

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ**

государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Краснодарского края

**«КРАСНОДАРСКИЙ ТОРГОВО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОУД. 07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
для специальностей социально-экономического профиля

базовая подготовка

2020 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	4
ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	5
МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ.....	6
РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	6
СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	9
Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.....	9
Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения .....	10
Раздел 3 Основы обороны государства и воинская обязанность .....	11
Раздел 4 Основы медицинских знаний .....	14
ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ .....	17
ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ .....	21
УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	24
ЛИТЕРАТУРА .....	26

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности является частью основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования – программы подготовки специалистов среднего звена (далее - ОПОП СПО ППСЗ) по специальностям социально-экономического профиля на базе основного общего образования с получением среднего общего образования:

38.02.03 Операционная деятельность в логистике (утверждён приказом Минобрнауки России от 28.07.2014 г. № 834, зарегистрировано в Минюсте России от 21.08.2014 г. № 33727), входящей в состав укрупненной группы специальностей 38.00.00 ЭКОНОМИКА И УПРАВЛЕНИЕ;

38.02.04 Коммерция (по отраслям) (утверждён приказом Минобрнауки России от 15.05.14 г. № 539, зарегистрировано в Минюсте России от 28.06.14 г. № 32855), входящей в состав укрупненной группы специальностей 38.00.00 ЭКОНОМИКА И УПРАВЛЕНИЕ;

43.02.01 Организация обслуживания в общественном питании (утверждён приказом Минобрнауки России от 07.05.2014 г. № 465, зарегистрировано в Минюсте России от 11.06.2014 г. № 32672), входящей в состав укрупненной группы специальностей 43.00.00 СЕРВИС И ТУРИЗМ;

43.02.10 Туризм (утверждён приказом Минобрнауки России от 07.05.2014 г. № 474, зарегистрировано в Минюсте России от 19.06.2014 г. № 32806), входящей в состав укрупненной группы специальностей 43.00.00 СЕРВИС И ТУРИЗМ;

46.02.01 Документационное обеспечение управления и архивоведение (утверждён приказом Минобрнауки России от 11.08.2014 г. № 975, зарегистрировано в Минюсте России от 20.08.2014 г. № 33682), входящей в состав укрупненной группы специальностей 46.00.00 ИСТОРИЯ И АРХИОЛОГИЯ;

Программа предназначена для изучения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» при подготовке по специальностям СПО социально-экономического профиля профессионального образования в пределах освоения основной образовательной программы в соответствии с учебным планом ГБПОУ КК «КТЭК».

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины ОУД.07 «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 среднего профессионального образования» (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259), с учётом 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).

В программу внесены уточнения и дополнения, рекомендованные Научно-методическим советом Центра профессионального образования и систем квалификаций ФГАУ «ФИРО» Протокол № 3 от 21 мая 2017 г.

Содержание программы ОУД.07 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.

Методологической основой реализации программы является системно-деятельностный подход.

В программу включено содержание, направленное на формирование у обучающихся компетенций, необходимых для качественного освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования. Это ключевые компетенции, связанные с умением учиться, организовывать собственную деятельность; профессиональные компетенции, подразумевающие понимание сущности и социальной значимости своей будущей профессии, умение выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество; информационные компетенции, связанные с умением осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития, использованием информационно-коммуникационных технологий в профессиональной деятельности.

Применение деятельностного подхода начинается с определения целей и планирования учебной работы. Обучающиеся не получают знания в готовом виде, а добывают их самостоятельно, осознавая при этом содержание и формы своей учебной деятельности, понимая и принимая систему ее норм, активно участвуют в их совершенствовании. Изучение Основ безопасности жизнедеятельности предполагает не только получение знаний по учебной дисциплине, но и освоение обучающимися различных способов деятельности, получение опыта планирования и организации собственной работы, самостоятельной и коллективной деятельности, применения основных методов познания для выявления причинно-следственных связей, поиска аналогов, управления объектами и процессами. Обучающиеся получают опыт работы с источниками информации, навыки её систематизации и обобщения, оценки достоверности фактов, интегрируют информацию в личные знания.

