

Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное  
образовательное учреждение  
«Академия управления городской средой, градостроительства и печати»

ПРИНЯТО

На заседании педагогического совета

Протокол №...1.....

« 31 » 08 2018 г

УТВЕРЖДАЮ  
Директор СПб ГБПОУ «АУЭСГиП»  
А.М. Кривоносов  
« 31 » 08 2018 г



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### Основы безопасности жизнедеятельности

**Предметная область:** Физическая культура, экология, ОБЖ

для специальностей технического, социально-экономического,  
гуманитарного и естественнонаучного профилей

базовая подготовка

Санкт-Петербург  
2018г.

Рабочая программа учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности предназначена для реализации образовательной программы среднего общего образования, в пределах программ подготовки специалистов среднего звена по специальности (специальностям) среднего профессионального образования.

Рассмотрена на заседании методического совета

Протокол № 1.....

« 31 » 08 2018 г


ОДОБРЕНА на заседании цикловой комиссии

Естественнонаучных дисциплин и БЖД

Протокол № 1 ... 31 ... 08 ... 18

.....

Председатель цикловой комиссии

Н.И.Баранова 

Разработчик: Колигаев Н.В., С.Н. Чернова, преподаватели СПб ГБПОУ АУГСГиП

## СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка .....	4
Общая характеристика учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» .....	6
Место учебной дисциплины в учебном плане.....	7
Результаты освоения учебной дисциплины.....	8
Тематический план и содержание учебной дисциплины .....	11
Характеристика основных видов деятельности студентов .....	20
Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» .....	22
Рекомендуемая литература .....	24

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 1.1 Область применения рабочей программы

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности является частью программы подготовки специалистов среднего звена (далее ППССЗ) в соответствии с ФГОС по специальностям СПО технологического, социально-экономического, естественно – научного и гуманитарного профилей, реализуемых в академии.

### 1.2. Нормативная база для разработки рабочей программы:

Рабочая программа разработана на основе

- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413;
- Федеральных государственных образовательных стандартов среднего профессионального образования по специальностям:
- 08.02.01 «Строительство и эксплуатация зданий и сооружений», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 965 от 11.08 2014 г., зарегистр. Министерством юстиции (рег. № 33818 от 25.08.2014 г.)
- 08.02.06 «Строительство и эксплуатация городских путей сообщения», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 802 от 28.07 2014 г., зарегистр. Министерством юстиции (рег. № 33831 от 25.08.2014 г.)
- 08.02.07 «Монтаж и эксплуатация внутренних сантехнических устройств, кондиционирования воздуха и вентиляции», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 852 от 28.07 2014 г., зарегистр. Министерством юстиции (рег. № 33644 от 19.08.2014 г.)
- 21.02.05 «Земельно-имущественные отношения», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 486 от 12.05. 2014 г., зарегистр. Министерством юстиции (рег. № 32885 от 27.06.2014 г.)
- 07.02.01 «Архитектура», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 850 от 28.07.2014 г., зарегистр. Министерством юстиции (рег. № 33633 от 19.08.2014 г.)
- 38.02.01 «Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 832 от 28.07.2014 г., зарегистрированного Министерством юстиции (рег. № 33638 от 19.08.2014 г.)
- 38.02.06 «Финансы», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 836 от 28.07.2014 г., зарегистрированного Министерством юстиции (рег. № 33822 от 25.08.2014 г.)
- 43.02.10 «Туризм», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 474 от 07.05.2014 г., зарегистрированного Министерством юстиции (рег. № 32806 от 19.06.2014 г.)

- 43.02.11 «Гостиничный сервис», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 475 от 07.05.2014 г., зарегистрированного Министерством юстиции (рег. № 32876 от 26.06.2014 г.)
- 35.02.12 «Садово-парковое и ландшафтное строительство» утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 461 от 07.05 2014 г., зарегистр. Министерством юстиции (рег. № 32891 от 27.06.2014г.)
- 54.02.01 «Дизайн (по отраслям)», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1391 от 27.10 2014 г., зарегистр. Министерством юстиции (рег. № 34861 от 24.11.2014г.)
- 29.02.06 «Полиграфическое производство» утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 536 от 15.05 2014 г., зарегистр. Министерством юстиции (рег. № 32963 от 03.07.2014г.)
- 42.02.02 «Издательское дело» утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 511 от 12.05 2014 г., зарегистр. Министерством юстиции (рег. № 32678 от 11.06.2014г.)
- Рекомендаций по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований Федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и дополнительного профессионального образования от 17.03.2015 № 06-259);
- Примерной программы по дисциплине, рекомендованной 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., рег № 379 рецензии от 23 июля 2015 г. ФГАУ 2ФИРО»,
- Программ подготовки специалистов среднего звена СПб ГБОУ КСИ и ГХ.

