

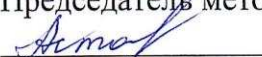
Министерство образования Красноярского края  
Краевое государственное бюджетное профессиональное  
образовательное учреждение  
«Канский техникум отраслевых технологий и сельского хозяйства»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА  
ОУП.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

по профессии

**23.01.06 МАШИНИСТ ДОРОЖНЫХ И СТРОИТЕЛЬНЫХ МАШИН**

г. Канск, 2022г.

РАССМОТРЕНА  
Методической комиссией  
«Естественнонаучного цикла»  
Председатель методической комиссии  
 Ю.А. Астафьева


« 28 » июня 2022 г.

Разработана на основе

- примерной программы общеобразовательного учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности для профессиональных образовательных организаций

Протокол № 3 от 21 июля 2015 г Регистрационный номер рецензии 376 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО»

- приказа Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»;
- письма Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259 «О направлении доработанных 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»;
- распоряжения Минпросвещения России от 30.04.2021 № Р-98 «Об утверждении Концепции преподавания общеобразовательных дисциплин с учётом профессиональной направленности программ среднего профессионального образования, реализуемых на базе основного общего образования».

СОГЛАСОВАНА  
Заместитель директора по учебной  
работе  
 О. А. Рейнгардт  
« 01 » сентября 2022 г.

РАЗРАБОТАНА преподаватель С. Н. Мельников

## Оглавление:

| <b>№<br/>п/п</b> | <b>Наименование</b>  | <b>стр.</b> |
|------------------|--|-------------|
| <b>1</b>         | Пояснительная записка  | <b>4</b>    |
| <b>2</b>         | Общая характеристика учебного предмета   | <b>6</b>    |
| <b>3</b>         | Место учебного предмета в учебном плане  | <b>7</b>    |
| <b>4</b>         | Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебной дисциплины, курса                              | <b>7</b>    |
| <b>5</b>         | Содержание учебного предмета   | <b>11</b>   |
| <b>6</b>         | Критерии оценки знаний, умений студентов   | <b>16</b>   |
| <b>7</b>         | Тематический план  | <b>18</b>   |
| <b>8</b>         | Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся                           | <b>19</b>   |
| <b>9</b>         | Перечень лабораторных, практических и других видов работ   | <b>26</b>   |
| <b>10</b>        | Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение  | <b>26</b>   |
| <b>11</b>        | Список литературы для студентов и преподавателя  | <b>27</b>   |
| <b>12</b>        | Приложение №1 Характеристика основных видов деятельности студентов   | <b>30</b>   |
| <b>13</b>        | Приложение №2 Комплект заданий для проведения экзамена, комплект заданий для проведения дифференцированного зачета | <b>31</b>   |
| <b>14</b>        | Приложение №3 Примерные темы индивидуальных образовательных проектов   | <b>36</b>   |

## 1. Пояснительная записка

Программа общеобразовательного учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях СПО, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259);

примерной программы общеобразовательного учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности для профессиональных образовательных организаций, рекомендовано Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (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 376 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО», с учетом Примерной основной образовательной программы среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з).

Уровень изучения предмета ОУП.07 «Основы безопасности жизнедеятельности» - базовый.

Программа ориентирована на достижение следующих целей:

- **освоение знаний** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;

- **воспитание** ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества;

- **развитие** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;

- **овладение умениями** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

Основу программы составляет содержание, согласованное с требованиями федерального компонента государственного стандарта среднего общего образования базового уровня.

Программа выполняет две основные функции:

- информационно-методическую, позволяющую всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития обучающихся средствами предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»;

– организационно-планирующую, предусматривающую выделение этапов обучения, структурирование учебного материала, определение его количественных и качественных характеристик на каждом из этапов, в том числе для содержательного наполнения промежуточной аттестации обучающихся.

Основными содержательными модулями программы являются: обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья; государственная система обеспечения безопасности населения; основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

В соответствии с Законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе» изучение раздела «Основы обороны государства и воинская обязанность» является обязательным только для лиц мужского пола. Для девушек в программе предусмотрен раздел «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».

В итоге, у юношей формируется адекватное представление о военной службе, развиваются качества личности, необходимые для ее прохождения; девушки получают сведения в области медицины, здорового образа жизни, оказания первой медицинской помощи при различных травмах.

Программа реализует различные подходы к построению образовательного процесса, формированию у студентов системы знаний, умений, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций:

умений самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность в сфере безопасной жизнедеятельности;

умений оценивать и корректировать свое поведение в окружающей среде на основе выполнения экологических требований, участвуя в проектной деятельности, учебно-исследовательской работе;

умений отстаивать свою гражданскую позицию, осознанно осуществлять выбор пути продолжения образования или будущей профессии.

На внеаудиторную самостоятельную работу студентов отведено 35 часов. Для самостоятельной работы студентам предлагаются практико-ориентированные задания, выполнение творческих заданий и подготовка рефератов т.к. это является неотъемлемой частью учебного процесса.

Программа учебного предмета может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (повышение квалификации и переподготовки) и профессиональной подготовке рабочих профессий.

На своих уроках я применяю следующие технологии, методы и формы обучения:

Перцептивные (словесные, наглядные, практические) рассказ, лекция, беседа, семинары демонстрация, практические занятия. Ролевые игры.

Логические (индуктивные и дедуктивные) логическое изложение и восприятие учебного материала учеником. (Анализ ситуации).

Информационно поисковый, исследовательский. (Реферат. Доклад.)

Контроля и самоконтроля (устный, письменный).

Самостоятельной учебной деятельности.

Фронтальная форма обучения, активно управляет восприятием информации, систематическим повторением и закреплением знаний обучающимися.

