



Автономная некоммерческая профессиональная образовательная
организация «Многопрофильная Академия непрерывного образования»
АНПОО «МАНО»
Колледж

ПРИНЯТО

Решением Педагогического совета

АНПОО «МАНО»

Протокол № 01-01/16 от

01.06.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор АНПОО «МАНО»



В.И. Гам

В.И. Гам 20 22 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине

БД.07 Основы безопасности жизнедеятельности

Специальность 46.02.01 Документационное обеспечение управления и
архивоведение

Квалификация: Специалист по документационному обеспечению

управления, архивист

Заочная форма обучения

Омск, 2022

Рабочая учебная программа по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана в соответствии с «Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования» (Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 г. № 06-259) и примерной программой общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», рекомендованной ФГАУ «ФИРО» (Протокол № 3 от 21.07.2015 г.).

Организация-разработчик:

АНПОО «Многопрофильная Академия непрерывного образования».

Разработчик:

Терлеев И.И., преподаватель.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
5. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ	23

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения программы

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

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

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

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения 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.

Программа выполняет две основные функции:

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

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

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

В соответствии с Законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе» изучение раздела «Основы обороны государства и воинская обязанность» является обязательным только для лиц мужского пола. Кроме того, в конце учебного года для обучающихся мужского пола проводятся пятидневные учебные сборы (35 часов), сочетающие разнообразные формы организации теоретических и практических занятий.

Для девушек в программе предусмотрен раздел «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».

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

Таким образом, программа предоставляет возможность реализации различных подходов к построению образовательного процесса, формированию у обучающихся системы знаний, умений, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций:

- умений самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность в сфере безопасной жизнедеятельности;
- умений оценивать и корректировать свое поведение в окружающей среде на основе выполнения экологических требований, участвуя в проектной деятельности, учебно-исследовательской работе;
- умений отстаивать свою гражданскую позицию, осознанно осуществлять выбор пути продолжения образования или будущей профессии.

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 вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

предметных:

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

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

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 105 часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 10 часов,
самостоятельной работы обучающегося 95 часов.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	105
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	10
в том числе:	
лекции	4
практические занятия	6
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	95
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»

Раздел и тема	Содержание учебного материала	Часы	Уровень усвоения
Раздел 1.	<i>Государственная система обеспечения безопасности населения</i>	2/20	
Тема 1.1. Введение. Опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера; поведение человека в этих ситуациях	<u>Лекция</u> Общая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, источники их возникновения. Классификация чрезвычайных ситуаций природного происхождения. Общая характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера, источники их возникновения. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабам их распространения и тяжести последствий.	1	2
Тема 1.2. Чрезвычайные ситуации военного характера.	<u>Самостоятельная работа</u> Чрезвычайные ситуации военного характера, которые могут возникать на территории России в случае локальных конфликтов или ведения широкомасштабных боевых действий. Основные источники чрезвычайных ситуаций военного характера, современные средства поражения. Прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Теоретические основы прогнозирования чрезвычайных ситуаций. Прогнозирование природных и техногенных катастроф. Порядок выявления и оценки обстановки.	6	2
Тема 1.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	<u>Самостоятельная работа</u> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основная цель создания этой системы, основные задачи РСЧС по защите населения от чрезвычайных ситуаций, силы и средства ликвидации чрезвычайных ситуаций.	4	2
Тема 1.4. Гражданская оборона (ГО) ее назначение и задачи.	<u>Лекция</u> Гражданская оборона, ее структура и задачи по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.	1	1,2
Тема 1.5. Средства индивидуальной защиты в чрезвычайных ситуациях.	<u>Самостоятельная работа</u> Применение средств индивидуальной защиты в чрезвычайных ситуациях. Назначение и порядок применения средств индивидуальной защиты органов дыхания, кожи и средств медицинской защиты в чрезвычайных ситуациях. «Применение средств индивидуальной защиты в чрезвычайных ситуациях. Назначение и порядок применения средств индивидуальной защиты органов дыхания, кожи и средств медицинской защиты в чрезвычайных ситуациях»	4	2 2,3
Тема 1.6. Общее понятие устойчивости работы объектов экономики. Факторы, определяющие	<u>Самостоятельная работа</u> Общие понятия об устойчивости объектов экономики в чрезвычайных ситуациях.		