### **1.3. Цели учебной дисциплины:**

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

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;

- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.
- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);
- знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

## **2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Дисциплина ОБЖ относится к предметной области Физическая культура, экология и ОБЖ. Для ППСЗ технического, социально-экономического, естественно-научного и гуманитарного профилей дисциплина является базовой.

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

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

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

### **3. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

В учебных планах ППСЗ дисциплина «ОБЖ» — входит в состав общих общеобразовательных учебных дисциплин. Формируется в составе дисциплин из общих предметных областей.

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Виды учебной работы	Объем часов/зачетных единиц
Максимальная учебная нагрузка (всего)	104/2,9

Обязательная аудиторная нагрузка (всего)	70/1,9
Практические занятия	16
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	35
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

#### 4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

##### *личностных:*

1.развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

2.готовность к служению Отечеству, его защите;

3.формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

4.исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

5.воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;

6.освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

##### *метапредметных:*

1.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;

2.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;

3.формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;



**4.**приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

**5.**развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

**6.**формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

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

**8.**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;

**9.**формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

**10.**развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

**11.**освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

**12.**приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации

**13** формирование установки на здоровый образ жизни;

**14.** развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

***предметных:***

**1.**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;

**2.**получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

**3.**сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

**4.**сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

**5.**освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

**6.**освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

**7.**развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

**8.**формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

**9.**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;

**10.**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;

**11.**освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

**12.**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.

## 5. Тематический план и содержание учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся.	Объем часов/зач.ед.	Уровень освоения
<b>Раздел 1.</b>		<b>49//1,39</b>	
<b>Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья</b>			
Тема 1 Введение. Личная безопасность.	<b>Содержание учебного материала</b>	34	
	1 Введение. Цели и задачи дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Личная безопасность в повседневной жизни. Правила и безопасность дорожного движения.	2	1,2
	2 ПЗ 1 Решение ситуационных задач по безопасному поведению в повседневной жизни и при организации дорожного движения.	2	2,3
	Самостоятельная работа: составить план обеспечения личной безопасности в различных бытовых ситуациях. Изучить основные правила дорожного движения.	2	3
Тема 2 Здоровый образ жизни.	3 Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Рациональное питание и его значение для здоровья.	2	1,2
	4 Факторы, способствующие укреплению здоровья. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.	2	1,2
	5 ПЗ 2 Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	2	2,3
	Самостоятельная работа: составить рацион здорового питания; подготовить доклад об одном из факторов укрепляющем здоровье.	3	3

Тема 3 Влияние вредных факторов окружающей среды и вредных привычек на здоровье.	6	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Вредные факторы, воздействующие на организм человека. Техносфера как источник негативных факторов.	2	1,2
	7	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. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	2	1,2
	8	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика.	2	1,2
	9	ПЗ 3 Изучение влияния вредных факторов на здоровье человека.	2	2,3
		Самостоятельная работа: подготовить доклад по одному из факторов, негативно влияющих на здоровье человека. Изучить влияние пассивного курения на здоровье. Составить глоссарий из 20 слов по теме	4	3
Тема 4 Основы медицинских знаний и оказания первой помощи.	10	Основы медицинских знаний. 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»	2	1,2
	11	Правила оказания первой помощи. Понятие травм и их виды, правила первой помощи при травмах. 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.	2	1,2

		Первая помощь при утоплении		
	12	Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях. Первая помощь при ожогах. Первая помощь при воздействии низких температур. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.	2	1,2
	13	ПЗ 4 Отработка навыков наложения повязок.	2	2,3
		Самостоятельная работа: Составить таблицу неотложных состояний и оказания первой помощи. Составить алгоритм действия по оказанию первой помощи при травмах. Изучить способы транспортировки пострадавших при травмах. Познакомиться со способами наложения повязок.	4	3
Тема 5 Брак и семья. Репродуктивное здоровье	14	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Ранние половые связи и их последствия для здоровья. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.	2	1,2
	15	Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	2	1,2
	16	ПЗ 5 Изучение влияния разных факторов на репродуктивное здоровье.	2	2,3
		Самостоятельная работа: познакомиться с основами семейного права РФ. Доказать почему необходимо планировать рождение ребенка. Подготовка к контрольной работе.	4	3