Групповая форма обеспечивает учёт дифференцированных запросов обучающихся.

Индивидуальная работа в наибольшей мере помогает учесть особенности темпа работы каждого обучающегося.

В процессе изучения курса используются следующие формы текущего контроля: тестовый контроль, проверочные работы.

Возможные виды самостоятельной работы студентов: работа с учебником, анализ ситуации, сообщение, доклад, реферат, творческие работы.

## Основные технологии, применяемые на уроке ОБЖ:

Здоровьесберегающая технология, ИКТ.

Количество часов на освоение предмета.

Всего часов максимальной учебной нагрузки студента – **105** часов, включая

- часы обязательной аудиторной учебной нагрузки студента – **70** часов;

- часы самостоятельной работы студента – **35** часов.

Итоговый контроль осуществляется после изучения курса в форме дифференцированного зачета.

## **2. Общая характеристика учебного предмета**

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

Общеобразовательный учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» изучает риски производственной, природной, социальной, бытовой, городской других сред обитания человека как в условиях повседневной жизни, так и при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного, природного и социального характера. Данный предмет 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 связи с этим 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.

Реализация учебного предмета предполагает возможность применения дистанционных образовательных технологий в соответствии с требованиями ФГОС СПО, ФГОС СОО, ОПОП, Уставом и локальными актами техникума, в т.ч. регламентирующими условия и порядок применения дистанционных образовательных технологий при реализации ОПОП.

При реализации учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» используется смешанная модель дистанционного обучения, при которой аудиторские занятия сочетаются с дистанционными. Дистанционные образовательные технологии по дисциплине могут быть использованы при проведении учебных занятий, текущего контроля успеваемости, консультаций, а также для организации самостоятельной работы обучающихся. Методическое обеспечение дистанционного обучения в техникуме

осуществляется на основе использования ресурсов цифровой образовательной платформы «Академия-Медия 3.5»

Предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» связан с таким предметом, как ОУП.06. «Физическая культура», поэтому при изучении необходимо обращать внимание студентов на ее прикладной характер, на то, где и когда изучаемые теоретические положения и практические навыки могут быть использованы в практической деятельности.

Изучение общеобразовательного 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**

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

### **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;

#### **• 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.

### Планируемые личностные результаты программы воспитания

| Наименование учебной дисциплины       | Код личностных результатов реализации программы воспитания |
|---------------------------------------|--|
| Основы безопасности жизнедеятельности | ЛР 6, ЛР 7, ЛР 8, ЛР 18                                    |

### Интеграция общеобразовательной и профессиональной подготовки преемственность предметных результатов учебного предмета с результатами дисциплин общепрофессионального цикла и профессиональных модулей (МДК) в рамках реализации ОПОП СПО

| Код | Предметные результаты отражают:  | Наименование ОК и ПК согласно ФГОС СПО  |
|-----|--|---|
| ПР1 | сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора | ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.<br>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем. |
| ПР2 | получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз  | ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.<br>ОК 7. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний.                                    |
| ПР3 | сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения  | ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.<br>ОК 7. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний.                                    |
| ПР4 | сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности   | ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.  |

|      |   |  |
|------|---|--|
|      |   | <p>ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.</p> <p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности</p>  |
| ПР5  | освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера   | <p>ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.</p> <p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.</p>      |
| ПР6  | освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека   | <p>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.</p> <p>ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.</p> |
| ПР7  | развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций   | <p>ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.</p> <p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.</p>      |
| ПР8  | формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники  | <p>ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.</p> <p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.</p>   |
| ПР9  | развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях  | <p>ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.</p> <p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.</p>   |
| ПР10 | 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, | <p>ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.</p> <p>ОК 7. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей)</p>  |

|      |   |   |
|------|---|---|
|      | огневой и тактической подготовки  |   |
| ПР11 | освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе  | ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.<br>ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.<br>ОК 7. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей) |
| ПР12 | 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 | ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.<br>ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.                  |

## 5. Содержание учебного предмета (70 часов)

### ВВЕДЕНИЕ (2 ЧАСА)

Актуальность изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи предмета. Основные теоретические положения предмета, 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.

### 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (16 часов)

**Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни.** Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

**Тема 1.2. 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.

**Тема 1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.** Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.

**Тема 1.4. 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 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.

**Тема 1.5. Правила и безопасность дорожного движения.** Основные нормативные правовые акты, определяющие правила и безопасность дорожного движения. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

**Тема 1.6. 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.

**Тема 1.7. 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».

*Студент должен знать:* Общие понятия о здоровье. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Правовые основы взаимоотношения полов. Вредные привычки. Влияние на здоровье человека

*Студент должен уметь:* Правильно распределять своё время, сочетая труд и занятия физической культурой и спортом.

**Практические занятия:**

№1 Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.

№2 Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

**2. Государственная система обеспечения безопасности населения (16 часов)**

**Тема 2.1. Общие понятия и классификация ЧС.** Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

**Тема 2.2. Характеристика чрезвычайных ситуаций.** 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.).

**Тема 2.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС),** история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

**Тема 2.4. Гражданская оборона.** Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.

**Тема 2.5. Современные средства поражения.** 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.

**Тема 2.6. Организация инженерной защиты населения.** 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.

**Тема 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.

**Тема 2.8. Обучение населения защите от ЧС.** 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.

**Тема 2.9. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.** Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма Российской Федерации. Основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

**Тема 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.

*Студент должен знать:* Структуру и органы управления гражданской обороны. Современные средства поражения и их поражающие факторы Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Выполнение аварийно-спасательных работ

*Студент должен уметь:* Правильно пользоваться средствами индивидуальной защиты. Пользоваться первичными средствами пожаротушения. Практически применять плана ГО техникума

#### **Практические занятия**

**№3.** Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

**№4.** Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

**№5.** Изучение первичных средств пожаротушения.

**№6.** Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.

#### **Основы обороны государства и воинская обязанность (18 часов)**

**Тема 3.1. 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.

**Тема 3.2. Структура Вооруженных сил Российской Федерации.** 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. 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.

