

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Шиломаева Ирина Алексеевна  
Должность: Директор филиала  
Дата подписания: 04.04.2023 16:02:08  
Уникальный программный ключ:  
8b264d3408be5f4f2b4acb7cfae7e625f7b6d62e

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«МОСКОВСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(МОСКОВСКИЙ ПОЛИТЕХ)

Тучковский филиал

Московского политехнического университета



УТВЕРЖДАЮ  
заместитель директора по УВР  
О.Ю. Педашенко

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

для специальности

**38.02.03 Операционная деятельность в логистике**

*профиль обучения:* социально-экономический

ТУЧКОВО 2022



## РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу по дисциплине ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности для специальностей социально-экономического профиля

Рабочая программа учебной дисциплины ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности является частью образовательной программы среднего профессионального образования в соответствии с ФГОС.

Рабочая программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта, дает конкретное распределение учебных часов по разделам курса и рекомендует последовательность изучения тем и разделов учебного предмета с учетом внутрипредметных связей, логики учебного процесса.

При получении специальностей СПО социально-экономического профиля обучающиеся изучают Основы безопасности жизнедеятельности как базовый учебный предмет.

Рабочая программа ориентирована 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.

Цели, задачи и способы их достижения в программе согласованы.

По своему содержанию программа соответствует учебным планам специальностей, федеральному государственному образовательному стандарту и позволяет сформировать у обучающихся целостную естественно-научную картину мира, пробудить у них эмоционально-ценностное отношение к изучаемому материалу, готовность к выбору действий определенной направленности, умение критически оценивать свои

и чужие действия и поступки. Заметное место в содержании учебной дисциплины занимает учебный материал, не только формирующий естественно-научную картину мира у студентов, но и раскрывающий практическое значение естественно-научных знаний во всех сферах жизни современного общества, в том числе в гуманитарной сфере.

Отбор содержания учебной дисциплины осуществляется на основе следующих принципов: учет возрастных особенностей обучающихся, практическая направленность обучения, формирование знаний, которые обеспечат обучающимся филиала успешную адаптацию к социальной реальности, профессиональной деятельности, исполнению гражданских ролей.

Программа предполагает контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины, которые осуществляются в процессе освоения материала. В качестве форм и методов текущего контроля используются различные оценочные средства.

Рецензент

М.П.

*Ирина Новикова И.В., к.э.н., преподаватель дисциплины профессионального цикла*  
*Подпись Новикова И.В. заверено*  
*Методический кабинет - Ю.С. Жукова*



Рабочая программа учебной дисциплины ОУД. 07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНДЕЯТЕЛЬНОСТИ разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) среднего общего образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17. 05. 2012 г. № 413) и Примерной программы, рекомендованной ФГБОУ ДПО ИРПО для специальности социально-экономического профиля 38.02.03 Операционная деятельность в логистике.

**Организация-разработчик :**

Тучковский филиал «Московского политехнического университета»

**Разработчик:**

Миляева Ольга Валентиновна - преподаватель дисциплин  
общеобразовательного цикла

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании комиссии образовательной программы среднего общего образования.

Протокол № 6 от «18» мая 2012г.

Руководитель образовательной программы Павлюк /О.М. Павлюк

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1.	<b>ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
2.	<b>СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
3.	<b>УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>15</b>
4.	<b>КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>17</b>



# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Учебная дисциплина «**Основы безопасности жизнедеятельности**» является обязательной частью общеобразовательного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике.

## 1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины:

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих компетенций: ОК1-9.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются личностные (ЛР), метапредметные (МР), предметные для базового уровня изучения (ПРБ) результаты в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования

Коды результатов	Планируемые результаты освоения дисциплины включают
ЛР 03	Готовность к служению Отечеству, его защите
ЛР 11	Принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков
ЛР 12	Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь
ЛР 13	Осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем
ЛР 14	Сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности
МР 01	Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях
МР 02	Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты
МР 03	Владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания



MP 04	Готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников
MP 05	Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности
MP 06	Умение определять назначение и функции различных социальных институтов
MP 07	Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей
ПР6 01	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
ПР6 02	Знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз
ПР6 03	Сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения
ПР6 04	Сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности
ПР6 05	Знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера
ПР6 06	Знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.)
ПР6 07.	Знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций
ПР6 08	Умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники
ПР6 09	Умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях
ПР6 10	Знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка
ПР6 11	Знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе

