

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Еговцева Надежда Владимировна  
Должность: Директор ИНТех (филиал) ФГБОУ ВО «ЮГУ»  
Дата подписания: 30.05.2022 20:31:11  
Уникальный программный ключ:  
3e559db7585d3f64db9b3594489fced7866668

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Югорский государственный университет»  
Сургутский нефтяной техникум (филиал) федерального государственного бюджетного  
образовательного учреждения высшего образования  
«Югорский государственный университет»



УТВЕРЖДАЮ  
Директор СНТ (филиала)  
ФГБОУ ВО «ЮГУ»  
Н.Н. Еговцева  
«15» апреля 2021 г.

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОУД. 10 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

для специальности среднего профессионального образования

15.02.12 Монтаж, техническое обслуживание  
и ремонт промышленного оборудования (по отраслям)


Рабочая программа учебной дисциплины ОУД.10 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ разработана в соответствии с требованиями:

- федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС СОО) среднего общего образования (далее – ФГОС СОО), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2020 г. №413 (с изм.);
  - Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования (далее – СПО) 15.02.12 Монтаж, техническое обслуживание и ремонт промышленного оборудования (по отраслям), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09 декабря 2016 г приказ № 1580 (с изм.);
  - рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой специальности или профессии среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259),
  - примерной программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (далее – ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования, Протокол № 3 от 21 июля 2015 г. Регистрационный номер рецензии 379 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО»;
  - рабочей программы воспитания по специальности 15.02.12 Монтаж, техническое обслуживание и ремонт промышленного оборудования (по отраслям).
- Рассмотрено и одобрено на заседании ПЦК Переработки нефти и газа  
Протокол №8 от «09» апреля 2021 г.

Разработчик преподаватель  
высшей категории СНТ (филиал) ФГБОУ ВО "ЮГУ"  Менашева - Кручинкина Н.В..

Председатель ПЦК преподаватель  
высшей категории СНТ (филиал) ФГБОУ ВО "ЮГУ"  Рашкина Н.А.

Информационное обеспечение рабочей программы соответствует требованиям к условиям реализации программы подготовки специалистов среднего звена  
Заведующая библиотекой СНТ (филиал) ФГБОУ ВО "ЮГУ"

 Т.И. Решетникова

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	стр. 3
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	6
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	13
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	14

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## «Основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ)»

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

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является обязательной частью общеобразовательного цикла программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности 15.02.12 Монтаж, техническое обслуживание и ремонт промышленного оборудования (по отраслям).

Учебная дисциплина относится к предметной области «Естественные науки» ФГОС СОО.

Уровень освоения учебной дисциплины в соответствии с ФГОС СОО базовый.

**Цели и задачи учебной дисциплины** – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

Содержание программы учебной дисциплины «ОБЖ» 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.

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

### 1.2. Планируемые результаты освоения учебной дисциплины:

#### **личностные:**

- 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;

#### **метапредметные результаты (МПР):**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

#### **предметные результаты (ПР):**

- ПР 1 сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- ПР 2 знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- ПР 3 сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- ПР 4 сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- ПР 5 знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- ПР 6 знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- ПР 7 знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- ПР 8 умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- ПР 9 умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- ПР 10 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;
- ПР 11 знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

ПР 12 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.

**Личностные результаты** (реализации программы воспитания, определенные ФГОС СОО (в ред. Приказов Минобрнауки РФ от 11.12.2020 N 712):

**ЛР 1; ЛР 2; ЛР 3; ЛР 5; ЛР 6; ЛР 7; ЛР 8; ЛР 9; ЛР 11; ЛР 12; ЛР 13; ЛР 14; ЛР 15.**

<p align="center"><b>Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)</b></p>	<p align="center"><b>Код личностных результатов реализации программы воспитания</b></p>
<p>Российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);</p>	<p align="center"><b>ЛР 1</b></p>
<p>Гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности</p>	<p align="center"><b>ЛР 2</b></p>
<p>Готовность к служению Отечеству, его защите</p>	<p align="center"><b>ЛР 3</b></p>
<p>Сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности</p>	<p align="center"><b>ЛР 5</b></p>
<p>Толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям</p>	<p align="center"><b>ЛР 6</b></p>
<p>Навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности</p>	<p align="center"><b>ЛР 7</b></p>
<p>Нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей</p>	<p align="center"><b>ЛР 8</b></p>
<p>Готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности</p>	<p align="center"><b>ЛР 9</b></p>
<p>Принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков</p>	<p align="center"><b>ЛР 11</b></p>
<p>Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь</p>	<p align="center"><b>ЛР 12</b></p>
<p>Осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем</p>	<p align="center"><b>ЛР 13</b></p>

Сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности	<b>ЛР 14</b>
Ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни	<b>ЛР 15</b>

## **2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем в часах</b>
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	<b>70</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	<b>54</b>
Практические занятия	<b>16</b>
промежуточная аттестация	<b>Дифференцированный зачет</b>

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОБЖ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Коды компетенций и личностных результатов	
1	2	3	4	
<b>Раздел 1 Государственная система обеспечения безопасности населения</b>				
<b>Тема 1.1</b> <b>Опасные чрезвычайные ситуации природного, техногенного социального характера; поведение человека в этих ситуациях.</b>	Содержание учебного материала	12	ЛР5, ЛР7, ЛР11, ЛР13, ЛР2, ЛР6, ЛР12 ПР 5, ПР 7, ПР 8, ПР 9, ПР3, ПР1, ПР 2	
	Потенциальные опасности и их последствия в профессиональной деятельности. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, источники их возникновения. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабам их распространения и тяжести последствия; действия населения при их возникновении. Характеристика ЧС природного характера. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Терроризм и меры по его предупреждению. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий. Понятие «терроризм» и его виды; практика внимательности в повседневной жизни. Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции. Роль несовершеннолетних в возникновении опасных ситуаций социального характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Хулиганство, грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества, вандализм, насилие над личностью. Виды наказаний, назначенных несовершеннолетним.			
	<b>В том числе, практических занятий</b>			4
	1 Практическая работа Изучение и отработка моделей поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера			2
	2 Практическая работа Изучение и отработка моделей поведения в условиях ЧС техногенного характера. Изучение и отработка моделей поведения в условиях ЧС техногенного характера: при ЧС на транспорте; при химическом и радиоактивном загрязнении среды.			2
<b>Тема 1.2</b>	Содержание учебного материала	4		



<b>Способы защиты населения от оружия массового поражения</b>	<p>Характеристики ядерного и биологического оружия. Способы защиты населения. Радиоактивность и ее воздействие на организм. Лучевая болезнь, поражающие факторы при ядерном взрыве. Биологическое оружие – виды и способы распространения. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.</p> <p>Характеристики химического оружия. Способы защиты населения при отравлении СДЯВ. Виды химического оружия и его воздействие на организм, способы поведения и защиты при отравлении сильнодействующими ядовитыми веществами. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.</p>		<p>ЛР3, ЛР5, ЛР14, ЛР11          ПР2, ПР 8, ПР9,</p>
	<b>В том числе, практических занятий</b>	2	
	3 Практическая работа «Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени». Средства защиты кожи, дыхательных путей. Использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени	2	
<b>Тема 1.3 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).</b>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</p> <p>Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени. Федеральная служба по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор) осуществляющая надзор над интернетом в России.</p> <p>Принципы обеспечения устойчивости работы объектов экономики в условиях ЧС. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях. Понятия, основные задачи и организационная структура гражданской обороны. Мероприятия проводимые ГО. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Всероссийский открытый урок по ОБЖ и БЖД Гражданская оборона: история и современность</p>	6	<p>ЛР2, ЛР5, ЛР11, ЛР 3 ЛР 7          ПР1, ПР 2, ПР7, ПР8, ПР 9</p>
<b>В том числе, практических занятий</b>	4		

