

Министерство образования и науки Самарской области  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Самарской области  
«Самарский государственный колледж сервисных технологий и дизайна»

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора  
ГБПОУ СГКСТД  
Т.А. Санниковой  
№ 187 а от «01» 06. 2017 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Основы безопасности жизнедеятельности  
программы подготовки специалистов среднего звена  
«общеобразовательный цикл»**

Самара 2017 г.

ОДОБРЕНА  
Предметной (цикловой)  
комиссией ОД  
Протокол № 10 от «16» 05. 2017г.  
Председатель ПЦК Золотухина И.Д.  
(Ф.И.О.)

Автор: Кащеева Е.П.  
(Ф.И.О.)

| Дата актуализации | Результаты актуализации | ОДОБРЕНО  |
|-------------------|-------------------------|---|
|                   |                         | Протокол ПЦК<br>№ _____ от « _____ » _____ 20 г |
|                   |                         |   |
|                   |                         |   |

Рабочая программа учебной дисциплины 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 специальности или профессии среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259), примерной программы учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования, протокол № 3 от 21 июля 2015 г., регистрационный номер рецензии 379 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО» уточненными рекомендациями об уточнении рекомендаций по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 №06-259) и Примерных программ общеобразовательных учебных дисциплин для профессиональных образовательных организаций (2015г.), протокол № 3 от 25 мая 2017 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

|   |    |
|---|----|
| 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....              | 5  |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ...                   | 11 |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....                     | 27 |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ..... | 29 |
| ПРИЛОЖЕНИЕ.....   | 33 |

## **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) разработанная в соответствии с ФГОС СПО, 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 специальности или профессии среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

### **1.2. Место учебной дисциплины в структуре ППССЗ**

Учебная дисциплина Основы безопасности жизнедеятельности является дисциплиной общеобразовательного цикла ППССЗ по специальности 29.02.04 Конструирование, моделирование и технология швейных изделий, технического профиля профессионального образования.

Рабочая программа учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности.

### **1.3. Результаты освоения учебной дисциплины**

Освоение содержания учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности обеспечивает достижение

#### **личностных результатов:**

- 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 результатов:**

- 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 результатов:**

- 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.

Освоение содержания учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности обеспечивает формирование и развитие универсальных учебных действий в контексте преемственности формирования общих компетенций.

| Виды универсальных учебных действий   | Общие компетенции<br>(в соответствии с ФГОС СПО по специальности)  |
|---|--|
| - развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз   | ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.<br>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.<br>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности |
| - готовность к служению Отечеству, его защите;<br>- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности                                   | ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.  |
| - исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);<br>- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной | ОК 6. Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями<br>ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных   |



|   |  |
|---|--|
| <p>ценности;<br/>                 - освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера</p>   | <p>задач, профессионального и личностного развития.</p>  |
| <p>- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности;<br/>                 - анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций<br/>                 - обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;<br/>                 - выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека</p>  | <p>ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность<br/>                 ОК 6. Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.<br/>                 ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.</p>                                  |
| <p>- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;<br/>                 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;</p> | <p>ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.<br/>                 ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации<br/>                 ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности</p> |

Освоение содержания учебной дисциплины обеспечивает формирование общих компетенций.

|  |
|--|
| <p>Общие компетенции<br/>                 (в соответствии с ФГОС СПО по специальности)</p>   |
| <p>ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.<br/>                 ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые</p> |

методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

#### **1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины**

Максимальная учебная нагрузка обучающегося - 105 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 70 часов;
- самостоятельной работы обучающегося - 35 часов.