Специфика специальностей социально-экономического профиля профессионального образования нашла отражение в содержании учебного материала, последовательности его изучения, распределении учебных часов, тематике рефератов, индивидуальных проектов, в различных видах самостоятельной работы.

Внеаудиторная самостоятельная работа - логическое продолжение аудиторных занятий по заданию с установленными сроками исполнения. Дидактические цели внеаудиторной самостоятельной работы: закрепление, углубление, расширение и систематизация знаний; формирование умений, самостоятельное овладение новым программным материалом, развитие самостоятельности мышления, способностей к самоопределению. Внеаудиторная самостоятельная работа реализуется в различных формах; чтение и анализ материалов из книг, журналов, Интернет-ресурсов, подготовка рефератов, презентаций и сообщений, выполнение физических экспериментов в домашних условиях, изготовление приборов и моделей, участие в различных конкурсах, выполнение творческих исследовательских работ, встречи с учеными, интересными людьми и т.д. Выполняя самостоятельную работу, обучающиеся могут использовать информационные технологии, что в итоге ведет к интенсификации процесса обучения, стимулирует освоение довольно серьезных тем по информатике.

Выполнение самостоятельных работ способствует формированию у обучающихся умений самостоятельно и избирательно применять различные средства ИКТ, включая дополнительное цифровое оборудование (принтеры, сканеры, цифровые камеры и др.), пользоваться комплексными способами обработки материала.

Целью практических работ является выработка умения применять полученные знания при решении практических задач.

Контроль знаний осуществляется в процессе текущего контроля и промежуточной аттестации.

Текущий контроль проводится в рамках времени, отведённого на дисциплину. Это может быть устный опрос (беседа, коллоквиум, сообщение, зачёт, отчёт о выполненном проекте и др.), письменная работа (тест, работа с текстом, составление плана, сравнительных таблиц, написание эссе и др.), контроль с помощью технических средств и информационных систем. Результаты текущего контроля учитываются при подведении итогов по дисциплине.

В отличие от Примерной, в основные разделы рабочей программы введены темы дополнительной образовательной программы "Гражданское население в противодействии распространения идеологии терроризма" (письмо Министерства образования, науки и молодежной политики Краснодарского края от 02.03.2016 №47-3088/16-11).

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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.

В программе предусмотрен раздел «Основы медицинских знаний». В процессе его изучения формируются знания в области медицины, умения оказывать первую медицинскую помощь при различных травмах. Девушки получают сведения о здоровом образе жизни, основных средствах планирования семьи, ухода за младенцем, поддержании в семье духовности, комфортного психологического климата.

Программа разработана с учетом совместного обучения юношей и девушек.

Отбор содержания учебной дисциплины осуществляется на основе следующих принципов: учет возрастных особенностей обучающихся и реальных угроз (терроризм, экстремизм, наркомания), практическая направленность обучения, формирование знаний, которые обеспечат обучающимся профессиональных образовательных организаций СПО личную и общественную безопасность, успешную адаптацию к социальной реальности, профессиональной деятельности, исполнению общегражданских ролей.

Изучение учебной дисциплины завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации обучающихся (студентов) в процессе освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППССЗ).

## МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Общеобразовательная учебная дисциплина ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности относится к учебным предметам из обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования и к общеобразовательному учебному циклу основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППССЗ).

## РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

- **личностных:**

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

- **метапредметных:**

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

- информации, получаемой из различных источников;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
  - формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
  - развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
  - освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
  - приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
  - формирование установки на здоровый образ жизни;
  - развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;
- **предметных:**
    - сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также о 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 (социально-экономический профиль ориентирует на специальности, связанные с социальной сферой, финансами и экономикой, с обработкой информации, с такими сферами деятельности, как управление, предпринимательство, работа с финансами)<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Примерная основная образовательная программа среднего общего образования, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з)



## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### Введение

Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО.

**Самостоятельная работа:** подготовить реферат на тему «Здоровый образ жизни - основа укрепления и сохранения личного здоровья».

### Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

#### 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.

**Самостоятельная работа:** подготовить доклад на тему «ЗОЖ».

**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.

**Самостоятельная работа:** составить схему «Факторы здоровья».

#### 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.

**Самостоятельная работа:** составить рекомендации по профилактике ЗОЖ.

**Тема 1.5. 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.

**Самостоятельная работа:** разработать памятку «Правила безопасности для пешехода».

**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.

**Самостоятельная работа:** составить вопросы по конспекту урока

**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».

**Тема 1.8. Опасности современных молодёжных хобби.** Модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодёжными хобби.

**Самостоятельная работа:** подготовить рисунок по теме «Опасности современных молодёжных хобби».

#### **Практические занятия**

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

**Самостоятельная работа:** составить ассоциативный ряд общеупотребимых слов на тему «Рациональное питание».

**Практическое занятие № 2** Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров.

**Самостоятельная работа:** представить модель поведения пешехода / велосипедиста / пассажира в форме схематического рисунка.

**Практическое занятие № 3** Изучение моделей поведения водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

**Самостоятельная работа:** разработать анкету по теме практического занятия.

## **Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения**

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

**Самостоятельная работа:** составить сравнительную таблицу чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

**Тема 2.2 Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.** Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

**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.**

**Самостоятельная работа:** подготовить мультимедийную презентацию на тему «История создания РСЧС».

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

**Тема 2.5 Современные средства поражения и их поражающие факторы.** Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.

**Самостоятельная работа:** подготовить описание эвакуации на примере конкретного случая.

**Тема 2.6 Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.** Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.

**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.

**Самостоятельная работа:** составить тезисы по теме «Характеристика ЧС региона»

**Тема 2.8 Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.** Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение. Современный терроризм: понятие, сущность, разновидности. Международный терроризм как глобальная геополитическая проблема. Общественная безопасность как часть национальной безопасности РФ Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.

**Самостоятельная работа:** сообщение «МЧС России».

**Тема 2.9 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.

**Самостоятельная работа:** обзор литературы по теме.

**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.

**Практические занятия**

**Практическое занятие № 4** Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

**Самостоятельная работа:** составить алгоритм модели поведения в условиях вынужденной природной автономии.

**Практическое занятие № 5** Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

**Самостоятельная работа:** отработать модель поведения в ЧС на транспорте.

**Практическое занятие № 6** Изучение первичных средств пожаротушения.

**Самостоятельная работа:** составить перечень первичных средств пожаротушения.

**Практическое занятие № 7** Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.

**Самостоятельная работа:**

- подготовить реферат на тему (по выбору):

1. Современные средства поражения и их поражающие факторы.
2. Патриотизм и его источники.
3. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.

### **Раздел 3 Основы обороны государства и воинская обязанность**

**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 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.

**Самостоятельная работа:** изучить работу военной кафедры.

**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 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.

**Самостоятельная работа:** написать эссе на тему «Военная служба по контракту или альтернативная?».

**Тема 3.8 Качества личности военнослужащего как защитника Отечества:** любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в

различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

**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 Военно-профессиональная деятельность: порядок подготовки граждан по военно-учётным специальностям, особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях.**

**Самостоятельная работа:** составить номенклатуру воинских званий с краткой характеристикой.

**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.

**Самостоятельная работа:** подготовить сообщение «Воинские ритуалы в ВС РФ».

**Тема 3.13 Элементы начальной военной подготовки: назначение Строевого устава ВС РФ, назначение боевого свойства и общее устройство автомата Калашникова, меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб.**

**Практические занятия**

**Практическое занятие № 8** Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.

**Самостоятельная работа:** отработать модели бесконфликтного общения

**Практическое занятие № 9** Особенности службы в армии

**Самостоятельная работа:** подготовить тезисы по теме практического занятия.

**Практическое занятие № 10** Изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.

**Самостоятельная работа:**

- подготовить реферат на тему (по выбору):

1. Воинские ритуалы в ВС РФ, присяга, вручение боевого знамени.
2. Сухопутные войска РФ.