устойчивость работы объектов.	Основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики. Обеспечение надежной защиты рабочих и служащих, повышение надежности инженерно-технического комплекса, обеспечение надежности и оперативности управления производством, подготовка объектов к переводу на аварийный режим работы, подготовка к восстановлению нарушенного производства.	6	2
Раздел 2.	Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	18	
Тема 2.1. Здоровье и здоровый образ жизни	<u>Самостоятельная работа</u> Здоровый образ жизни как средство сохранения и укрепления индивидуального здоровья. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Рациональное питание и его значение для здоровья и работоспособности человека. Гигиена питания.	6	1
Тема 2.2.. Вредные привычки и их профилактика	<u>Самостоятельная работа</u> Вредные привычки, их влияние на здоровье человека. Профилактика вредных привычек. Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.	6	1
Тема 2.3. Нравственность и здоровье. Репродуктивное здоровье	<u>Самостоятельная работа</u> Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Правила личной гигиены. Гигиена одежды. Болезни, передаваемые половым путём. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью. ВИЧ – инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ – инфекцией.	6	1
Раздел 3	Основы медицинских знаний	12	
Тема 3.1. Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях	<u>Самостоятельная работа</u> Ранения, их виды. Первая медицинская помощь при ранениях. Профилактика осложнения ран. Кровотечения, их виды. Первая медицинская помощь при кровотечениях. Острая сердечная недостаточность, инсульт, профилактика. Первая помощь при переохлаждении, обморожении; тепловом и солнечном ударах. Оказание первой медицинской помощи утопающему. Первая помощь при укусах животных и насекомых.	6	1
Тема 3.2. Производственный травматизм, меры профилактики, первая медицинская помощь при травмах	<u>Самостоятельная работа</u> Общие требования к технике безопасности при работе с электрическими приборами, режущими инструментами во время работы. Поражение человека электрическим током, оказание первой медицинской помощи. Травматический шок, его профилактика. Производственные травмы: порезы, ушибы, вывихи, растяжения связок; переломы костей скелета человека.	6	2 2

	<u>Контрольная работа</u> Итого за 1 семестр:	2 4/50	
Раздел 4.	Основы обороны государства и воинская обязанность	6/45	
Тема 4.1. История создания Вооруженных Сил России.	<u>Самостоятельная работа</u> История создания Вооруженных Сил России. Опыт применения Вооруженных Сил РФ в контр террористических операциях.	6	1
Тема 4.2. Организационная структура Вооруженных Сил. Виды ВС, рода войск. Их предназначение.	<u>Самостоятельная работа</u> Виды Вооруженных Сил РФ, рода войск, их состав и предназначение. Задачи Вооруженных Сил Российской Федерации.	4	1
Тема 4.3. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил, их место и роль в системе национальной безопасности страны.	<u>Лекция</u> Военная доктрина РФ. Система национальной безопасности России. Основные угрозы национальным интересам России. Обеспечение национальной безопасности РФ. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил, их место и роль в системе национальной безопасности страны.	1	1
	<u>Практическое занятие №2:</u> «Национальные интересы и национальная безопасность России»	1	3
Тема 4.4. Правовые основы военной службы.	<u>Самостоятельная работа</u> Правовые основы прохождения военной службы в Вооруженных Силах РФ. Законодательство РФ о воинской службе Юридическая ответственность военнослужащих. Законность и правопорядок: основные направления и способы обеспечения в Вооруженных Силах. Понятия законности и правопорядка.	6	1
Тема 4.5. Основные понятия о воинской обязанности.	<u>Самостоятельная работа</u> Содержание, формы и порядок исполнения воинской обязанности. Составляющие воинской обязанности. Особенности воинской обязанности, условия ее возникновения.	4	1
Тема 4.6. Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет.	<u>Самостоятельная работа</u> Цель медицинского освидетельствования. Положение о военно-врачебной «экспертизе». Категории годности к военной службе. Мероприятия по профессиональному психологическому отбору. Категории проф. пригодности. Категории граждан не подлежащая призыву на военную службу. <u>Практическое занятие №3:</u> «Воинская обязанность и воинский учет».	6	1
		2	3