В том числе часов **вариативной части** учебных циклов **ППССЗ**: не предусмотрено.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| <b>Вид учебной работы</b>   | <b>Объем часов</b> |
|---|--------------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>                        | <b>105</b>         |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>             | <b>70</b>          |
| в том числе:  |                    |
| практических занятий  | 10                 |
| <b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>                  | <b>35</b>          |
| в том числе:  |                    |
| подготовка рефератов, докладов, кроссвордов                         | 30                 |
| индивидуального проекта с использованием информационных технологий. | 5                  |
| Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета         |                    |

Профильное изучение общеобразовательной учебной дисциплины основы безопасности жизнедеятельности осуществляется частичным перераспределением учебных часов и отбором дидактических единиц в зависимости от важности тем для специальности 29.02.04 Конструирование, моделирование и технология швейных изделий

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

| Наименование разделов и тем                                     | Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)                           |  | Объем часов | Уровень освоения |
|---|---|--|-------------|------------------|
| 1   | 2   |  | 3           | 4                |
| Введение  | <b>Содержание учебного материала</b>  |  | 2           |                  |
|   | 1   | Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». |             | 1                |
|   | 2   | Необходимость формирования безопасного мышления и поведения  |             | 1                |
|   | 3   | Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности                                  |             | 3                |
| <b>1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b> |   |  | <b>21</b>   |                  |
| 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни                            | <b>Содержание учебного материала</b>  |  | 2           |                  |
|   | 1   | Общие понятия о здоровье   |             | 2                |
|   | 2   | Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.                                   |             | 2                |
|   | <b>Самостоятельная работа № 1</b><br>1. Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.<br>2. Факторы, способствующие укреплению здоровья |  | 1           |                  |
| 1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья                | <b>Содержание учебного материала</b>  |  | 2           |                  |
|   | 1   | Двигательная активность и закаливание организма  |             | 1                |
|   | 2   | Занятия физической культурой   |             | 1                |
|   | 3   | Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья  |             | 1                |
|   | 4   | Режим дня, труда и отдыха  |             | 2                |
|   | 5   | Рациональное питание и его значение для здоровья   |             | 3                |
|   | 6   | Влияние двигательной активности на здоровье человека   |             | 2                |
|   | 7   | Закаливание и его влияние на здоровье  |             | 2                |

|  |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|
|  | 8   | Правила личной гигиены и здоровье человека  |   | 2 |
|  | <b>Практическое занятие № 1</b><br>Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.   |   | 2 |   |
|  | <b>Самостоятельная работа № 2</b><br>1. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.<br>2. Роль физической культуры в сохранении здоровья.<br>3. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества |   | 1 |   |
| 1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека | <b>Содержание учебного материала</b>  |   | 2 |   |
|  | 1   | Основные источники загрязнения окружающей среды   |   | 2 |
|  | 2   | Техносфера как источник негативных факторов.  |   | 2 |
|  |   | <b>Самостоятельная работа № 3</b><br>1. Роль физической культуры в сохранении здоровья.<br>2. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества   | 1 |   |
| 1.4. Вредные привычки и их профилактика                            | <b>Содержание учебного материала</b>  |   | 2 |   |
|  | 1   | Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности   |   | 3 |
|  | 2   | Курение и его влияние на состояние здоровья   |   | 3 |
|  | 3   | Табачный дым и его составные части  |   | 3 |
|  | 4   | Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему   |   | 3 |
|  | 5   | Пассивное курение и его влияние на здоровье   | 3 |   |
|  |   | <b>Самостоятельная работа № 4</b><br>1..Алкоголь и его влияние на здоровье человека.<br>2. Табакокурение и его влияние на здоровье.<br>3. Наркотики и их пагубное воздействие на организм.<br>4. Компьютерные игры и их влияние на организм человека. |   | 1 |
| 1.5. Правила и безопасность дорожного движения                     | <b>Содержание учебного материала</b>  |   | 2 |   |
|  | 1   | Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного   |   | 3 |