3. Военно-морской флот, история создания.
4. Структура вооружённых Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
5. Основные виды вооружения и военной техники Российской Федерации.
6. Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
7. Военная дисциплина ее значение в ВС РФ.
8. Единоначалие в ВС РФ.
9. Виды ответственности военнослужащих.
10. Основные военные ВУЗы в РФ.

## **Раздел 4 Основы медицинских знаний**

**Тема 4.1 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 4.2 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 4.3 Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.** Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.

**Тема 4.4 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.

**Самостоятельная работа:** составить схему «Виды кровотечений».

**Тема 4.5 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 4.6 Первая помощь при воздействии низких температур.** Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.

**Самостоятельная работа:** составить кроссворд по теме занятия.

**Тема 4.7 Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.** Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.

**Тема 4.8 Первая помощь при отравлениях.** Острое и хроническое отравление.

**Тема 4.9 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.

**Самостоятельная работа:** изучить признаки расстройства кровообращения и клинической смерти.

**Тема 4.10 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. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.

**Самостоятельная работа:** подготовить подборку видеороликов на тему «Основные инфекционные болезни».



**Тема 4.11 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 4.12 Основы ухода за младенцем.** Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.

**Самостоятельная работа:** подготовить рисунок на тему «Здоровье родителей и здоровье будущего ребёнка».

#### **Практические занятия**

**Практическое занятие № 11** Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.

**Самостоятельная работа:** продолжить освоение основных приёмов оказания первой помощи при кровотечениях.

**Практическое занятие № 12** Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.

#### **Самостоятельная работа:**

- подготовить реферат / индивидуальный проект на тему (по выбору):

1. Оказание первой помощи в экстремальных условиях.
2. Основные виды кровотечений.
3. Способы остановки кровотечений.
4. Правила первой помощи при ожогах и обморожениях.
5. Первая помощь при остановке дыхания и попадании инородных тел в дыхательные пути.

#### **Темы рефератов (докладов), индивидуальных проектов**

1. Здоровый образ жизни- основа укрепления и сохранения личного здоровья
2. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
3. Взаимодействие человека и среды обитания. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
4. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
5. Правила безопасности пешеходов
6. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе
7. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы
8. Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
9. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее Вероятных для Краснодарского края
10. Терроризм как основная социальная опасность современности.
11. Особенности трудовой деятельности женщин и подростков
12. Компьютерные игры и их влияние на организм человека
13. Правила поведения при захвате заложников
14. Служба в подразделениях МЧС
15. Космические опасности мифы и реальность
16. Современные поражения и их поражающие факторы
17. Сухопутные войска РФ
18. Оповещение и информирование населения об опасности
19. Военно –морской флот, история создания
20. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения
21. Структура вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск
22. Основные виды вооружения и военной техники Российской Федерации

23. Военная служба как особый вид Федеральной государственной службы
24. Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации
25. Военная дисциплина ее значение в ВС РФ
26. История военной присяги
27. Патриотизм и его источники
28. Единоначалие в ВС РФ
29. Виды ответственности военнослужащих
30. Основные военные ВУЗы в РФ
31. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования.
32. Воинские ритуалы в ВС РФ, присяга , вручение боевого знамени
33. Ритуал вручения оружия молодому пополнению
34. Оказание первой помощи в экстремальных условиях
35. Основные виды кровотечений
36. Способы остановки кровотечений
37. Правила первой помощи при ожогах и обморожениях
38. Первая помощь при остановке дыхания и попадании инородных тел в дыхательные пути



## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

При реализации содержания общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППССЗ) учебная нагрузка обучающихся по специальностям СПО социально-экономического профиля составляет:

Максимальная -	105 часов,
из них аудиторная (обязательная) нагрузка обучающихся,	70 часов;
включая практические занятия,	24 часов
самостоятельная работа	35 часов.