Тема 4.7. Обязательная подготовка граждан к военной службе.	<u>Самостоятельная работа</u> ФЗ РФ «О воинской обязанности и военной службе». Содержание обязательной подготовки к военной службе, ее периоды проведения. Направления работы в периоды проведения. Цели каждого периода.	5	2
Тема 4.8. Прохождение военной службы по призыву.	<u>Самостоятельная работа</u> Граждане, подлежащие призыву на военную службу. Категории граждан, которые освобождаются от призыва. Категории граждан, которые имеют право на отсрочку. Осуществление призыва. Уголовная ответственность за преступления против военной службы. Признаки и классификация преступлений против порядка прохождения военной службы. Ответственность военнослужащих за преступления против порядка прохождения военной службы.	4	1
Тема 4.9. Прохождение военной службы по контракту.	<u>Самостоятельная работа</u> Порядок поступления на военную службу по контракту. Отбор кандидатов для поступления на контрактную службу. Права гражданина, заключившего контракт. Основания для отказа в заключении контракта.	4	2
Тема 4.10. Военнослужащий – специалист в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.	<u>Самостоятельная работа</u> Элементы воинской деятельности. Особенности учебно-боевой подготовки. Составляющие служебно-боевой деятельности. Основные черты современного боя. Качества, приобретаемые в процессе военной службы.	4	2
Тема 4.11. Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Почетные награды за воинские отличия. Воинские звания.	<u>Самостоятельная работа</u> Государственные символы России: Герб, Флаг, Гимн. Военная символика Вооруженных Сил РФ. Система воинских традиций и ритуалов. Роль и место традиций и ритуалов в жизнедеятельности воинских коллективов. Перечень составов и воинских званий военнослужащих Вооруженных Сил. Порядок присвоения воинских званий.	2	2
Дифференцированный зачет		2	2
	<u>Итого 2 семестр</u> <u>Итого за учебный год</u>	6/45 10/95	

Характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия кабинета по профилю дисциплины.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- доска, маркеры

Технические средства обучения:

- персональные компьютеры,
- мультимедиа-проектор,
- программное обеспечение (Linux Mint, Apache OpenOffice, Kaspersky Anti-Virus (Пробная версия), Консультант Плюс, браузер).

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

Алексеев С. В. Основы безопасности жизнедеятельности, 10-11 кл. /

Алексеев С.В., Данченко С.П., Костецкая Г.А.и др. - 3-е изд. - М.: Вентана-Граф,2018. 210 с.

Дополнительные источники:

1. Конституция Российской Федерации. – М.: Юридическая литература, 1993
2. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» от 21.12.94г. №68-ФЗ.
3. Федеральный закон «О радиационной безопасности населения» от 09.01.96г. №3-ФЗ.
4. Федеральный закон «Об обороне» от 31.05.96г. №61-ФЗ.
5. Федеральный закон «О чрезвычайном положении» от 30.05.01г. №3-ФЗ.
6. Постановление Правительства РФ «О федеральной службе гражданской обороны» от 18.11.99г. № 1266.
7. Постановление Правительства РФ «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» от 05.11.95г. № 1113.
8. Арустамов Э. А. «Безопасность жизнедеятельности» - М: Академия, 2012.
9. Гетия И.Г., Гетия С, И., Емец В.Н. и др. Безопасность жизнедеятельности. Практические занятия. Учебное пособие для СПО – М.: Колос, ИПР СПО, 2002.

10. Катастрофа и человек. Книга 1. Российский опыт противодействия чрезвычайным ситуациям. / Под ред. Ю.Л. Воробьева/ - М.: Издательство АСТ-ЛТД, 1997.
11. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. / Под общей ред. М.И. Фалеева/ – Калуга, ГУП «Облиздат», 2001.
12. Армия государства Российского и защита Отечества. / Под общей ред. В.В. Смирнова/ – М.: Просвещение, 2003.
13. Смирнов А.Т., Васнев В.А. Основы военной службы. Учебное пособие. – М.: Издательский дом «Дрофа», 2003.
14. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие. Фролов М.П, Литвинов Е.Н, Смирнов А.Т. и др.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устных опросов, тестирования, практических занятий, а также выполнения обучающимися индивидуальных и групповых заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
знать • основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него; • потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; • основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; • основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; • порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу; • состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации; • основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время	Тестирование. Контрольная работа. Индивидуальные творческие задания.