|  |                                      |   |           |   |
|--|--------------------------------------|---|-----------|---|
|  |                                      | движения.   |           |   |
|  | <b>Самостоятельная работа № 5</b>    |   | 1         |   |
|  | 1. Схемы регулировщика               |   |           |   |
| 1.6. Репродуктивное здоровье   | <b>Содержание учебного материала</b> |   | 2         |   |
|  | 1                                    | Социальная роль женщины в современном обществе  |           | 1 |
|  | 2                                    | Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него   |           | 2 |
|  | 3                                    | Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья   |           | 2 |
| 1.7. Правовые основы взаимоотношения полов   | <b>Содержание учебного материала</b> |   | 2         |   |
|  | 1                                    | Брак и семья  |           | 1 |
|  | 2                                    | Культура брачных отношений  |           | 1 |
|  | 3                                    | Основные функции семьи  |           | 1 |
|  | 4                                    | Основы семейного права в Российской Федерации   |           | 2 |
|  | 5                                    | Права и обязанности родителей   |           | 2 |
|  | 6                                    | Конвенция ООН «О правах ребенка»  |           | 1 |
| <b>2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>                                   |                                      |   | <b>26</b> |   |
| 2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций   | <b>Содержание учебного материала</b> |   | 2         |   |
|  | 1                                    | Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера   |           | 1 |
|  | <b>Самостоятельная работа № 6</b>    |   | 1         |   |
| 1. Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания |                                      |   |           |   |
| 2.2. Характеристика чрезвычайных ситуаций  | <b>Содержание учебного материала</b> |   | 2         |   |
|  | 1                                    | Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания                                 |           | 1 |
|  | 2                                    | Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.   |           | 1 |
|  | 3                                    | Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.) |           | 1 |

|   |  |   |   |   |
|---|--|---|---|---|
| 2.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций | <b>Содержание учебного материала</b>   |   | 2 |   |
|   | 1  | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций |   | 1 |
|   | <b>Самостоятельная работа № 7-8</b><br>1. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. |   | 2 |   |
| 2.4. Гражданская оборона  | 1  | <b>Содержание учебного материала</b>  | 2 |   |
|   | 2  | Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны   |   | 1 |
|   | 3  | Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны  |   | 1 |
|   | 4  | Структура и органы управления гражданской обороной  |   | 1 |
|   | 5  | Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций  |   | 2 |
|   |  | <b>Самостоятельная работа № 9</b><br>1. структура и органы управления ГО  |   | 1 |
| 2.5. Современные средства поражения и их поражающие факторы                           | <b>Содержание учебного материала</b>   |   | 2 |   |
|   | 1  | Мероприятия по защите населения   |   | 1 |
|   | 2  | Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени  |   | 1 |
|   |  | Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций  | 2 |   |
|   | <b>Самостоятельная работа № 10</b><br>1. Оповещение и информирование населения об опасности  |   | 1 |   |
| 2.6. Организация инженерной защиты населения  | <b>Содержание учебного материала</b>   |   | 2 |   |
|   | 1  | Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени   |   | 1 |
|   | 2  | Инженерная защита, виды защитных сооружений   |   | 1 |
|   | 3  | Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны   |   | 1 |
|   | 4  | Правила поведения в защитных сооружениях  |   | 1 |

|   |  |   |   |   |
|---|--|---|---|---|
|   | <b>Самостоятельная работа № 11</b><br>1. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения                  |   | 1 |   |
| 2.7. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций | <b>Содержание учебного материала</b>   |   | 2 |   |
|   |  | Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ.  |   | 1 |
|   |  | Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения  |   | 1 |
| 2.8. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций   | <b>Содержание учебного материала</b>   |   | 1 |   |
|   | 1  | 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 |   | 1 |
|   | 2  | Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.  |   | 1 |
| 2.9. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта                            | <b>Содержание учебного материала</b>   |   | 1 |   |
|   | 1  | Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника   |   | 1 |
|   | 2  | Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий  |   | 1 |
|   | <b>Самостоятельная работа № 12-13</b><br>1. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности |   | 2 |   |
| 2.10. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан                          | <b>Содержание учебного материала</b>   |   | 1 |   |
|   | 1  | МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций   |   | 1 |
|   | 2  | Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств   |   | 1 |
|   | 3  | Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и  |   | 1 |



|   |  |  |           |   |
|---|--|--|-----------|---|
|   |  | благополучия человека(Роспотребнадзор России)  |           |   |
|   | 4  | Другие государственные службы в области безопасности   |           | 1 |
|   | 5  | Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени                                   |           | 1 |
|   | <b>Самостоятельная № 14-15</b><br>1. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций |  | 2         |   |
| <b>3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b> |  |  | <b>31</b> |   |
| 3.1. История создания Вооруженных Сил России                | <b>Содержание учебного материала</b>   |  | 2         |   |
|   | 1  | Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках   |           | 1 |
|   | 2  | Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века   |           | 1 |
|   | 3  | Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности   |           | 1 |
|   | 4  | Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии  |           | 1 |
|   | 5  | Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение  |           | 1 |
|   | 6  | Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе                                    |           | 2 |
|   | 7  | Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. |           | 2 |
|   | <b>Самостоятельная работа № 16</b><br>1. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии             |  | 1         |   |
|   | <b>Содержание учебного материала</b>   |  | 2         |   |
|   | 1  | Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск   |           | 1 |
|   | 2  | Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура   |           | 1 |
|   | 3  | Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура   |           | 1 |