	4 Практическая работа «Изучение мероприятий по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций». Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.	2	
	5 Практическая работа «Изучение первичных средств пожаротушения» Виды огнетушителей; отработка модели поведения эвакуации во время пожара. Средства тушения пожара. Действия при возгорании одежды.	2	
<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний</b>			
<b>Тема 2.1. Первая медицинская помощь при несчастных случаях и заболеваниях</b>	Содержание учебного материала	4	ЛР2, ЛР12, ЛР11, ЛР 7 ПР 8, ПР 9, ПР 12
	Общие правила оказания первой доврачебной помощи. ПДП при инфаркте и инсульте, травматическом шоке. Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации». Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление. Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. ПДП при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. ПДП при утоплении, заваливании землей. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.		
	<i><b>В том числе, практических занятий</b></i>	4	
	6 Практическая работа «Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания» Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания. Подготовка пострадавшего к проведению ИВЛ. Отработка модели поведения при проведении искусственного дыхания.	2	
	7 Практическая работа «Изучение и оказание первой помощи при ранениях и кровотечениях». Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа.	2	
<b>Тема 2.2. Первая доврачебная помощь при травмах</b>			
	Содержание учебного материала	8	

	<p>ПДП при электротравмах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией. Общие требования к технике безопасности при работе с электрическими приборами, режущими инструментами во время работы.</p> <p>ПДП при ожогах и обморожениях. Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.</p> <p>Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.</p> <p>ПДП при укусах животными и жалящими насекомыми. Бешенство, клещевой энцефалит, аллергические реакции организма – возбудители, способы передачи и меры предупреждения заболеваний.</p> <p>ПДП при отравлениях. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление</p>		<p>ЛР2, ЛР12, ЛР11, ЛР 7, ЛР 9          ПР 8, ПР 9, ПР 12</p>
	<i><b>В том числе, практических занятий</b></i>	2	
	8 Практическая работа «Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при различных видах травм» Понятие травм и их виды. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах.	2	
<b>Раздел 3. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>			
<b>Тема 3.1</b>	Содержание учебного материала		

<p><b>Здоровье и образ жизни</b></p>	<p>Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.</p> <p>Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка</p> <p>Вредные привычки и их профилактика. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.</p> <p>Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.</p> <p>Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.</p> <p>Режим труда и отдыха. Циркадные ритмы. Сон и его гигиеническое значение. Смена видов деятельности – основа правильного отдыха организма. Гигиена жизнедеятельности, как основа успеха в достижении поставленных целей и задач.</p> <p>Нравственность и здоровье. Репродуктивное здоровье. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка». Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Инфекции, передаваемые половым путем, их профилактика. Всемирный день борьбы со СПИДом. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.</p> <p>Гигиена питания Рациональное питание и его значение для здоровья. Режим питания- основа здоровья ЖКТ. Возбудители паразитарных заболеваний попадающих с пищей.</p> <p>Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств). Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.</p>	<p>12</p>	<p>ЛР2, ЛР5 ЛР12, ЛР11, ЛР 8, ЛР 9 ЛР15 ПР1, ПР4, ПР 6, ПР 9, ПР12</p>
<p><b>Раздел 4. Основы обороны государства и воинская обязанность.</b></p>			

<p><b>Тема 4.1. Основы обороны государства и воинская обязанность.</b></p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>История создания Вооруженных Сил России. Государственные и воинские символы. История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Исторические корни праздника, посвященного дню народного единства;</p> <p>- Способствовать нравственному и патриотическому воспитанию на примерах героев Народного ополчения 1611 – 1612года; Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Функции и задачи ВС РФ. Организационная структура Вооруженных Сил РФ. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение. Военнослужащий – защитник своего Отечества. Боевые традиции ВС РФ. Воинская обязанность. Организация воинского учета. Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Всероссийский день призывника</p> <p>Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества. Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России — дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. День неизвестного солдата. День Героев Отечества. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.</p>	<p>8</p>	<p>ЛР 1, ЛР2, ЛР 3, ЛР12, ЛР11, ЛР 8, ЛР 9          ПР2, ПР7,          ПР10, ПР 11</p>
--	--	----------	--

	<b>Зачет</b>	2	
	<b>Всего:</b>	70	

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

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета по ОБЖ;

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;

- рабочее место преподавателя, оборудованное персональным компьютером с лицензионным или свободным программным обеспечением, соответствующим разделам программы и подключенным к сети Internet и средствами вывода звуковой информации;

Технические средства обучения:

- мультимедиапроектор или мультимедийная доска.

Наглядные пособия:

- плакаты по ОБЖ

- 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.