**Тема 3.3. 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.

**Тема 3.4. 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.

**Тема 3.5. Призыв на военную службу.** Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.

**Тема 3.6. Военная служба по контракту.** 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.

**Тема 3.7. Альтернативная гражданская служба.** Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.

**Тема 3.8. Качества личности военнослужащего.** 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.

**Тема 3.9. 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.

**Тема 3.10. Офицер Российской армии.** 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.

**Тема 3.11. 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 воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.

**Тема 3.12. 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.

*Студент должен знать:* Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, отдельные рода войск.

Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформа Вооруженных Сил. Основные понятия о воинской обязанности, условия прохождения военной службы по контракту. Призыв на военную службу.

Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Составные части автомата АК-74

*Студент должен уметь:* Осуществлять неполную сборку и разборку автомата АК-74. Быть физически готовым к службе в ВС РФ

#### **Практические занятия:**

**№7** Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.

**№8** Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.

### **4. Основы медицинских знаний (20 часов)**

**Тема 3.1. Первая медицинская помощь.** 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».

**Тема 3.2. Травмы и их виды.** Понятие травм и их виды. 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. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.

**Тема 3.3. Травматический токсикоз.** Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.

**Тема 3.4. Кровотечения.** 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.

**Тема 3.5. Ожоги.** 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.

**Тема 3.6. Воздействие низких температур.** Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.

**Тема 3.7. Помощь при попадании инородных тел.** Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.

**Тема 3.8. Отравления.** Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.

**Тема 3.9. Отсутствие сознания. Обморок.** Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.

**Тема 3.10. Инфекционные болезни.** Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.

**Тема 3.11. Здоровье семьи.** Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.

**Тема 3.12. Уход за младенцем.** Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.

*Студент должен знать: Общие правила оказания первой помощи при травмах, кровотечениях, отравлениях и потере сознания.*

*Студент должен уметь: Правильно и по назначению пользоваться первичными средствами для оказания первой помощи*

#### **Практические занятия:**

**№ 9.** Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.

**№ 10.** Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.

## **6. Критерии оценки знаний, умений обучающихся**

### **Оценка устных ответов обучающихся.**

Оценка «5» ставится в том случае, если обучающийся показывает верное понимание рассматриваемых вопросов, дает точные формулировки и истолкование основных понятий, строит ответ по собственному плану, сопровождает рассказ примерами,



умеет применить знания в новой ситуации при выполнении практических заданий; может установить связь между изучаемым и ранее изученным материалом по курсу ОБЖ, а также с материалом, усвоенным при изучении других предметов.

Оценка «4» ставится, если ответ обучающегося удовлетворяет основным требованиям к ответу на оценку «5», но дан без использования собственного плана, новых примеров, без применения знаний в новой ситуации, без использования связей с ранее изученным материалом и материалом, усвоенным при изучении других предметов; если учащийся допустил одну ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно или с небольшой помощью учителя.

Оценка «3» ставится, если обучающегося правильно понимает суть рассматриваемого вопроса, но в ответе имеются отдельные пробелы в усвоении вопросов курса ОБЖ, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; умеет применять полученные знания при решении простых задач с использованием стереотипных решений, но затрудняется при решении задач, требующих более глубоких подходов в оценке явлений и событий; допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более двух-трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов; допустил четыре или пять недочетов.

Оценка «2» ставится, если обучающийся не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки 3.

Оценка «1» ставится в том случае, если обучающийся не может ответить ни на один из поставленных вопросов.

При оценивании устных ответов обучающийся целесообразно проведение поэлементного анализа ответа на основе программных требований к основным знаниям и умениям обучающихся, а также структурных элементов некоторых видов знаний и умений, усвоение которых целесообразно считать обязательными результатами обучения.

#### **Оценка письменных работ. (Тест)**

Оценка «5» ставится за работу, выполненную полностью без ошибок и недочетов.

Оценка «4» ставится за работу, выполненную полностью, но при наличии в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, не более трех недочетов.

Оценка «3» ставится, если правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

Оценка «2» ставится, если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы.

Оценка «1» ставится, если ученик совсем не выполнил ни одного задания.

#### **Оценка практических работ.**

Оценка «5» ставится, если обучающийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка «4» ставится, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два-три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «3» ставится, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Оценка «2» ставится, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Оценка «1» ставится, если обучающийся совсем не выполнил практическую работу.

Во всех случаях оценка снижается, если ученик не соблюдал правила техники безопасности.

## 7. Тематический план

Тематический план  
учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»  
2022 – 2024 учебный год  
Группа 1-9,2-9