	17	Контрольная работа по разделу 1 Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья	2	3
<b>Раздел 2</b>			<b>28/0,75</b>	
<b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b>				
Темаб: Чрезвычайные ситуации природного техногенного характера	<b>Содержание учебного материала</b>		18	1,2
	1	Чрезвычайные ситуации. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	2	1,2
	2	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.	2	1,2
	3	Правила поведения при чрезвычайных ситуациях Правила поведения при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.). Терроризм и экстремизм: правила поведения, законодательство, ответственность.	2	1,2
	4	ПЗ 6 Оповещение о чрезвычайной ситуации. Отработка моделей поведения при ЧС. Правила выживания в экстремальной ситуации.	2	2,3
		Самостоятельная работа: Познакомиться с видами вредных веществ, попадающих в окружающую среду при техногенных чрезвычайных ситуациях. Познакомиться с признаками перемены погоды и правилами ориентирования на местности. Составить сводную (обобщающую) таблицу по теме.	4	3
Тема 7: Защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	5	Современные средства поражения и их поражающие факторы. Характеристика современных средств поражения. Мероприятия по защите населения. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.	2	1,2
	6	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Гражданская оборона. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила	2	1,2

		поведения в защитных сооружениях. 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		
	7	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. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.	2	1,2
	8	ПЗ 7 Изучение и использование средств индивидуальной и коллективной защиты от поражающих факторов при ЧС мирного и военного времени.	2	2,3
		Самостоятельная работа: подготовить реферат на выбранную тему. Познакомиться с законом по защите прав потребителей и благополучия человека. Подготовиться к контрольной работе.	4	
	9	Контрольная работа №2 по теме «Государственная система обеспечения безопасности населения».	2	3
<b>Раздел 3</b>			<b>28/0,75</b>	
<b>Основы обороны государства и воинская обязанность.</b>				
Тема 8: История и структура ВС РФ	<b>Содержание учебного материала</b>		16	
	10	История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана	2	1,2

		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.		
	11	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.		
	12	ПЗ 8 Особенности видов войск ВС РФ. Семинар.	2	2,3
		Самостоятельная работа: Ознакомиться с боевыми традициями ВС РФ. Понятием патриотизма и верности воинскому долгу как качеств защитника Отечества. Подобрать примеры дружбы и войскового товарищества как основы боевой готовности частей и подразделений. Сделать доклад.	3	
Тема 9: Воинская обязанность граждан	13	Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение.	2	1,2



РФ.		Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет. 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.		
	14	Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества.	2	1,2
	15	Воинская дисциплина и ответственность. Уставы ВС РФ. Как стать офицером Российской армии. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	2	1,2
	16	Ответственность граждан за уклонение от воинских обязанностей.	2	1,2
		Самостоятельная работа: составить конспект по теме «Символы воинской	4	

		службы. Награды в вооруженных силах РФ». Подготовиться к контрольной работе.		
	17	Контрольная работа №3 по теме «Основы обороны государства и воинская обязанность».	2	3
		Самостоятельная работа: подготовка к зачету.	3	
	<b>Зачет</b>		2	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);

2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)

3.– продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач.

## Примерные темы рефератов (докладов), индивидуальных 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.

#### ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ, КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Методы контроля направлены на проверку обучающихся:

- ✓ – выполнять условия задания на творческом уровне с представлением собственной позиции;
- ✓ – делать осознанный выбор способов действий из ранее известных;
- ✓ – осуществлять коррекцию (исправление) сделанных ошибок на новом уровне предлагаемых заданий;
- ✓ – работать в группе и представлять как свою, так и позицию группы

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1. Введение Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения	Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины 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 Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. Усвоение факторов, влияющих на	Текущий контроль: -выполнение домашних заданий -тестирование -самостоятельные работы -отчеты проделанной внеаудиторной самостоятельной работы Рубежный контроль: -зачетные контрольные работы Итоговый контроль: дифференцированный зачет

	<p>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.</p> <p>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</p> <p>Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам. Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения. Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека.</p> <p>Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья</p>	
<p>2. Государственная система обеспечения безопасности населения</p>	<p>Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.</p> <p>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</p>	<p>Текущий контроль: -выполнение домашних заданий -тестирование -самостоятельные работы -отчеты проделанной внеаудиторной самостоятельной работы</p> <p>Рубежный контроль: -зачетные контрольные работы</p> <p>Итоговый контроль: дифференцированный зачет</p>