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

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

Электронные издания основной литературы, имеющиеся в электронном каталоге электронной библиотечной системы

1) Косолапов, Н. В. Безопасность жизнедеятельности: учебник / Н. В. Косолапов, Н. А. Прокопенко, Е. Л. Побежимова.- Москва: Академия, 2018. – 288 с. – ISBN 978-5-4468-6185-9. – URL: <https://www.academia-moscow.ru/reader/?id=369797>

- Текст: электронный.

2) Никифоров, Л. Л. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / Л. Л. Никифоров, В. В. Персиянов. - Москва: Инфра-М, 2019. – 297 с. – ISBN 978-5-16-106878-6. – URL: <http://znanium.com/bookread2.php?book=1017335>

- Текст: электронный.

3) Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для СПО / под редакцией В. П. Соломина. – Москва: Юрайт, 2021. – 399 с. - ISBN 978-5-534-02041-0

<https://urait.ru/viewer/bezopasnost-zhiznedeyatelnosti-469524#page/1>

- Текст: электронный.

Электронные издания дополнительной литературы, имеющиеся в электронном каталоге электронной библиотечной системы

- 1) Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для СПО / под редакцией В. П. Соломина. – Москва: Юрайт, 2021. – 399 с. - ISBN 978-5-534-02041-0  
<https://urait.ru/viewer/bezopasnost-zhiznedeyatelnosti-469524#page/1>  
 - Текст: электронный.
- 2) Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебное пособие / В. А. Бондаренко, С. И. Евтушенко, В. А. Лепихова. – Москва: Инфра-М, 2019. – 150 с. – ISBN 978-5-16-107123-6. – URL:  
<http://znanium.com/bookread2.php?book=995045>  
 - Текст: электронный.

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

##### Требования к результатам обучения

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

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Умения:</b>		
организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;	Демонстрирует умения организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций.	Анализ выполнения практических занятий 1,2,3,4, 5 оценка решения ситуационных задач и выполнения самостоятельной работы
предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту.	Демонстрирует умения предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту.	Тестирование, устный опрос, оценка решения ситуационных задач.
-использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;	Демонстрирует умения использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения.	оценка знаний использования средств индивидуальной защиты; решение ситуационных задач;
-применять первичные средства пожаротушения;	Демонстрирует умения применять первичные средства пожаротушения.	оценка правильности использования первичных средств пожаротушения и действий при эвакуации; Тестирование, устный опрос
-владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;	Демонстрирует умения владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы.	Экспертное наблюдение и оценка во время практических занятий оценка решения ситуационных задач
-оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим.	Демонстрирует умения оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим.	Демонстрация навыков оказания первой медицинской помощи по время практических занятий;



		оценка последовательности выполнения алгоритма оказания первой помощи; оценка решения ситуационных задач
- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;	Демонстрирует умения принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России.	Устный опрос, индивидуальное задание
Знания:		
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;	Демонстрирует знания основных видов потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации.	Устный опрос, тестирование, оценка соответствия заданию выполненной практической работ
- основы военной службы и обороны государства;	Демонстрирует знания основ военной службы и обороны государства.	Устный опрос, тестирование, оценка соответствия заданию выполненной самостоятельной работы
- задачи и основные мероприятия гражданской обороны;	Демонстрирует знания задач и основных мероприятий гражданской обороны.	Письменный опрос, устный опрос
- способы защиты населения от оружия массового поражения;	Демонстрирует знания способов защиты населения от оружия массового поражения;	Письменный опрос, индивидуальные задания, тестирование
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;	Демонстрирует знания мер пожарной безопасности и правил безопасного поведения при пожарах.	Устный опрос, выполнение индивидуальных заданий, тестирование. Выполнение практической работы
- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке;	Демонстрирует знания организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке.	Устный опрос
- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;	Демонстрирует знания основных видов вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО.	Публичная презентация, устный опрос, выполнение индивидуальных заданий.

порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим	Демонстрирует знания порядка и правил оказания первой помощи пострадавшим	оценка последовательности выполнения алгоритма оказания первой помощи при выполнении практических работ; оценка решения ситуационных задач
---	---	--