|  |                                      |   |   |   |
|--|--------------------------------------|---|---|---|
| 3.2. Организационная структура Вооруженных сил РФ                    | 4                                    | Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура  |   | 1 |
|  | 5                                    | Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура   |   | 1 |
|  | 6                                    | Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура  |   | 1 |
|  | 7                                    | Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура  |   | 1 |
|  | 8                                    | 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 |   | 1 |
|  | 9                                    | Их состав и предназначение  |   | 1 |
|  | <b>Самостоятельная работа № 17</b>   |   |   | 1 |
| 1. Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск |                                      |   |   |   |
| 3.3. Военная обязанность   | <b>Содержание учебного материала</b> |   | 1 |   |
|  | 1                                    | Основные понятия о воинской обязанности   |   | 1 |
|  | 2                                    | Воинский учет   |   | 1 |
|  | 3                                    | Организация воинского учета и его предназначение  |   | 1 |
|  | 4                                    | Первоначальная постановка граждан на воинский учет  |   | 1 |
|  | 5                                    | Обязанности граждан по воинскому учету  |   | 2 |
|  | 6                                    | Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.  |   | 2 |
| <b>Самостоятельная работа № 18</b>                                   |                                      |   | 1 |   |
| 1. Военная служба как особый вид федеральной государственной службы  |                                      |   |   |   |
| 3.4. Обязательная подготовка граждан к военной службе                | <b>Содержание учебного материала</b> |   | 1 |   |
|  | 1                                    | Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе   |   | 1 |
|  | 2                                    | Добровольная подготовка граждан к военной службе  |   | 1 |

|  |  |  |   |   |
|--|--|--|---|---|
|  | 3  | 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 |   | 1 |
|  | <b>Самостоятельная работа № 19</b><br>1. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе           |  | 1 |   |
|  | <b>Содержание учебного материала</b>   |  | 1 |   |
| 3.5. Призыв на военную службу                | 1  | Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих  |   | 1 |
|  | 2  | Размещение военнослужащих, распределение времени и Повседневный порядок жизни воинской части   |   | 1 |
|  | <b>Самостоятельная работа № 20</b><br>1. Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации. |  | 1 |   |
|  | <b>Содержание учебного материала</b>   |  | 1 |   |
| 3.6. Прохождение военной службы по контракту | 1  | Основные условия прохождения военной службы по контракту   |   | 1 |
|  | 2  | Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту  |   | 1 |
|  | 3  | Сроки военной службы по контракту  |   | 1 |
|  | 4  | Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.  |   | 1 |
| 3.7. Альтернативная гражданская служба       | <b>Содержание учебного материала</b>   |  | 1 |   |
|  | 1  | Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы   |   | 2 |

|  |   |  |   |   |
|--|---|--|---|---|
|  | 2   | Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.  |   | 1 |
|  | <b>Самостоятельная работа № 21-22</b>   |  | 2 |   |
|  | 1. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы |  |   |   |
| 3.8. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества                         | <b>Содержание учебного материала</b>  |  | 1 |   |
|  | 1   | 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 |   | 1 |
|  | 2   | Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой   |   | 1 |
|  | 3   | Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина   |   | 1 |
|  | 4   | Виды воинской деятельности и их особенности.   |   | 1 |
|  | 5   | Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск  |   | 3 |
|  | 6   | Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника.  |   | 1 |
|  | 7   | Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета)  |   |   |
|  | 8   | Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников   |   | 1 |
|  | <b>Практическое занятие № 2</b>   |  |   | 2 |
| Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки |   |  |   |   |
| <b>Самостоятельная работа № 23</b>   |   | 1  |   |   |