Профессия: Машинист дорожных и строительных машин

| № темы                    | Наименование разделов и тем                                 | Макс. учебная нагрузка | Внеаудиторная сам. работа обучающихся | Обязательная учебная нагрузка |               |     |
|---------------------------|---|------------------------|---------------------------------------|-------------------------------|---------------|-----|
|                           |   |                        |                                       | Всего занятий                 | пр. раб.      | к/р |
| <b>1 курс</b>             |   | <b>63/5*</b>           | <b>21</b>                             | <b>42/5*</b>                  | <b>7/4*</b>   |     |
| <b>2 семестр</b>          |   | <b>63/5*</b>           | <b>21</b>                             | <b>42/5*</b>                  | <b>7/4*</b>   |     |
|                           | Введение  | 3                      | 1                                     | 2                             |               |     |
| <b>1</b>                  | Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья       | 23                     | 7                                     | 16                            | 3             |     |
| <b>2</b>                  | Государственная система обеспечения безопасности населения* | 25/5*                  | 9                                     | 16/5*                         | 4*            |     |
| <b>3</b>                  | Основы обороны государства и воинская обязанность.          | 12                     | 4                                     | 8                             |               |     |
| <b>2 курс</b>             |   | <b>42/9*</b>           | <b>14</b>                             | <b>28/9*</b>                  | <b>7/7*</b>   |     |
| <b>3 семестр</b>          |   | <b>42/9*</b>           | <b>14</b>                             | <b>28/9*</b>                  | <b>7/7*</b>   |     |
| <b>3</b>                  | Основы обороны государства и воинская обязанность*          | 15/5*                  | 5                                     | 10/5*                         | 3*            |     |
| <b>4</b>                  | Основы медицинских знаний*                                  | 26/4*                  | 9                                     | 17/4*                         | 4*            |     |
| Дифференцированный зачет. |   | 1                      |                                       | 1                             |               |     |
| <b>Итого</b>              |   | <b>105/14*</b>         | <b>35</b>                             | <b>70/14*</b>                 | <b>14/11*</b> |     |

### 8. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности студентов

| Наименование разделов и тем  | Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, внеаудиторная самостоятельная работа студентов                                    | Объем часов   | Основные виды учебной деятельности студентов  |
|--|--|---|---|
| 1  | 2  | 3   | 4   |
| <b>Введение.</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>3</b>  | Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний предмета для обеспечения своей безопасности. Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите. |
|  | <b>1.Актуальность изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины.</b>   | 2   |   |
|  | <b>Внеаудиторная самостоятельная работа студентов</b><br>Составление мини-словаря понятий «Среда обитания», «Биосфера», «Опасность», «Риск», «Безопасность». | <b>1</b>  | Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите.  |
| <b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>24</b>   |   |
|  | <b>Тема 1.1</b> Здоровье и здоровый образ жизни.   | 1   | Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни.  |
|  | <b>Тема 1.2</b> Факторы, способствующие укреплению здоровья.   | 2   | Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха.  |
|  | <b>Тема 1.3</b> Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.   | 2   | Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.   |
|  | <b>Тема 1.4</b> Вредные привычки.  | 2   | Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам.  |
|  | <b>Тема 1.5</b> Правила и безопасность дорожного движения.   | 2   | Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения.  |
|  | <b>Тема 1.6</b> Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.   | 2   | Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека.  |
|  | <b>Тема 1.7</b> Правовые основы взаимоотношения полов.   | 2   | Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья.   |
| <b>Практические занятия</b><br>1.Изучение основных положений организации | <b>3</b>   | Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья. |   |

|  |   |              |  |
|--|---|--------------|--|
|  | рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.<br>2.Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств.  |              | Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения.   |
|  | <b>Внеаудиторная самостоятельная работа студентов</b><br>Внеаудиторная самостоятельная работа студентов<br>Написание реферата: «Табачный дым и его составные части», «Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему», «Пассивное курение и его влияние на здоровье», «Влияние алкоголя на организм человека», «Влияние наркотиков на человеческий организм», «Социальная роль женщины в различные периоды развития общества».<br>Подготовка презентационного материала :«Воздействие музыки на организм человека», «Влияние алкоголя на организм человека», «Влияние наркотиков на человеческий организм», «Безопасность дорожного движения». (по выбору студента). | <b>7</b>     | Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя.   |
| <b>Раздел 2.</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>25/5*</b> |  |
| <b>Государственная система обеспечения безопасности населения*</b> | <b>Тема 2.1</b> Общие понятия и классификация ЧС.   | 1            | Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.  |
|  | <b>Тема 2.2</b> Характеристика чрезвычайных ситуаций.   | 2            | Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.  |
|  | <b>Тема 2.3</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).  | 1            | 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); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; |

|  |    |  |   |
|--|----|--|---|
|  |    |  | раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.  |
| <b>Тема 2.4</b> Гражданская оборона.   | 1  |  | Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.  |
| <b>Тема 2.5</b> Современные средства поражения.  | 2  |  | Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.  |
| <b>Тема 2.6</b> Организация инженерной защиты населения.*  | 1* |  | Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.  |
| <b>Тема 2.7</b> Аварийно-спасательные и неотложные работы.   | 1  |  | Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.  |
| <b>Тема 2.8</b> Обучение населения от ЧС.  | 1  |  | Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.  |
| <b>Тема 2.9</b> Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.   | 1  |  | Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.  |
| <b>Тема 2.10</b> Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.   | 1  |  | 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.   |
| <b>Практические занятия</b><br>1.Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.*<br>2.Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.*<br>3.Изучение первичных средств пожаротушения.*<br>4.Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.* | 4* |  | Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.<br>Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.<br>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); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств |

|   |   |       |   |
|---|---|-------|---|
|   |   |       | оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.   |
|   | <p><b>Внеаудиторная самостоятельная работа студентов</b><br/> Написание реферата: «Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложник».</p> <p>Подготовка презентационного материала: «Современные средства поражения и их поражающие факторы», «Аварийно-спасательные работы», «Правила безопасного поведения при террористических актах», «Правила безопасного поведения при авариях на транспорте»</p> | 9     | 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); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. |
| <b>Раздел 3.<br/>Основы обороны государства и воинская обязанность*</b> | <b>Содержание учебного материала</b>  | 27/5* |   |
|   | <b>Тема 3.1</b> История создания Вооруженных Сил России.  | 2     | Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России.   |
|   | <b>Тема 3.2</b> Структура Вооруженных Сил Российской Федерации.   | 2     | Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих.  |
|   | <b>Тема 3.3</b> Воинская обязанность.   | 1     | Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки.  |
|   | <b>Тема 3.4</b> Обязательная подготовка граждан к военной службе.   | 1     | Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально психологическим и профессиональным качествам  |