ПР6 12	Владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике
--------	---

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем в часах
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	<b>92</b>
<b>1. Основное содержание</b>	<b>44</b>
в т. ч.:	
теоретическое обучение	32
практические занятия	12
<b>2. Профессионально ориентированное содержание</b>	<b>22</b>
в т. ч.:	
теоретическое обучение	4
практические занятия	16
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>24</b>
<b>Промежуточная аттестация (дифференцированный зачёт)</b>	<b>2</b>



## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды общих компетенций (указанных в разделе 1.2) и личностных метапредметных, предметных результатов, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	
<b>Основное содержание</b>			
<b>Раздел 1</b>	<b>Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья</b>		ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05, ПР6 06, ПР6 07, ПР6 09, ЛР 12, ЛР 14, МР 01, МР 02, МР 04, МР 03, МР 05 ОК-1-9
<b>Тема 1.2 Психологическое здоровье</b>	<p>Угроза снижения психологического здоровья населения, роста психических расстройств и заболеваний. Рост преступлений на основе психических отклонений, в том числе в молодежной среде. Инфантизм молодого поколения.</p> <p>Требования к психическим и морально-этическим качествам человека. Основные понятия о психологической совместимости членов группы, бригады, коллектива. Диагностика и доврачебная помощь при истерии, шоке, панической атаке.</p> <p>Влияние психоактивных веществ на здоровье человека. Профилактика употребления психоактивных веществ.</p> <p>Влияние двигательной активности на эмоциональное состояние человека.</p> <p>Личная гигиена и ее значение для психологического здоровья человека. Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.</p> <p><b>Самостоятельная работа обучающихся;</b> проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику.</p>	2	ПР6 06, ПР6 08, ЛР 11, ЛР 12, МР 02 ОК-1-9



<p><b>Тема 1.3</b> Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.</p> <p>Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов</p>	<p>Окружающая среда: природная, техногенная, социальная, производственная. Виды негативных факторов по происхождению: природные, биологические, экологические, техногенные, социальные и антропогенные.</p> <p>Воздействие негативных факторов на человека и среду обитания.</p> <p>Глобальное и региональное загрязнение среды (водной, воздушной, почв) объектами экономики (энергетики, промышленности, транспорта, сельского хозяйства). Биологические опасности.</p> <p>Техногенные аварии. Социальные и антропогенные факторы техногенных аварий. Глобальная инфантилизация, низкий профессионализм персонала как фактор ЧС разного происхождения</p> <p><b>Самостоятельная работа обучающихся;</b> проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику.</p>	<p>2</p>	<p>ПР6 01, ПР6 05, ПР6 08 ЛР 14, МР 04  ОК-1-9</p>
<p><b>Тема 1.4</b> Правила и безопасность дорожного движения. Безопасное пользование всеми средствами передвижения</p>	<p>Правила содержания и эксплуатации техники. Техника безопасности. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешехода, велосипедиста, пассажира и водителя транспортного средства при организации дорожного движения. Отработка моделей поведения при ЧС на транспорте, на производстве, в цеху, при транспортировке и настройке инфокоммуникационных сетей. Средства и методы самообороны. Отработка навыков самообороны при нападении в подъезде, в лифте, в замкнутом пространстве, на улице.</p> <p><b>Самостоятельная работа обучающихся;</b> проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику.</p>	<p>2</p>	<p>ПР6 05, ПР6 07, ПР6 09 ЛР 14, МР 01, МР 03,  ОК-1-9</p>
<p><b>Раздел 2.</b></p>	<p><i>Практическое занятие № 1.</i> Отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.</p> <p><i>Практическое занятие № 2.</i> Отработка навыков самообороны при нападении в подъезде, в лифте, в замкнутом пространстве, на улице</p> <p><b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b></p>	<p>2  2</p>	<p>ПР6 01, ЛР 14, МР 04 ПР6 07, ПР6 09, ЛР 11, МР 05 ОК-1-9</p>
<p><b>Тема 2.1</b> Изучение и отработка моделей поведения при ЧС</p>	<p>Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайной</p>	<p>2</p>	<p>ПР6 02, ПР6 05, ПР6 07, ПР6 08, ПР6 09 ЛР 11, МР 02, МР 03, МР 05 ОК-1-9  ПР6 07, ПР6 09, ЛР 11, МР 05, МР 03</p>