**Тематический план общеобразовательной учебной дисциплины**  
**ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности**  
**для специальностей социально-экономического профиля**

№ темы	Наименование разделов и тем	Максимальная учебная нагрузка	Количество часов аудиторной нагрузки		Самостоятельная работа
			Всего	Практические и лабораторные работы	
	<b>Введение</b>	<b>3</b>	<b>2</b>		<b>1</b>
<b>Раздел 1.</b>	<b>Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>	<b>24</b>	<b>16</b>	<b>6</b>	<b>8</b>
Тема 1.1	Здоровье и здоровый образ жизни. Факторы, способствующие укреплению здоровья.	6	4	2	2
Тема 1.2	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Вредные привычки и их профилактика	3	2		1
Тема 1.3	Основные нормативные правовые акты, определяющие правила и безопасность дорожного движения.	9	6	4	3
Тема 1.4	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	3	2		1
Тема 1.5	Правовые основы взаимоотношения полов. Опасности современных молодёжных хобби.	3	2		1
<b>Раздел 2.</b>	<b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	<b>33</b>	<b>22</b>	<b>8</b>	<b>11</b>
Тема 2.1	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	3	2		1
Тема 2.2	Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для Краснодарского края. РСЧС. Гражданская оборона.	3	2		1
Тема 2.3	Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Организация инженерной защиты населения.	3	2		1
Тема 2.4	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.	3	2		1
Тема 2.5	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.	3	2		1
Тема 2.6	Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.	15	10	8	5

№ темы	Наименование разделов и тем	Максимальная учебная нагрузка	Количество часов аудиторной нагрузки		Самостоятельная работа
			Всего	Практические и лабораторные работы	
Тема 2.7	Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма Российской Федерации. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	3	2		1
<b>Раздел 3.</b>	<b>Основы обороны государства и воинская обязанность.</b>	<b>21</b>	<b>14</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
Тема 3.1	История создания и организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Воинская обязанность. Обязательная подготовка граждан к военной службе.	6	4	2	2
Тема 3.2	Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба	6	4	2	2
Тема 3.3	Качества личности военнослужащего как защитника Отечества. Воинская дисциплина и ответственность. Военно-профессиональная деятельность	3	2		1
Тема 3.4	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил России. Элементы начальной военной подготовки	6	4	2	2
<b>Раздел 4.</b>	<b>Основы медицинских знаний</b>	<b>22</b>	<b>14</b>	<b>4</b>	<b>8</b>
Тема 4.1.	Понятие первой помощи. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травм и их виды, кровотечений и их виды	6	4	2	2
Тема 4.2	Первая помощь при ожогах. Первая помощь при воздействии низких температур	3	2		1
Тема 4.3	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при отсутствии сознания.	6	4	2	2
Тема 4.5	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	3	2		1
Тема 4.6	Здоровьесбережение и здоровье будущего ребенка. Основы ухода за младенцем.	4	2		2
	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		
	<b>ИТОГО</b>	<b>105</b>	<b>70</b>	<b>24</b>	<b>35</b>

Изучение общеобразовательной учебной дисциплины ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности для специальностей социально-экономического профиля завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации обучающихся в процессе освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

## ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

Содержание обучения	<b>Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)</b>
<b>Введение</b>	<p>Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности.</p> <p>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</p>
<b>1.Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения</b>	<p>Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни.</p> <p>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.</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.</p> <p>Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.</p> <p>Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам.</p> <p>Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения.</p> <p>Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека.</p> <p>Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья.</p>

<p><b>2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b></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.</p> <p>Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.</p> <p>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> <p>Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.</p> <p>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><b>3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b></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>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. 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.</p> <p>Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества.</p> <p>Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина;</p>

	<p>характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки.</p> <p>Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести.</p>
<p><b>4. Основы медицинских знаний</b></p>	<p>Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.</p> <p>Характеристика основных признаков жизни.</p> <p>Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара.</p> <p>Определение основных средств планирования семьи. Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины.</p>

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивается:

- наличием учебного кабинета, удовлетворяющего требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2 № 178-02), оснащенного типовым оборудованием, в том числе специализированной учебной мебелью и средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся, в котором имеется возможность обеспечить свободный доступ в Интернет во время учебного занятия и в период внеучебной деятельности обучающихся;