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
|   | 1. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета)  |   |   |
| 3.9. Воинская дисциплина и ответственность  | <b>Содержание учебного материала</b>  | 2 |   |
|   | 1 Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих   |   | 1 |
|   | 2 Воинская дисциплина, ее сущность и значение   |   | 1 |
|   | 3 Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная)   |   | 2 |
|   | 4 Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву   |   | 1 |
|   | 5 Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.) |   | 2 |
|   | 6 Соблюдение норм международного гуманитарного права  |   | 1 |
| <b>Самостоятельная работа № 24-25</b><br>1. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная) | 2   |   |   |
| 3.10. Как стать офицером Российской армии   | <b>Содержание учебного материала</b>  | 1 |   |
|   | 1 Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования  |   | 2 |
|   | 2 Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования   |   | 2 |
|   | 3 Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации   | 1 |   |
| <b>Самостоятельная работа № 26</b><br>1. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил   | 1   |   |   |

|   |                                       |  |           |   |
|---|---------------------------------------|--|-----------|---|
|   | Российской Федерации                  |  |           |   |
| 3.11. Боевые традиции<br>Вооруженных Сил России           | <b>Содержание учебного материала</b>  |  | 1         |   |
|   | 1                                     | Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества  |           | 1 |
|   | 2                                     | Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества  |           | 1 |
|   | 3                                     | Дни воинской славы России — дни славных побед  |           | 1 |
|   | 4                                     | Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России          |           | 1 |
|   | 5                                     | Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений   |           | 2 |
|   | 6                                     | Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений |           | 2 |
|   | 7                                     | Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота  |           | 2 |
|   | <b>Самостоятельная работа № 27-28</b> |  | 2         |   |
| 1. Дни воинской славы России — дни славных побед          |                                       |  |           |   |
| 3.12. Ритуалы Вооруженных<br>Сил Российской Федерации     | <b>Содержание учебного материала</b>  |  | 2         |   |
|   | 1                                     | Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части  |           | 1 |
|   | 2                                     | Вручение личному составу вооружения и военной техники  |           | 1 |
|   | 3                                     | Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку   |           | 1 |
|   | 4                                     | Символы воинской чести   |           | 1 |
|   | 5                                     | Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы  |           | 2 |
|   | 6                                     | Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе   | 1         |   |
| <b>Практическое занятие № 3</b>                           |                                       |  |           |   |
| Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции |                                       |  |           |   |
| <b>4. Основы медицинских знаний</b>                       |                                       |  | <b>25</b> |   |

|  |  |  |   |  |
|--|--|--|---|--|
| 4.1. Понятие первой помощи   | <b>Содержание учебного материала</b>   |  | 1 |  |
|  | 1  | Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь  |   |  |
|  | 2  | Признаки жизни   |   |  |
|  | 3  | Общие правила оказания первой помощи   |   |  |
|  | 4  | Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации»                        |   |  |
|  | 5  | <b>Самостоятельная работа № 29</b><br>1. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь |   |  |
| 4.2. Понятие травм и их виды   | <b>Содержание учебного материала</b>   |  | 1 |  |
|  | 1  | Правила первой помощи при ранениях   |   |  |
|  | 2  | Правила наложения повязок различных типов  |   |  |
|  | 3  | Первая помощь при травмах различных областей тела  |   |  |
|  | 4  | Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа                           |   |  |
|  | 5  | Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга.<br>Первая помощь при переломах             |   |  |
|  | 6  | Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией   |   |  |
| <b>Самостоятельная работа № 30</b><br>1. Первая помощь при травмах различных областей тела |  | 1  |   |  |
| 4.3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания                                    | <b>Содержание учебного материала</b>   |  | 1 |  |
|  | 1  | Понятие травматического токсикоза.   |   |  |
|  | 2  | Местные и общие признаки травматического токсикоза   |   |  |
|  | 3  | Основные периоды развития травматического токсикоза  |   |  |
|  | <b>Самостоятельная работа № 31</b><br>1. Основные периоды развития травматического токсикоза |  |   |  |
| 4.4. Понятие и виды  | <b>Содержание учебного материала</b>   |  | 1 |  |
|  | 1  | Первая помощь при наружных кровотечениях   |   |  |
|  | 2  | Первая помощь при капиллярном кровотечении   |   |  |
|  | 3  | Первая помощь при артериальном кровотечении  |   |  |
|  | 4  | Правила наложения жгута и закрутки   |   |  |
|  | 5  | Первая помощь при венозном кровотечении  |   |  |