	<p>ситуации. Отработка поведения при ЧС. Умение организовать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии: ЧС или катастрофа. Вынос пострадавшего из задымленного помещения</p> <p><b>Самостоятельная работа обучающихся;</b> проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику.</p>	2	ОК-1-9
<p><b>Тема 2.2</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</p>	<p>История создания единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС: ее предназначение, структура, задачи. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Структура и органы управления гражданской обороны. Изучение первичных средств пожаротушения. Отработка навыков оказания помощи пострадавшим при асфиксии, ожогах. Отработка порядка и правил действий при пожаре с использованием первичных средств пожаротушения</p> <p><b>Самостоятельная работа обучающихся;</b> проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику.</p>	2	ПРб 07, ПРб 09, ЛР 11, МР 05, МР 07  ОК-1-9
<p><b>Тема 2.3</b> Современные средства поражения и их поражающие факторы</p>	<p>Классификация средств поражения. Химическое, ядерное, бактериологическое оружие. Средства коллективной и индивидуальной защиты: порядок и правила их использования. Виды защитных сооружений. Эвакуация населения. Умение определять количество необходимого оборудования для защиты коллектива от поражающих факторов. Отработка навыков пользования СИЗ. Сдача нормативов по надеванию противогаза, общевойскового защитного костюма, средств индивидуальной защиты</p> <p><b>Самостоятельная работа обучающихся;</b> проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику.</p> <p><i>Практическое занятие № 3.</i> Отработка навыков пользования СИЗ: противогаз (ватно-марлевая повязка, респиратор). Сдача нормативов по надеванию противогаза, общего защитного костюма, средств индивидуальной защиты при работе с животными</p>	2	ПРб 05, ПРб 07, МР 02  ОК-1-9  ПРб 05, ПРб 07, ЛР 11, ЛР 12  ОК-1-9



<p><b>Тема 2.4</b> Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта</p>	<p>Понятие о терроре, террористическом акте. Опасности террористического акта. Психология террористов. Модели поведения при стрельбе, при захвате в качестве заложника. <i>Практическое занятие № 4.</i> Отработка навыков поведения при стрельбе, при захвате в качестве заложника</p>	<p>2</p>	<p>ПРб 01, ПРб 03, ПРб 05, ПРб 08, МР 02 ЛР 11, ЛР 12 ОК-1-9 ПРб 09, МР 02 ОК-1-9</p>
<p><b>Тема 2.5</b> Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан</p>	<p>Структура и порядок работы МЧС, МВД, Росгвардии, службы скорой медицинской помощи, службы медицины катастроф. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор). Правовые основы взаимодействия граждан с органами защиты населения <b>Самостоятельная работа обучающихся;</b> проработка концептов, выполнение заданий по учебнику.</p>	<p>2</p>	<p>ПРб 02, ЛР 11, МР 02, МР 06 ОК-1-9</p>
<p><b>Раздел 3</b></p>	<p><b>Основы обороны государства и воинская обязанность</b></p>	<p>2</p>	<p>ПРб 02, ПРб 10, ПРб 11, ЛР 01, ЛР 02, ЛР 03, МР 05 ОК-1-9</p>
<p><b>Тема 3.1</b> История создания Вооруженных Сил России</p>	<p>Организация вооруженных сил Московского государства. Военные реформы: Ивана Грозного; Петра; Реформа 19 века. Советские вооруженные силы их структура и предназначение. Современная военная реформа. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации: виды ВС РФ (сухопутные войска, воздушно-космические силы, военно-морской флот); рода войск (ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска). Их предназначение. Воинские звания. Знаки отличия <b>Самостоятельная работа обучающихся;</b> проработка концептов, выполнение заданий по учебнику.</p>	<p>2</p>	<p>ПРб 02, ПРб 10, ПРб 11, ЛР 01, ЛР 02, ЛР 03, МР 05 ОК-1-9</p>
<p><b>Тема 3.2</b> Воинская обязанность и воинский учет</p>	<p>Основные понятия воинской обязанности и воинского учета. Постановка граждан на воинский учет. Категории годности. Медицинское освидетельствование граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Альтернативная гражданская служба. Служба по контракту</p>	<p>2</p>	<p>ПРб 10, ПРб 11 ЛР 03, МР 01, МР 04 ОК-1-9</p>
<p><b>Раздел 4.</b></p>	<p><b>Основы медицинских знаний</b></p>	<p></p>	<p>ПРб 07, ПРб 12, ЛР 12, МР 01 ОК-1-9</p>