|  |    |  |   |
|--|----|--|---|
|  |    |  | гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и ответственность»; освоение основ строевой подготовки.  |
| <b>Тема 3.5</b> Призыв на военную службу.  | 1  |  | Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы.                  |
| <b>Тема 3.6</b> Военная служба по контракту.   | 1  |  | Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы.                  |
| <b>Тема 3.7</b> Альтернативная гражданская служба.   | 1  |  | Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы.                  |
| <b>Тема 3.8</b> Качества личности военнослужащего.   | 1  |  | Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества.  |
| <b>Тема 3.9</b> Воинская дисциплина и ответственность.*                                      | 2* |  | Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и ответственность»; освоение основ строевой подготовки. |
| <b>Тема 3.10</b> Офицер Российской армии.  | 1  |  | Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества.  |
| <b>Тема 3.11</b> МБоевые традиции Вооруженных Сил России.                                    | 1  |  | Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести.  |
| <b>Тема 3.12</b> Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.                               | 1  |  | Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести.  |
| <b>Практические занятия</b><br>1.Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.* | 3* |  | Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально психологическим и профессиональным качествам  |

|                                   |   |              |  |
|-----------------------------------|---|--------------|--|
|                                   | 2. Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.*   |              | гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и ответственность»; освоение основ строевой подготовки.<br>Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы.   |
|                                   | <b>Внеаудиторная самостоятельная работа студентов</b><br>Написание реферата по теме: «Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века», «Военная реформа Петра I», «Организация воинского учета и его предназначение», Альтернативная гражданская служба (по выбору студента);<br>Подготовка презентационного материала: «Символы воинской чести», «Ордена – почетные награды за воинские отличия», «История создания Вооруженных Сил России», «Виды и рода Вооруженных Сил Российской Федерации» (по выбору студента) | <b>9</b>     | Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих.<br>Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести. |
| <b>Раздел 4.</b>                  | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>26/4*</b> |  |
| <b>Основы медицинских знаний*</b> | <b>Тема 4.1</b> Первая медицинская помощь.  | 1            | Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.<br>Характеристика основных признаков жизни.  |
|                                   | <b>Тема 4.2</b> Травмы и их виды.   | 1            | Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.  |
|                                   | <b>Тема 4.3</b> Травматический токсикоз.  | 1            | Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.  |
|                                   | <b>Тема 4.4</b> Кровотечения.   | 2            | Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара.  |
|                                   | <b>Тема 4.5</b> Ожоги.  | 1            | Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара.  |
|                                   | <b>Тема 4.6</b> Воздействие низких температур.  | 1            | Освоение основных понятий о состояниях, при которых  |



|  |            |  |  |
|--|------------|--|--|
|  |            |  | оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.  |
| <b>Тема 4.7</b> Помощь при попадании инородных тел.  | 1          |  | Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.  |
| <b>Тема 4.8</b> Отравления.  | 1          |  | Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.  |
| <b>Тема 4.9</b> Отсутствие сознания, обморок.  | 2          |  | Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.  |
| <b>Тема 4.10</b> Инфекционные болезни.   | 1          |  | Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.  |
| <b>Тема 4.11</b> Здоровье семьи.   | 1          |  | Определение основных средств планирования семьи.   |
| <b>Практические занятия</b><br>1.Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.*<br>2.Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.*   | 4*         |  | Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.<br>Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара. |
| <b>Внеаудиторная самостоятельная работа студентов</b><br>Написание реферата по теме: «Оказание первой помощи при производственных травмах», «Влияние производственных факторов на организм работников», «Профессиональные заболевания», «Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации»;<br>Подготовка презентационного материала: «Травмы и их виды», «Первая помощь при кровотечениях», «Первая помощь при воздействии высоких температур», «Первая помощь при остановке сердца» (по выбору студента) | 9          |  | Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.<br>Характеристика основных признаков жизни.  |
| <b>Дифференцированный зачет.</b>   | 1          |  |  |
| <b>Всего:</b>  | <b>105</b> |  |  |

## 9. Перечень практических занятий

Кол-во 10 работ:

Кол-во 14 часов:

| № практического занятия | № раздела | Название практического занятия  | Кол-во часов |
|-------------------------|-----------|---|--------------|
| 1                       | 1         | Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.                            | 1            |
| 2                       | 1         | Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. | 2            |
| 3                       | 2         | Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.*   | 1*           |
| 4                       | 2         | Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.*   | 1*           |
| 5                       | 2         | Изучение первичных средств пожаротушения.*  | 1*           |
| 6                       | 2         | Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС и военного времени.*                               | 1*           |
| 7                       | 3         | Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.*   | 1*           |
| 8                       | 3         | Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.*  | 2*           |
| 9                       | 4         | Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.*   | 2*           |
| 10                      | 4         | Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.*  | 2*           |

## 10. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

Помещение кабинета основ безопасности жизнедеятельности должно удовлетворять требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2. 178-02)1. 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 учебного предмета «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.

Письмо Министерства образования и науки РФ от 24.11.2011 № МД-1552/03 «Об оснащении общеобразовательных учреждений учебным и учебно-лабораторным оборудованием».

В библиотечный фонд входят учебники, учебно-методические комплекты (УМК), обеспечивающие освоение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», рекомендованные или допущенные для использования в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования.

Библиотечный фонд может быть дополнен энциклопедиями, справочниками, научной и научно-популярной литературой и др.

В процессе освоения программы учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» студенты должны иметь возможность доступа к электронным учебным материалам по основам безопасности жизнедеятельности, имеющимся в свободном доступе в сети Интернет (электронным книгам, практикумам, тестам).