	<p>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</p>	
<p>3. Основы обороны государства и воинская обязанность</p>	<p>Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России.</p>	<p>Текущий контроль:          -выполнение домашних заданий          -тестирование          -самостоятельные работы          -отчеты проделанной внеаудиторной самостоятельной работы          Рубежный контроль:          -зачетные контрольные работы          Итоговый контроль:          дифференцированный зачет</p>

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

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 учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» входят:

- многофункциональный комплекс преподавателя;
- наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов в области обеспечения безопасной жизнедеятельности населения и др.);
- информационно-коммуникативные средства;
- экранно-звуковые пособия;
- тренажеры для отработки навыков оказания сердечно-легочной и мозговой реанимации;
- образцы аварийно-спасательных инструментов и оборудования (АСИО), средств индивидуальной защиты (СИЗ): противогаз ГП-7, респиратор Р-2, 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);
- электронный стрелковый тренажер;
- обучающие и контролирующие программы по темам дисциплины;
- библиотечный фонд.

В библиотечный фонд входят учебники, учебно-методические комплекты (УМК), обеспечивающие освоение учебной дисциплины «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 учебной дисциплины «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).

## 7.2 Информационное обеспечение обучения

### Основные источники:

**Смирнов А. Т.** Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10 - 11 класс (базовый уровень): учебник /А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. – Москва: Просвещение, 2017. – 256 с. – 50 экз.

**Микрюков В. Ю.** Основы безопасности жизнедеятельности : учебник / В.Ю. Микрюков. — Москва : КноРус, 2018. — 290 с. — Режим доступа: <https://www.book.ru>. Для СПО

**Косолапова Н. В.** Безопасность жизнедеятельности: учебник / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. — Москва: КНОРУС, 2019. — 192 с. — Режим доступа: <https://www.book.ru>. Для СПО

**Косолапова Н. В.** Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебное пособие / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. — Москва: КНОРУС, 2018. — 156 с. — Режим доступа: <https://www.book.ru>. Для СПО

**Микрюков В. Ю.** Безопасность жизнедеятельности: учебник / В.Ю. Микрюков. — Москва: КНОРУС, 2019. — 336 с. — Режим доступа: <https://www.book.ru>. Для СПО

### 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).
2. [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны). [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ).
3. [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
4. [www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
5. [www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).
6. [www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность). [www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).
7. <http://window.edu.ru/resource/009/67009> (<http://обж.рф/>) Безопасность. Образование. Человек: Информационный портал ОБЖ и БЖД
8. <http://www.78.mchs.gov.ru/> МЧС России по Санкт-Петербургу
9. <http://spasatel-mchs.ru/> Сайт газеты «Спасатель» от МЧС России
10. <http://www.zdrav-kerch.org/index.php/stikhijnye-bedstviya> Стихийные бедствия и правила поведения
11. <http://www.gismeteo.ru/news/stihiynye-yavleniya/> Новости о стихийных явлениях



12. <http://www.spas-extreme.ru/> Спас-экстрим. Портал детской безопасности
13. [http://www.muzel.ru/article/afar/do/ekctremalnye\\_cituacii.htm](http://www.muzel.ru/article/afar/do/ekctremalnye_cituacii.htm) Выживание в экстремальных ситуациях
14. <http://www.medicinform.net/medhelp> Медицинская информационная сеть. Первая медицинская помощь
15. <http://base.garant.ru/58038909> Гарант: информационно-правовой портал.
16. <http://novtex.ru/bjd/bgd2018/number01.html> статьи журнала по безопасности жизнедеятельности за 2018 год
17. <http://firstedu.ru/zhurnaly/bezopasnost-zhiznedeyatelnosti/> журнал Безопасность жизнедеятельности
18. <https://survival.com.ua/bez-rubriki/> статьи по выживанию в экстремальной ситуации
19. <http://0bj.ru/> основы безопасности жизнедеятельности
20. [http://pro-obzh.okis.ru/video\\_uroki\\_10\\_klass1.html](http://pro-obzh.okis.ru/video_uroki_10_klass1.html) видео-уроки по ОБЖ
21. <http://обж.рф/metodika-obzh/videouroki-obzh-8-10-11-klassy/> видео-уроки по ОБЖ