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»	2	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 05 ОК-1-9
Тема 4.2 Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственная вентиляция легких	Порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим. Алгоритм оказания первой помощи при остановке сердца и асфиксии	2	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03 ОК-1-9
Тема 4.3 Понятие травм и их виды	<i>Практическое занятие № 5.</i> Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственной вентиляции легких	2	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01 ОК-1-9
Тема 4.4 Понятие и виды кровотечений	Обработка навыков оказания первой помощи при кровотечениях. Наложение повязок, жгута, закрутки. Правила оказания помощи при кровотечениях. Личная безопасность при оказании помощи. Оказание помощи при венозном, капиллярном, артериальном, смешанном и внутреннем кровотечениях. <b>Самостоятельная работа обучающихся;</b> проработка конспектов выполнение заданий по учебнику.	1	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03 ОК-1-9
Тема 4.5 Первая помощь при ожогах, при воздействии низких температур	Обработка навыков оказания первой помощи при кровотечениях. Наложение повязок, жгута, закрутки. Правила оказания помощи при кровотечениях. Личная безопасность при оказании помощи. Оказание помощи при венозном, капиллярном, артериальном, смешанном и внутреннем кровотечениях.	2	Прб 07, ПРб 12, ЛР 12, МР 01, МР 03 ОК-1-9
Тема 4.6 Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути	Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах, при химических ожогах. Основные признаки теплового удара. Основные степени отморожений. Порядок оказания помощи <b>Самостоятельная работа обучающихся;</b> проработка конспектов выполнение заданий по учебнику.	1	Прб 07, ПРб 12, ЛР 12, МР 01 ОК-1-9
Тема 4.6 Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути	Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Обработка навыков выполнения приема Геймлиха. Оказание помощи при удушье детей. Обработка мероприятий по оказанию помощи при отравлении. Острое и хроническое отравление	2	Прб 07, ПРб 12, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03 ОК-1-9



	<i>Практическое занятие № 6. Отработка основных приемов удаления инородных тел из верхних дыхательных путей</i>	2	Пр6 07, Пр6 12, ЛР 12, МР 01 ОК-1-9
<b>Тема 4.7</b> Первая помощь при инсульте, инфаркте, эпилепсии	Первая помощь при отсутствии сознания. Алгоритм оказания помощи при инсульте. Диагностика инсульта. Виды инсультов. Помощь при предынфарктном состоянии, алгоритм помощи пострадавшему. Виды эпилепсии, оказание помощи при эпилептическом припадке	2	Пр6 07, Пр6 12, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03 ОК-1-9
<b>Тема 4.8</b> Первая помощь на воде. Помощь при утоплении	Помощь пострадавшему на воде, правила транспортировки пострадавшего. Оказание помощи при утоплении <b>Самостоятельная работа обучающихся;</b> проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику.	2 4	Пр6 07, Пр6 12, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03 ОК-1-9
<b>Профессионально ориентированное содержание</b>			
<b>Раздел №1</b>	<b>Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья</b>	8	Пр6 01, Пр6 04, Пр6 05 ЛР 12, ЛР 13, МР 01, МР 02 ОК-1-9
<b>Тема 1.1</b> Здоровье и здоровый образ жизни	<b>Продолжение жизни как закон и смысл человека и общества</b> (бинарное теоретическое занятие). Смысл Живого мира – не прекращение процесса Жизни. Прогресс и регресс: условия и признаки процессов. Смысл жизни Человека как части Живого мира. Определение смысла жизни в мировых религиях. Понимание смысла жизни человека в философии и психологии. Понятия о реализации и самореализации Человека (А. Маслоу, пирамида Дилтса и др.) Важнейшие аспекты самореализации: жизненные Цели, Мечта. Творчество, раскрытие способностей. Любовь к Делу. Профессиональная самореализация. Примеры из жизни известных людей, преодолевших массу преград на пути к Мечте и самореализации в своем Деле. Смысл и реальность ограничивающих факторов в самореализации: Время и жизненная энергия. Понятие «Тайминга» - все вовремя. Понятие жизненного норматива как сбережения ресурса времени.	2	Пр6 01, Пр6 04, Пр6 05 ЛР 12, ЛР 13, МР 01, МР 02 ОК-1-9