|  |  |   |   |   |
|--|--|---|---|---|
| кровотечений   | 6  | Смешанное кровотечение  |   | 1 |
|  | 7  | Основные признаки внутреннего кровотечения                          |   | 1 |
|  | <b>Практическое занятие № 4</b><br>Изучение и освоение основных приемов помощи при кровотечениях |   | 2 |   |
|  | <b>Самостоятельная работа № 32</b><br>1. Основные признаки внутреннего кровотечения              |   | 1 |   |
| 4.5. Первая помощь при ожогах  | <b>Содержание учебного материала</b>   |   | 1 |   |
|  | 1  | Понятие, основные виды и степени ожогов                             |   | 1 |
|  | 2  | Первая помощь при термических ожогах                                |   | 1 |
|  | 3  | Первая помощь при химических ожогах                                 |   | 1 |
|  | 4  | Первая помощь при воздействии высоких температур                    |   | 2 |
|  | 5  | Последствия воздействия высоких температур на организм человека     |   | 2 |
|  | 6  | Основные признаки теплового удара                                   |   | 2 |
|  | 7  | Предупреждение развития перегревов                                  |   | 1 |
|  | 8  | Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека                      | 1 |   |
| <b>Самостоятельная работа № 33</b><br>1. Последствия воздействия высоких температур на организм человека |  | 1   |   |   |
| 4.6. Первая помощь при воздействии низких температур   | <b>Содержание учебного материала</b>   |   | 1 |   |
|  | 1  | Последствия воздействия низких температур на организм человека      |   | 1 |
|  | 2  | Основные степени отморожений  | 1 |   |
| 4.7. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути                                | <b>Содержание учебного материала</b>   |   | 2 |   |
|  | 1  | Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей |   | 1 |
|  | <b>Практическое занятие № 5</b><br>Первая помощь при попадании инородных тел в дыхательные пути. |   |   |   |
| 4.8. Первая помощь при отравлениях   | <b>Содержание учебного материала</b>   |   | 1 |   |
|  | 1  | Острое и хроническое отравление                                     |   | 1 |
|  | <b>Самостоятельная работа № 34-35</b><br>1. Оказание первой помощи при бытовых травмах           |   | 2 |   |



|  |                                      |  |            |   |
|--|--------------------------------------|--|------------|---|
| 4.9. Первая помощь при отсутствии сознания                           | <b>Содержание учебного материала</b> |  | 2          |   |
|  | 1                                    | Признаки обморока  |            | 1 |
|  | 2                                    | Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца)                   |            | 2 |
|  | 3                                    | Основные причины остановки сердца  |            | 2 |
|  | 4                                    | Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти                        |            | 1 |
|  | 5                                    | Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания |            | 2 |
| 4.10. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика | <b>Содержание учебного материала</b> |  | 1          |   |
|  | 1                                    | Пути передачи возбудителей инфекционных болезней                                 |            | 2 |
|  | 2                                    | Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний              |            | 2 |
|  | 3                                    | Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика                          |            | 2 |
| 4.11. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка                 | <b>Содержание учебного материала</b> |  | 1          |   |
|  | 1                                    | Основные средства планирования семьи   |            | 1 |
|  | 2                                    | Факторы, влияющие на здоровье ребенка  |            | 2 |
|  | 3                                    | Беременность и гигиена беременности  |            | 2 |
|  | 4                                    | Признаки и сроки беременности  |            | 2 |
|  | 5                                    | Понятие патронажа, виды патронажей   |            | 1 |
| 4.12. Основы ухода за младенцем                                      | <b>Содержание учебного материала</b> |  | 1          |   |
|  | 1                                    | Физиологические особенности развития новорожденных детей                         |            | 1 |
|  | 2                                    | Основные мероприятия по уходу за младенцами                                      |            | 1 |
|  | 3                                    | Формирование основ здорового образа жизни  |            | 2 |
|  | 4                                    | Духовность и здоровье семьи  |            | 2 |
| <b>Дифференцированный зачет</b>                                      |                                      |  | 2          |   |
| <b>Всего</b>   |                                      |  | <b>105</b> |   |

### **2.3. Содержание профильной составляющей**

Для специальности 29.02.04 Конструирование, моделирование и технология швейных изделий

Профильной составляющей для раздела 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья являются следующие дидактические единицы:

Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. Факторы, влияющие на укрепление здоровья. Факторы, разрушающие здоровье.