## **11. Список литературы для студентов и преподавателя.**

### **Для студентов**

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО.—М., 2017
2. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017
3. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб.

пособие для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО.– М., 2017

### Для преподавателей

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом изменений, одобренными в ходе общероссийского голосования 01 июля 2020 года)

2. Об образовании в Российской Федерации: федер. закон от 29.12. 2012 № 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ, в ред. от 03.07.2016, с изм. от 19.12.2016.)

3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).

4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 31 декабря 2015 г. N 1578 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. N413"

5. Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации 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».

6. Гражданский кодекс РФ (Ч. 1) (утвержден Федеральным законом от 30.11.94 № 51-ФЗ (в ред. от 11.02.2013, с изм. и доп. от 01.03.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 32 (Ч. 1). — Ст. 3301.

7. Гражданский кодекс РФ (Ч. 2) (утвержден Федеральным законом от 26.01.96 № 14-ФЗ) (в ред. от 14.06.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 5 (Ч. 2). — Ст. 410.

8. Гражданский кодекс РФ (Ч. 3) (утвержден Федеральным законом от 26.11.01 № 146-ФЗ) (в ред. от 05.06.2012) // СЗ РФ. — 2001. — № 49. — Ст. 4552.

9. Гражданский кодекс РФ (Ч. 4) (утвержден Федеральным законом от 18.12.06 № 230-ФЗ) (в ред. от 08.12.2011) // СЗ РФ. — 2006. — № 52 (Ч. 1). — Ст. 5496.

10. Семейный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 29.12.1995 223-ФЗ) (в ред. от 12.11.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 1. — Ст. 16.

11. Уголовный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 13.06.1996 63-ФЗ) (в ред. от 07.12.2011 ; с изм. и доп., вступающими в силу с 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 25. — Ст. 2954.

12. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.

13. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.

14. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.

15. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.

16. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) //

СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750

17. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.

18. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.

19. Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.

20. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.

21. Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2011. — № 47.

22. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2012.

23. Приказ министра обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.02.2010 № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» (зарегистрировано Минюстом России 12.04.2010, регистрационный № 16866).

#### **Интернет-ресурсы**

1. [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).

2. [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии). [www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) (Books Gid. Электронная библиотека).

3. [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).

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

5. [www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).

6. [www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).

7. [www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность).


8. [www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).

**Характеристика основных видов деятельности студентов**


| <b>Содержание обучения</b>   | <b>Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)</b>   |
|--|--|
| <b>Введение</b>  | Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний предмета для обеспечения своей безопасности. Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите   |
| <b>1.Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения</b> | Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха. Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя. Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам. Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения. Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья.  |
| <b>2.Государственная система обеспечения безопасности населения</b>      | Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения. Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС. Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС. 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); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. 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. |
| <b>3.Основы медицинских знаний</b>                                       | Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. Характеристика основных признаков жизни. Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара. Определение основных средств планирования семьи. Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины.  |

Министерство образования Красноярского края  
Краевое государственное бюджетное профессиональное  
образовательное учреждение  
«Канский техникум отраслевых технологий и сельского хозяйства»

РАССМОТРЕН  
на заседании методической комиссии  
Протокол № 7  
от «28» июня 2022 г.

 Ю. А. Астафьева

УТВЕРЖДЕН  
Заместитель директора по УР

 О.А. Рейнгардт  
«01» сентября 2022 г.

**Дифференцированный зачёт**

Основы безопасности жизнедеятельности

Разработал: Мельников С. Н.  
Ф.И.О. преподавателя

Канск, 2022 г.

## Вариант 1

- 1. Виктимное поведение – это:**
  - 1) действия человека, направленные на предупреждение насилия;
  - 2) действия человека, способствующие его превращению в жертву преступления;
  - 3) безопасное поведение на улице и в быту.
- 2. Вам кажется, что кто-то идет за вами «по пятам». Как вы поступите?**
  - 1) перейдете несколько раз улицу и проверите свою догадку; убедившись в своей правоте, побежите в людное место;
  - 2) остановитесь и выясните причину преследования;
  - 3) броситесь бежать к телефонной будке
- 3. Возвращаясь вечером домой, будете вы:**
  - 1) идти кратчайшим путем, пролегающим через дворы, свалки и плохо освещенные места;
  - 2) идти по тротуару лицом к уличному движению и как можно ближе к бордюру;
  - 3) воспользуетесь попутным транспортом.
- 4. В ночное время вас задержал милиционный патруль. Свести дело к мирному исходу не удалось. Как вы поступите:**
  - 1) спокойно проследуете туда, куда вам укажут;
  - 2) представитесь родственником Генерального прокурора;
  - 3) попросите отпустить вас.
- 5. Вас остановил преступник, угрожая ножом, потребовал деньги. Ваши действия:**
  - 1) не раздумывая, вступите в схватку;
  - 2) не будете сопротивляться, чтобы уменьшить физическое насилие по отношению к себе;
  - 3) прежде взвесите свои реальные силы и возможные последствия.
- 6. Вы заметили, что напротив вашего дома происходят хулиганские действия. Вы будете:**
  - 1) наблюдать за действиями противостоящих сторон;
  - 2) позовете на помощь соседей и вместе с ними постараетесь пресечь действия хулиганов;
  - 3) вызовете милицию, позовете на помощь соседей и вместе с ними постараетесь задержать хулиганов до прибытия милиции.
- 7. Как следует вести себя, если вы захвачены преступниками в качестве заложника? Выберите ответ:**
  - 1) следует вести себя непредсказуемо;
  - 2) следует просить о пощаде и плакать;
  - 3) следует проявлять спокойствие и миролюбие;
  - 4) следует вести себя агрессивно и звать на помощь.
- 8. Незнакомый гражданин обратился к вам с просьбой передать посылку весом 2 кг. директору школы. Ваши действия:**
  - 1) с удовольствием выполните просьбу незнакомого гражданина;
  - 2) откажите знакомцу, сославшись на занятость;
  - 3) постараетесь выяснить, что находится в посылке, хорошо запомните внешние приметы незнакомого, откажитесь от передачи, срочно сообщите администрации школы о случившемся.
- 9. Вам позвонили по телефону и сказали, что ваш дом заминирован. Ваши действия:**
  - 1) положите трубку и не будете разговаривать с хулиганом;
  - 2) постараетесь продлить разговор как можно дольше, выясняя при этом информацию о месте закладки взрывчатого вещества, целях таких действий.
- 10. Дополните фразу: «Предназначение РС ЧС состоит в \_\_\_\_\_ ЧС в \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_ время, а в случае их возникновения \_\_\_\_\_ их последствий, обеспечение \_\_\_\_\_ населения, \_\_\_\_\_ окружающей природной среды, уменьшение ущерба, нанесенного народному хозяйству.»**
- 11. Основным способом оповещения населения о ЧС является:**
  - а) вой сирен, частые гудки автомобилей;
  - б) передача речевого сообщения по радио;
  - в) гудки промышленных предприятий.
- 12. К ЧС техногенного характера относятся:**
  - а) массовая гибель животных;