	<p>Характеристики и отличие Взрослого человека и Ребенка. Характеристики подросткового и периода. Нарушения и сбои в развитии.</p> <p>Глубокое планирование собственной жизни как признак взрослого человека. Разветвленное, комбинированное планирование, допуск худших сценариев и понимание подготовки к ним</p> <p>Общие понятия о здоровье. Значение здоровья при допуске к профессиональным работам. Медицинский осмотр. Особенности и профилактика профессиональных заболеваний. Риск профессиональных заболеваний и способы их профилактики. Рациональное питание и его значение для здоровья. Забота о жизни и здоровье специалистов при проведении работ на производственных участках. Региональные условия для занятия спортом и оздоровления граждан. Влияние вредных привычек на профессиональное долголетие</p> <p><i>Практическое занятие № 7. Планирование действий на ближайшие 5-10 лет</i></p> <p><i>Практическое занятие № 8. Составление научно обоснованного пищевого рациона для работника по специальности/профессии</i></p>	<p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>	<p>ПР6 04, ПР6 08, ЛР 11, ЛР 12 МР 04, МР 05 ОК-1-9</p> <p>ПР6 04, ПР6 08, ЛР 11, ЛР 12, ЛР 13 МР 01 ОК-1-9</p>
<p><b>Тема 1.3</b> Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов</p> <p><b>Раздел 2</b></p>	<p><i>Практическое занятие № 9. Изучение комплекса опасностей на рабочем месте специалиста (мастерской, учебном полигоне, производстве)</i></p>	<p>2</p>	<p>ПР6 01, ПР6 05, ПР6 08, ЛР 13, ЛР 14, МР 04 ОК-1-9</p>
<p><b>Тема 2.1</b> Изучение и</p>	<p><b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b></p> <p><i>Практическое занятие № 10. Изучение и отработка моделей поведения</i></p>	<p>2</p>	<p>ПР6 07, ПР6 09, ЛР 11, ЛР 13, МР 05, МР 07 ОК-1-9</p> <p>ПР6 07, ПР6 09,</p>



отработка моделей поведения при ЧС	при ЧС на учебном полигоне, производственном участке проведения профессиональных работ		ЛР 11, ЛР 13, МР 05, МР 07  ОК-1-9
<b>Тема 2.2</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	<i>Практическое занятие № 11. Отработка порядка и правил действий при пожаре с использованием первичных средств пожаротушения в условиях профессиональной деятельности специалиста</i>	2	Прб 07, Прб 09, ЛР 11, МР 05, МР 07 ОК-1-9
<b>Тема 2.5</b> Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	<i>Практическое занятие № 12 (экскурсия). Ознакомление с работой службы по охране здоровья и безопасности граждан в регионе (по выбору педагога с учетом получаемой специальности/профессии).</i>	2	Прб 02, ЛР 12, ЛР 13, МР 04, МР 05, МР 06, МР 07 ОК-1-9
<b>Раздел 4</b>	<b>Основы медицинских знаний</b>		Прб 07, Прб 12 ЛР 12, ЛР 13, МР 01 ОК-1-9
<b>Тема 4.3</b> Понятие травм и их виды	<i>Практическое занятие № 13. Оказание первой помощи при электротравмах в работе специалиста</i>	2	Прб 07, Прб 12 ЛР 12, ЛР 13, МР 01 ОК-1-9
<b>Тема 4.4</b> Понятие и виды кровотечений	<i>Практическое занятие № 14. Решение ситуационных задач</i>	2	Прб 07, Прб 12, ЛР 12, ЛР 13 МР 01 ОК-1-9
<b>Промежуточная аттестация (дифференцированный зачёт)</b>			
<b>Всего:</b>		72	



### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрен кабинет «Основы безопасности жизнедеятельности».

Оборудование кабинета:

учебная мебель; экран; мультимедийный проектор; телевизор; наглядные пособия; тренажеры для отработки навыков оказания помощи; образцы аварийно-спасательных инструментов и оборудования, средств индивидуальной защиты; образцы средств первой медицинской помощи; образцы средств пожаротушения (СП); 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; макеты: встроенного убежища, быстровозводимого убежища, противорадиационного укрытия, а также макеты местности, зданий и муляжи; макет автомата Калашникова; электронный стрелковый тренажер;

### 3.2. Информационное обеспечение реализации программы

#### 3.2.1. Основные издания

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 399 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-02041-0. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/45078>

2. Бочарова, Н. И. Педагогика дополнительного образования. Обучение выживанию: учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. И. Бочарова, Е. А. Бочаров. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 174 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-08521-1. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454510>

3. Долгов, В. С. Основы безопасности жизнедеятельности : учебник / В. С. Долгов. – Санкт-Петербург : Лань, 2020. – 188 с. – ISBN 978-5-8114-3928-7. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/133903>

4. Пантелеева, Е. В. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / Е. В. Пантелеева, Д. В. Альжев. – 2-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2019. –



### 3.2.2. Дополнительные источники

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993)
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.
4. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.
5. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.
6. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.
7. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.
8. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.
9. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.
10. Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.
11. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.
12. Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2011. — № 47.
13. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой

помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2012.

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

Результаты обучения	Методы оценки
ПР6 01 ПР6 02 ПР6 03 ПР604 ПР605 ПР606 ПР6 07 ПР608 ПР609 ПР610 ПР611 ПР612	Оценка результатов устных ответов, представление рефератов, презентаций: 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; развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз; эссе (в том числе профессионально ориентированных заданий).