности в

ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, *самозащита покупателя*). Элементарные способы самозащиты. *Информационная безопасность подростка*.

### **Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций**

- Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы, наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной защиты. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных, объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Правила пользования ими. Действия по сигналу «Внимание всем!». Эвакуация населения и правила поведения при эвакуации.

### **Основы противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации**

- Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества. *Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность. Ответственность несовершеннолетних за правонарушения*. Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

### **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

- **Основы здорового образа жизни**
- Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания, употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов. *Семья в современном обществе. Права и обязанности супругов. Защита прав ребенка*.

### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

- Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. *Основные неинфекционные и инфекционные заболевания, их профилактика*. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе.

Первая помощь при укусе насекомых и змей. *Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.*

## **8.ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА.**

Помещение кабинета основ безопасности жизнедеятельности должно удовлетворять требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2. 178-02)<sup>1</sup>. Оно должно быть оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки учащихся.

В кабинете должно быть мультимедийное оборудование, при помощи которого участники образовательного процесса могут просматривать визуальную информацию по основам безопасности жизнедеятельности, создавать презентации, видеоматериалы, иные документы.

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

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

АИ-2; комплект противоожоговый; индивидуальный противохимический пакет ИПП-11; сумка санитарная; носилки плащевые;

- образцы средств пожаротушения (СП);
  - макеты: встроенного убежища, быстровозводимого убежища, противорадиационного укрытия, а также макеты местности, зданий и муляжи;
  - макет автомата Калашникова;
  - электронный стрелковый тренажер;
  - обучающие и контролирующие программы по темам дисциплины;
  - комплекты технической документации, в том числе паспорта на средства обучения, инструкции по их использованию и технике безопасности;
- библиотечный фонд.