

Министерство образования, науки  
и молодежной политики Нижегородской области  
Государственное автономное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Городецкий Губернский колледж»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОУД.08 ОБЖ**


**программы подготовки специалистов среднего звена**

**по специальности**

**26.02.06 Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики**

ОДОБРЕНА  
Методической комиссией преподавателей  
ОБЖ и физической культуры

Председатель  / Бирина Т.А./

Автор:  
преподаватель общеобразовательных  
дисциплин  / Бирина Т.А./

Составлена в соответствии с ФГОС по  
ППССЗ 26.02.06. Эксплуатация судового  
электрооборудования и средств  
автоматики

Заместитель директора по УПР  
 /Голычева Л.С./

## Содержание

1. Паспорт программы учебной дисциплины	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	7
3. Условия реализации программы учебной дисциплины	17
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	19

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД.08 ОБЖ

## 1.1 Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности 26.02.06. Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики. Программа может использоваться образовательным учреждением в профессиональном и дополнительном образовании, в процессе профессиональной переподготовки, повышения квалификации, а также при дистанционной форме обучения.

## 1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки квалифицированных рабочих и служащих

Учебная дисциплина относится к общеобразовательному циклу.

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

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

### • *личностных:*

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера

### • *метапредметных:*

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; 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

• **предметных:**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности; освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен  
**уметь:**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе

#### **знать/понимать**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:
  - для ведения здорового образа жизни;
  - оказания первой медицинской помощи;
  - развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
  - вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

#### **1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины**

Максимальной учебной нагрузки обучающегося - 105 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной нагрузки обучающегося - 70 часов;
- самостоятельной работы обучающегося – 35 часов.

## 2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>105</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>70</b>
в том числе:	
- теория	62
-практические занятия	8
<b>Самостоятельная работа студента (всего), в том числе выполнение индивидуального проекта</b>	<b>35 10</b>
<b>Форма аттестации по дисциплине – дифференцированный зачет (2 семестр)</b>	

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа студентов, курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	Объем часов	Уровень освоения
Тема 1 Введение	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
	1 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. Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО.	2	1,2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>5</b>	
	Выполнение докладов, рефератов, исследовательских работ по темам: Эволюция среды обитания, переход к техносфере Взаимодействие человека и среды обитания Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе	5	3
Тема 2 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>15</b>	
	1 Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества	2	1,2
	2 Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. 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.	2	1,2
	3 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.	2	1,2
	4 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. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и	3	1,2



		его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.		
	5	Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	2	1,2
	6	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.	2	1,2
	7	Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	2	1,2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>10</b>	
		Выполнение докладов, рефератов, исследовательских работ по теме: «Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья» «Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика», «Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества»	10	3
<b>Тема</b>	<b>3.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>16</b>	
<b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	1	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1	1,2
	2	Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).	2	1,2
	3	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций	1	1,2
	4	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных	1	1,2

	ситуаций		
5	Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций	4	1,2
6	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	1	1,2
7	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения	1	1,2
8	Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение	2	1,2
9	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий	2	1,2
10	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. 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	1	1,2
	<b>Практические занятия</b>	<b>8</b>	
	ПР01 Отработка правил поведения при получении сигнала о ЧС согласно плану образовательного учреждения	2	2,3
	ПР02 Изучение первичных средств пожаротушения	2	2,3
	ПР03 Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих	2	2,3

	факторов в ЧС мирного и военного времени		
	ПР04 Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии	2	2,3
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>10</b>	
	Выполнение докладов, рефератов, исследовательских работ по теме: «Оружие массового поражения», «Современные обычные средства поражения», «Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики», «Ситуации криминогенного характера», «ЧС природного характера», «ЧС техногенного характера», «Уголовная ответственность за захват заложников, за заведомо ложное сообщение об акте терроризма, за организацию незаконного вооружённого формирования или участие в нём»	10	3
<b>Тема 4. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>27</b>	
	1 Основы обороны государства и воинская обязанность	3	1,2
	2 История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.	2	1,2
	3 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-космические силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение.	4	1,2

	4	<p>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</p>	2	1,2
	5	<p>Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования</p>	2	1,2
	6	<p>Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части</p>	2	1,2
	7	<p>Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы. 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. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и</p>	2	1,2

		законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.		
8		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. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.	2	1,2
9		Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.	2	1,2
10		Как стать офицером Российской армии. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации	2	1,2
11		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. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности	2	1,2

	воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота		
12	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе	2	1,2
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		<b>10</b>	
	<p>Выполнение докладов, рефератов, исследовательских работ по теме:  Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.</li> <li>• Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.</li> <li>• Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.</li> <li>• Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.</li> <li>• Символы воинской чести.</li> <li>• Патриотизм и верность воинскому долгу.</li> <li>• Дни воинской славы России.</li> <li>• Города-герои Российской Федерации.</li> <li>• Города воинской славы Российской Федерации.</li> </ul> <p><b>Индивидуальное проектирование</b>  <b>Темы индивидуальных проектов:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Эволюция среды обитания, переход к техносфере.</li> <li>• Взаимодействие человека и среды обитания.</li> <li>• Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.</li> <li>• Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.</li> <li>• Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.</li> <li>• Факторы, способствующие укреплению здоровья.</li> <li>• Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.</li> <li>• Роль физической культуры в сохранении здоровья.</li> <li>• Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.</li> <li>• Алкоголь и его влияние на здоровье человека.</li> </ul>	10	3