Профильной составляющей для раздела 2. Государственная система обеспечения безопасности населения являются следующие дидактические единицы:

Основы законодательства Российской Федерации по организации защиты населения.

Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера.

Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасного поведения населения, оказавшегося на территории военных действий.

Профильной составляющей для раздела 3. Основы обороны государства и воинская обязанность являются следующие дидактические единицы:

Оборона государства – система мер по защите его целостности и неприкосновенности. Основные положения Концепции национальной безопасности и Военной доктрины Российской Федерации. Основные угрозы военной безопасности России.

Прохождение военной службы по призыву, контракту. Альтернативная гражданская служба.

Права и ответственность военнослужащих. Нормы международного гуманитарного права.

Профильной составляющей для раздела 4. Основы медицинских знаний являются следующие дидактические единицы:

Первая медицинская помощь при ранениях, тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током, переломах, кровотечениях; навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к материально-техническому обеспечению**

Реализация учебной дисциплины осуществляется в кабинете Основы безопасности и жизнедеятельности.

Оборудование учебного кабинета: комплект учебной мебели, классная доска, комплект мебели для ПК, учебно-наглядных пособий по дисциплине.

Технические средства обучения: компьютер, проектор, экран, принтер.

#### **3.2. Информационное обеспечение**

##### **Для студентов**

1. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для нач. и сред. Проф. Образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. – М. : Издательский центр «Академия», 2010. – 272 с.

2. Основы безопасности жизнедеятельности: 10-й ключ: учеб. Для общеобразов. Учреждений / М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т.Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева. – 2-е изд., испр. И доп. – М.: Астрель, 2013. – 350, с.

3. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл.: учебник для общеобразоват. Учреждений / В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.Н. Вонгородский, - 7-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2006. – 363с.

4. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл.: учеб. Общеобразоват. Учреждений / В.В. Марков, В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, - 7-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2006. – 303с.

##### **Для преподавателей**

1. Российская Федерация. Законы. Семейный кодекс Российской Федерации [федер. закон: принят Гос. Думой 8 дек. 1995 г.: по состоянию на 3 янв. 2001 г.]. - СПб.: Victory: Стаункантри, 2001. – 94 с.

2. Конституция Российской Федерации - М.: Приор, 2001. - 32 с. Гражданский процессуальный кодекс РСФСР [Текст]: [принят третьей сес. Верхов. Совета РСФСР шестого созыва 11 июня 1964 г.]: офиц. текст: по состоянию на 15 нояб. 2001 г. / М-во юстиции Рос. Федерации. - М.: Маркетинг, 2001. - 159 с.

3. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных федеральными конституционными законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ) // СЗ РФ. — 2009. — № 4. — Ст. 445.

4. Косолапова Н.В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования / Н.В. Косолапова,

Н.А.Прокопенко, Е.Л.Побежимова. М. : Издательский центр «Академия», 2013. — 144 с.

5. Назарова Е. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования /Е. Н. Назарова, Ю. Д. Жиллов. — 2-е изд., стер. — М. : Издательский центр «Академия», 2013. — 192 с. — (Сер. Бакалавриат).