- б) воздушное нападение противника;
- в) лавины, сели, оползни, обвалы.

**13. Как называется система, созданная в России для борьбы с ЧС?**

- а) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС;
- б) Система наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды;
- в) Система сил и средств для ликвидации ЧС.

**14. Как называется закон, определяющий права и обязанности граждан в области защиты от ЧС?**

- а) Закон РФ «О безопасности»;
- б) Федеральный закон «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера»;
- в) Федеральный закон «О гражданской обороне»

**15. Получив предупредительный сигнал, нужно:**

- а) надеть средства индивидуальной защиты;
- б) готовиться к экстренной эвакуации;
- в) включить радио или телевизор, слушать сообщение.

**16. Какова цель проведения йодной профилактики?**

- а) защита органов дыхания;
- б) защита щитовидной железы;
- в) защита центральной нервной системы.

**17. Основным актом законодательства, предусматривающим содержание, формы и порядок исполнения воинской обязанности в России является (назвать документ).**

**18. Назовите 3 условия, при наличии которых возникает выполнение гражданами воинской обязанности.**

**19. Не подлежат воинскому учету граждане:**

- а) проходящие военную или альтернативную гражданскую службу;
- б) отбывающие наказание в местах лишения свободы;
- в) прошедшие военную службу;
- г) прибывшие из-за границы на постоянное жительство в России.

(Укажите неверный ответ)

**20. В конце 8 века военная организация древних славян состояла из:**

- а) пехоты;
- б) кавалерии;
- в) княжеских дружин;
- г) народного ополчения.

**21. Впервые огнестрельное оружие появилось:**

- а) в 13 веке при Александре Невском;
- б) в 14 веке при обороне Москвы от татар;
- в) в 16 веке при Иване Грозном.

**22. Первые общевоинские уставы появились:**

- а) при Иване Грозном;
- б) при Петре 1;
- в) при Александре 11.

**23. Всеобщая воинская повинность впервые была введена:**

- а) в 1716 году при Петре 1;
- б) в 1874 году при Александре 11;
- в) в 1905 году при Николае 11.

**24. Что означает в истории России день 7 мая 1992 года?**

- а) день создания Вооруженных Сил РФ;
- б) день принятия военной доктрины РФ;
- в) день утверждения новых уставов.

**25. У здоровых людей нормальная величина артериального давления равна (мм рт.ст.)**

- 1) 120/80
- 2) 135/95
- 3) 150/100

## Вариант 2

**1. Вы открыли дверь своей квартиры на 10-м этаже и обнаружили сильное задымление. Ваши действия?**

1. Плотно закроете дверь и позвоните от соседей по телефону «01».
2. Немедленно спуститесь на лифте вниз и выбежите из здания.
3. Попытаетесь найти источник задымления.

**2. При приготовлении пищи загорелся жир на сковороде. Ваши действия:**

1. Выключите газ. Сковороду плотно накроете крышкой.
2. Накинете на сковороду влажную ткань.
3. Зальете сковороду водой.

**3. Как нужно покидать сильно задымленную квартиру?**

1. Двигаться в полный рост.
2. Передвигаться ползком или пригнувшись.
3. Двигаться в полный рост, накинув на голову увлажненную ткань.

**4. В метро на пути следования вы почувствовали запах дыма. Что вы будете делать?**

1. Остановите поезд в туннеле, воспользовавшись, стоп-краном.
2. Сообщите о пожаре машинисту, используя переговорное устройство.
3. Начнете быстро продвигаться к двери, чтобы покинуть вагон.

**5. Что необходимо предпринять при наличии запаха газа в помещении?**

1. Прекратить подачу газа, срочно проветрить помещение.
2. Включить свет и попытаться обнаружить место утечки газа.
3. Зажечь спичку, бумагу, чтобы обнаружить место утечки газа.

**6. Находясь в кабине движущегося лифта вы обнаружили признаки возгорания. Как вы поступите?**

1. Немедленно нажмете кнопку «Стоп».
2. Немедленно нажмете кнопку «Вызов» и сообщите об этом диспетчеру.
3. Поднимите крик, шум, начнете звать на помощь.

**7. Вечером вы отправляетесь в гости. Как вы поступите с ценными украшениями?**

1. Будете носить их на виду
2. Наденете их, придя в гости.
3. Наденете их, но попытаетесь спрятать под одеждой.