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Табакокурение и его влияние на здоровье.</li><li>• Наркотики и их пагубное воздействие на организм.</li><li>• Компьютерные игры и их влияние на организм человека.</li><li>• Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.</li><li>• Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.</li><li>• Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.</li><li>• Терроризм как основная социальная опасность современности.</li><li>• Космические опасности: мифы и реальность.</li><li>• Современные средства поражения и их поражающие факторы.</li><li>• Оповещение и информирование населения об опасности.</li><li>• Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.</li><li>• Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.</li><li>• МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</li><li>• Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.</li><li>• Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.</li><li>• Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.</li><li>• Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.</li><li>• Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.</li><li>• Символы воинской чести.</li><li>• Патриотизм и верность воинскому долгу.</li><li>• Дни воинской славы России.</li><li>• Города-герои Российской Федерации.</li><li>• Города воинской славы Российской Федерации.</li><li>• Профилактика инфекционных заболеваний.</li><li>• Первая помощь при острой сердечной недостаточности.</li><li>• СПИД — чума XXI века.</li><li>• Оказание первой помощи при бытовых травмах.</li><li>• Духовность и здоровье семьи.</li><li>• Здоровье родителей — здоровье ребенка.</li><li>• Формирование здорового образа жизни с пеленок.</li><li>• Как стать долгожителем?</li><li>• Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.</li></ul>		
--	---	--	--

	• Политика государства по поддержке семьи		
	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>2</b>	
	<b>Всего:</b>	<b>105</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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



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

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Безопасность жизнедеятельности».

Оборудование учебного кабинета и технические средства обучения:

- стол преподавателя
- стул преподавателя
- доска меловая
- ноутбук
- мультимедийный проектор
- экран
- комплект учебной литературы по безопасности жизнедеятельности
- наглядные и демонстрационные пособия: прицельный станок, носилки санитарные, комплект учебных ПВ (винтовки), противогазы, маски защитные, макеты ударно - спускового механизма, ОЗК (защитные комплекты), костюм химической защиты, автомат Калашникова, огнетушитель, аптечка, медицинские сумки, индивидуальные перевязочные пакеты
- плакаты и стенды
- УМК по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»
- презентации
- видеотека

## 3.2 Информационное обеспечение обучения

### Основные источники

1. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для СПО / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. – М.: Академия, 2014.

### Дополнительные источники

2. Латчук В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл. – М.: Дрофа, 2008
3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для уч- ся 10 кл. общеобразоват. учрежд. – М. , Просвещение, 2006
4. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для уч- ся 11 кл. общеобразоват. учрежд. – М. , Просвещение, 2006

### Интернет-ресурсы

[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).  
[www. dic. academic. ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словарииэнциклопедии).  
[www. booksgid. com](http://www.booksgid.com) (Books Gid. Электроннаябиблиотека).  
[www. globalteka. ru/index. html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).  
[www. window. edu. ru](http://www.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).  
[www. ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).  
[www. robediteli. ru](http://www.robediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).  
[www. monino. ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).  
[www. simvolika. rsl. ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность).  
[www. militera. lib. ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).

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

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

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Различения основных понятий и теоретических положений</li> <li>- Основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний</li> <li>- Дисциплины для обеспечения своей безопасности</li> <li>- Анализа влияния современного человека на окружающую среду</li> <li>- Оценки примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды</li> <li>- Моделирования ситуаций по сохранению биосферы и ее защите</li> </ul>	<p>Оценка работы на аудиторных, практических занятиях; выполнение тестовых заданий; написание докладов, рефератов; Выполнение презентаций и проектных работ</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Определения основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни</li> <li>- Усвоения факторов, влияющих на здоровье, выявления факторов, разрушающих здоровье,</li> <li>- планирования режима дня, выявления условий обеспечения рационального питания</li> <li>- Объяснения случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха.</li> <li>- Анализа влияния двигательной активности на здоровье человека,</li> <li>- Определения основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснования последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя</li> <li>- Анализа влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.</li> <li>- Моделирования социальных последствий пристрастия к наркотикам.</li> <li>- Моделирования ситуаций по организации безопасности дорожного движения.</li> <li>- Знание характеристик факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека.</li> <li>- Моделирования ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья</li> </ul>	<p>Оценка работы на аудиторных, практических занятиях; выполнение тестовых заданий; написание докладов, рефератов; Выполнение презентаций и проектных работ</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного</li> </ul>	<p>Оценка работы на аудиторных, практических занятиях; выполнение тестовых заданий; написание докладов, рефератов; Выполнение презентаций и проектных работ</p>

<p>происхождения</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС</li> <li>- Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС</li> <li>- Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС)</li> <li>- Объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций</li> <li>- оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС</li> <li>- Раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени</li> <li>- Характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника</li> <li>- Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий</li> <li>- Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности</li> </ul>	<p>работ</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Различение основных понятий военной и национальной безопасности</li> <li>- освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации</li> <li>- Характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России.</li> <li>- Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе</li> <li>- Определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации</li> <li>- Формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих.</li> <li>- Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения</li> </ul>	<p>Оценка работы на аудиторных, практических занятиях; выполнение тестовых заданий; написание докладов, рефератов; Выполнение презентаций и проектных работ</p>

<p>альтернативной гражданской службы.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества</li> <li>- Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина</li> <li>- Характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»</li> <li>- Освоение основ строевой подготовки</li> <li>- Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь</li> <li>- моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях</li> <li>- Характеристика основных признаков жизни</li> <li>- Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара</li> <li>- Определение основных средств планирования семьи</li> <li>- Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины</li> </ul>	<p>Оценка работы на аудиторных, практических занятиях; выполнение тестовых заданий; написание докладов, рефератов;</p> <p>Выполнение презентаций и проектных работ</p>