прохождения военной службы и пребывания в запасе; • основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы; • требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника; • предназначение, структуру и задачи РСЧС; • предназначение, структуру и задачи гражданской обороны; уметь • владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; • пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; • оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.	Тестирование. Контрольная работа. Индивидуальные творческие задания.
---	---

ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
Введение	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
1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения	Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха. Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя. Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам. Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения. Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья
2. Государственная система обеспечения безопасности населения	Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения. Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС. Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС. Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения

	населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности.
3. Основы обороны государства и воинская обязанность	Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России. 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. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества. Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки. Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести
4. Основы медицинских знаний	Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. Характеристика основных признаков жизни. Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара. Определение основных средств планирования семьи. Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины

Примерные темы рефератов (докладов), индивидуальных проектов

1. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
2. Взаимодействие человека и среды обитания.
3. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
4. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
5. Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.
6. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
7. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
8. Роль физической культуры в сохранении здоровья.
9. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
10. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
11. Табакокурение и его влияние на здоровье.
12. Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
13. Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
14. Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
15. Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
17. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
18. Терроризм как основная социальная опасность современности.
19. Космические опасности: мифы и реальность.
20. Современные средства поражения и их поражающие факторы.
21. Оповещение и информирование населения об опасности.
22. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
23. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
24. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
25. Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
26. Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.
27. Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
28. Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.

29. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
30. Символы воинской чести.
31. Патриотизм и верность воинскому долгу.
32. Дни воинской славы России.
33. Города-герои Российской Федерации.
34. Города воинской славы Российской Федерации.
35. Профилактика инфекционных заболеваний.
36. Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
37. СПИД — чума XXI века.
38. Оказание первой помощи при бытовых травмах.
39. Духовность и здоровье семьи.
40. Здоровье родителей — здоровье ребенка.
41. Формирование здорового образа жизни с пеленок.
42. Как стать долгожителем?
43. Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.
44. Политика государства по поддержке семьи.

Вопросы итогового контроля

1. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, источники их возникновения. Классификация чрезвычайных ситуаций. Действия населения при их возникновении.
2. Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций наиболее вероятных для данной местности. Защита населения в этих чрезвычайных ситуациях.
3. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Виды наказаний.
4. Криминогенная обстановка в местах проживания, правила безопасного поведения в местах повышенной криминогенной опасности.
5. Характеристика предприятий в районе проживания и их влияние на человека на природную окружающую среду.
6. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС; силы и средства, предназначение).
7. Права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территории от чрезвычайных ситуаций.
8. Гражданская оборона (ГО); предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей.
9. Современные средства поражения и их поражающие фактор: ядерное, химическое, бактериологическое оружие. Проводимые мероприятия по защите населения от современных средств поражения.
10. Защитные сооружения гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.
11. Средства индивидуальной защиты населения. Медицинские средства защиты и профилактики.

12. Эвакуация населения. Организация и проведение эвакуации. Назначение и работа эвакуационных комиссий. Обязанности и правила поведения населения при эвакуации.
13. Организация гражданской обороны в образовательных учреждениях, её предназначение. Мероприятия, проводимые в образовательных учреждениях, по защите учащихся и персонала от ЧС техногенного характера.
14. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.
15. Здоровый образ жизни как средство сохранения и укрепления индивидуального здоровья.
16. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
17. Вредные привычки, их влияние на здоровье человека. Профилактика вредных привычек.
18. Отравление спиртами и табачным дымом. Доврачебная помощь при отравлении спиртами и табачным дымом.
19. Болезни, передаваемые половым путём. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение венерической болезнью.
20. ВИЧ – инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ – инфекцией.
21. Семья в современном обществе. Семейное законодательство Российской Федерации. Брак и семья. Права и обязанности родителей.
22. Ранения, их виды. Первая медицинская помощь при ранениях. Профилактика осложнения ран.
23. Кровотечения, их виды. Первая медицинская помощь при кровотечениях.
24. Острая сердечная недостаточность, инсульт, профилактика. Реанимация.
25. Поражение человека электрическим током, оказание первой медицинской помощи. Травматический шок, его профилактика.
26. Производственные травмы: порезы, ушибы, вывихи, растяжения связок; переломы костей скелета человека.
27. Ожоги. Виды ожогов. Первая помощь при ожогах.
28. Отравления, правила оказания первой помощи.
29. Вооруженные Силы Российской Федерации, их структура и предназначение. Виды Вооруженных Сил РФ и рода войск.
30. Военный учет и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на военный учет. Обязанности граждан по военному учету
31. Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту. Права и льготы.
32. Альтернативная гражданская служба. Основные условия и требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.

5. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ

№ изменения, дата изменения; № страницы с изменением	
БЫЛО	СТАЛО
Основание:	
Подпись лица внесшего изменения	