**8. Во время митинга или демонстрации в толпе возникли беспорядки. Как вы поступите?**

1. Пойдете против движения толпы.
2. Попытаетесь пробиться в центр или край толпы.
3. Сцепив руки в замок, расположите их на уровне груди.

**9. Вы слышите, что вас преследуют или догоняют. Как надо поступить?**

1. Броситься бежать от преследователя.
2. Остановиться и ждать, пока он приблизится.
3. Резко повернуться и идти в обратную сторону, глядя в лицо преследователю.

**10. Внезапно разразилась сильная гроза. Вы видите, что приближаются интенсивные вспышки молнии. Как вы поступите?**

1. Укроетесь под навесом скалы.
2. Спрячетесь под огромным деревом.
3. Найдете не выделяющееся на местности укрытие и переждете грозу.

**11. Что такое взрыв?**

1. Неконтролируемое стихийно развивающееся горение.
2. Химическая реакция окисления, сопровождающаяся выделением большого количества тепла и свечением.
3. Частный случай горения, протекающий мгновенно, с кратковременным выделением значительного количества тепла и света.

**12. Как действовать по сигналу «Внимание всем!»?**

1. Надеть средства защиты, покинуть помещение.
2. Быстро направиться в убежище
3. Включить радио или телевизор и прослушать информацию органов управления ГО и ЧС.

**13. Каким раствором надо смочить ватно-марлевую повязку при аварии с утечкой аммиака?**

1. 2% -ным раствором нашатырного спирта.
2. 5% -ным раствором лимонной кислоты.
3. 2% -ным раствором соды.

**14. При аварии на химически опасном объекте произошла утечка хлора. Вы можете оказаться в зоне заражения, живете на 1-м этаже девятиэтажного дома. Как вы поступите?**

1. Укроетесь в подвале здания.                      2. Подниметесь на верхний этаж.  
3. Останетесь в своей квартире.

**15. Насморк, кашель, затрудненное дыхание, удушье, учащенное сердцебиение наблюдается при поражении:**

1. Хлором                      2. Аммиаком.                      3. Сероводородом.

**16. Однократная доза облучения - это доза, полученная за:**

1. Один час.                      2. Одни сутки.                      3. Первые четверо суток.

**17. Проведение йодной профилактики преследует главную цель:**

1. Не допустить поражения кровеносной системы.  
2. Не допустить поражения щитовидной железы.  
3. Не допустить поражения нервной системы.

**18. Какова мощность дозы излучения через 1 час после взрыва в зоне сильного заражения?**

1. 80 р/час.                      2. 100 р/час.                      3. 180 р/час.

**19. Какова величина избыточного давления во фронте ударной волны в зоне сильных разрушений?**

1. От 20 до 30 кПа.                      2. От 30 до 50 кПа.                      3. От 50 до 70 кПа.

**20. Воздействие какого поражающего фактора ядерного взрыва может вызвать ожоги кожи, поражение глаз и пожары?**

1. Проникающая радиация.                      2. Электромагнитный импульс.                      3. Световое излучение.

**21. Для защиты от отравляющих веществ нужно использовать:**

1. Противогаз, укрытие.                      2. Противогаз, убежище.                      3. Противогаз, респиратор.

**22. Назовите единицу измерения мощности дозы излучения:**

1. Рентген в час. 2. Ньютон. 3. Паскаль.

**23. Что необходимо провести для обеззараживания одежды и предметов от отравляющих веществ**

1. Дезинфекцию.                      2. Дегазацию.                      3. Дезактивацию.

**24. По воздействию на организм, какое из перечисленных ОВ является отравляющим веществом психохимического действия?**

1. V-газы.                      2. Иприт.                      3. ВТ.

**25. Какая группа ОВ не имеет ни цвета, ни запаха?**

1. Нервно-паралитические.                      2. Кожно-нарывные.                      3. Удушающие.

**Примерные темы индивидуальных образовательных проектов**

- 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.
- Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.
- Факторы, способствующие укреплению здоровья.
- Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
- Роль физической культуры в сохранении здоровья.
- Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
- Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
- Табакокурение и его влияние на здоровье.
- Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
- Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
- Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
- Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
- Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
- Терроризм как основная социальная опасность современности.
- Космические опасности: мифы и реальность.
- Современные средства поражения и их поражающие факторы.
- Оповещение и информирование населения об опасности.
- Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
- Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
- МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
- Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
- Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.
- Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
- Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
- Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
- Символы воинской чести.
- Патриотизм и верность воинскому долгу.
- Дни воинской славы России.
- Города-герои Российской Федерации.
- Города воинской славы Российской Федерации.
- Профилактика инфекционных заболеваний.
- Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
- СПИД — чума XXI века.
- Оказание первой помощи при бытовых травмах.
- Духовность и здоровье семьи.
- Здоровье родителей — здоровье ребенка.
- Формирование здорового образа жизни с пеленок.
- Как стать долгожителем?
- Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.
- Политика государства по поддержке семьи.

- Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
- Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
- Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
- Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
- Терроризм как основная социальная опасность современности.
- Космические опасности: мифы и реальность.
- Современные средства поражения и их поражающие факторы.
- Оповещение и информирование населения об опасности.
- Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
- Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
- МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
- Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
- Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.
- Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
- Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
- Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
- Символы воинской чести.
- Патриотизм и верность воинскому долгу.
- Дни воинской славы России.
- Города-герои Российской Федерации.
- Города воинской славы Российской Федерации.
- Профилактика инфекционных заболеваний.
- Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
- СПИД — чума XXI века.
- Оказание первой помощи при бытовых травмах.
- Духовность и здоровье семьи.
- Здоровье родителей — здоровье ребенка.
- Формирование здорового образа жизни с пеленок.
- Как стать долгожителем?
- Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.
- Политика государства по поддержке семьи.