Кабинет ОБЖ,

Специализированная мебель и системы хранения

Доска классная

Стол преподавателя

Стол преподавателя приставной

Кресло для преподавателя

Стол ученический двухместный регулируемый по высоте электрифицированный

Стул ученический поворотный с регулируемой высотой

Шкаф для хранения учебных пособий

Шкаф для хранения с выдвигающимися демонстрационными полками

Сейф оружейный

Система хранения тренажеров

Система хранения таблиц и плакатов

Тумба для таблиц под доску

Плакаты настенные

Боковая демонстрационная панель

Информационно-тематический стенд

Технические средства обучения (рабочее место преподавателя)

Интерактивный программно-аппаратный комплекс

Компьютер преподавателя, лицензионное программное обеспечение

Планшетный компьютер преподавателя

Многофункциональное устройство

Документ-камера

Акустическая система для аудитории

Сетевой фильтр

Средство организации беспроводной сети

Демонстрационное оборудование и приборы

Мини-экспресс-лаборатории радиационно-химической разведки

Дозиметр

Газоанализатор кислорода и токсичных газов с цифровой индикацией показателей

Защитный костюм

Измеритель электропроводности, кислотности и температуры

Компас-азимут

Противогаз взрослый, фильтрующе-поглощающий

Макет гранаты Ф-1

Макет гранаты РГД-5

Респиратор

Лабораторно-технологическое оборудование для оказания первой помощи

Дыхательная трубка (воздуховод)

Гипотермический пакет



Индивидуальный перевязочный пакет  
Индивидуальный противохимический пакет  
Бинт марлевый медицинский нестерильный  
Бинт марлевый медицинский нестерильный  
Вата медицинская компрессная  
Косынка медицинская (перевязочная)  
Повязка медицинская большая стерильная  
Повязка медицинская малая стерильная  
Булавка безопасная  
Жгут кровоостанавливающий эластичный  
Комплект шин складных средний  
Шина проволочная (лестничная) для ног  
Шина проволочная (лестничная) для рук  
Носилки санитарные  
Лямка медицинская носилочная  
Пипетка  
Коврик напольный  
Термометр электронный  
Модели (объемные и плоские), натуральные объекты  
Комплект масса-габаритных моделей оружия  
Стрелковый тренажер  
Макет простейшего укрытия в разрезе  
Тренажер для оказания первой помощи на месте происшествия  
Имитаторы ранений и поражений для тренажера - манекена  
Тренажер для освоения навыков сердечно-легочной реанимации взрослого и ребенка  
Электронные средства обучения (CD, DVD, видеофильмы, интерактивные плакаты, лицензионное программное обеспечение)  
Комплект учебных видео фильмов  
Демонстрационные учебно-наглядные пособия  
· Комплект демонстрационных учебных таблиц  
Стрелковый тир электронный

## ЛИТЕРАТУРА

### Основные источники:

Хван Т.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Т.А. Хван, П.А. Хван. – Ростов н/Д : Феникс, 2017. – 415, [1] с. : ил. – (Среднее профессиональное образование).

Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: общеобразовательная подготовка в учреждениях СПО [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.academia-moscow.ru>.

Микрюков В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + eПриложение. (СПО). Учебник [Электронный ресурс]. – 2018. Режим доступа: <https://www.book.ru>.

Микрюков В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + eПриложение (для СПО) [Электронный ресурс]. – 2018. Режим доступа: <https://www.book.ru>.

Данилина М.В. Практикум по основам безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие [Электронный ресурс]. – 2018. Режим доступа: <https://www.book.ru>.

Агошков А.И., Трегубенко А.Ю., Вершкова Т.И. Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]. – 2018. Режим доступа: <https://www.book.ru>.

### Дополнительные источники:

Изотова М. А., Царева Т. Б. Полная энциклопедия орденов и медалей России.

Ионина Н. А. 100 великих наград.

Каменев А. И. Энциклопедия русского офицера.

Каторин Ю. Ф. Танки: иллюстрированная энциклопедия.

Лубченков Ю. Н. Русские полководцы.

### Интернет-ресурсы

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

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

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

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

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

[www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) (Books Gid. Электронная библиотека).

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

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

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

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

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

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

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

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

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