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

**Контроль и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований

| <b>Результаты обучения<br/>(основные виды учебной<br/>деятельности)</b>  | <b>Формируемые общие<br/>компетенции</b>  | <b>Формы и методы<br/>контроля и<br/>оценки<br/>результатов<br/>обучения</b>   |
|--|---|--|
| <p>Знание основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности.</p> <p>Умение анализировать 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> | <p>ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.</p> <p>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p> <p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности</p> | <p>Тестирование, оценка, выполненной самостоятельной работы.</p>   |
| <p>Знание основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни.</p> <p>Знание 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</p>  | <p>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p> <p>ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.</p> <p>ОК 4. Осуществлять поиск и</p>  | <p>Тестирование, оценка, выполненной самостоятельной работы, оценка практической работы, выполненной на практическом занятии</p> |

|  |   |   |
|--|---|---|
| <p>режима труда и отдыха.<br/>                 Умение анализировать влияние 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.<br/>                 Знание анализа влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.<br/>                 Умение моделировать ситуации по организации безопасности дорожного движения.<br/>                 Знание характеристики факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека.<br/>                 Знание моделирования ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья</p> | <p>использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.<br/>                 ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности</p>  |   |
| <p>Знание общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.<br/>                 Знание потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.<br/>                 Знание поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.<br/>                 Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации</p>  | <p>ОК 6. Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями<br/>                 ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.<br/>                 ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.</p> | <p>Тестирование, оценка выполненной самостоятельной работы, оценка практической работы, выполненной на практическом занятии</p> |

|  |   |   |
|--|---|---|
| <p>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. Знание мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Знание характеристики 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>Знание 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.</p>   | <p>ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность<br/>                 ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.<br/>                 ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.</p> | <p>Тестирование, оценка выполненной самостоятельной работы, оценка практической работы, выполненной на практическом занятии</p> |

|  |   |   |
|--|---|---|
| <p>Умение 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>Знание анализа качеств личности военнослужащего как защитника Отечества.</p> <p>Знание понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки.</p> <p>Умение определения боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести</p> |   |   |
| <p>Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.</p> <p>Знание основных признаков жизни.</p> <p>Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара.</p> <p>Знание основных средств планирования семьи.</p> <p>Знание особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины</p>  | <p>ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.</p> <p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.</p> <p>ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.</p> <p>ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.</p> | <p>Тестирование, оценка выполненной самостоятельной работы, оценка практической работы, выполненной на практическом занятии</p> |

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

### Планирование учебных занятий с использованием активных и интерактивных форм и методов обучения

| № п/п | Тема учебного занятия  | Кол-во часов | Активные и интерактивные формы и методы обучения                    | Код формируемых компетенций (ОК) |
|-------|--|--------------|---|----------------------------------|
| 1     | Введение   | 2            | Работа с информационными ресурсами                                  | ОК 2<br>ОК 4                     |
| 2     | Здоровье и здоровый образ жизни  | 2            | Работа с информационными ресурсами. Семинар-обсуждение              | ОК 2<br>ОК 6<br>ОК 7             |
| 3     | Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека                    | 2            | Тестирование Работа с информационными ресурсами. Семинар-обсуждение | ОК 2<br>ОК 6<br>ОК 7             |
| 4     | Вредные привычки и их профилактика   | 2            | Ролевая игра<br>Работа с информационными ресурсами.                 | ОК 3<br>ОК 4<br>ОК 5             |
| 5     | Правила и безопасность дорожного движения  | 4            | Работа с информационными ресурсами                                  | ОК 3<br>ОК 4<br>ОК 5             |
| 6     | Репродуктивное здоровье  | 2            | Блиц-игра по работе с текстом                                       | ОК 4<br>ОК 3                     |
| 7     | Правовые основы взаимоотношения полов  | 2            | Тестирование<br>Мозговой штурм                                      | ОК 4<br>ОК 3                     |
| 8     | Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций                              | 2            | Работа с информационными ресурсами                                  | ОК 3<br>ОК 4<br>ОК 5             |
| 9     | Характеристика чрезвычайных ситуаций   | 2            | Работа с информационными ресурсами.<br>Тестирование                 | ОК 2<br>ОК 6<br>ОК 7             |
| 10    | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций | 2            | Работа с информационными ресурсами                                  | ОК 3<br>ОК 4<br>ОК 5             |
| 11    | Гражданская оборона  | 2            | Работа с информационными ресурсами                                  | ОК 3<br>ОК 4<br>ОК 5             |
| 12    | Современные средства поражения и их поражающие факторы                           | 2            | Тестирование<br>Мозговой штурм                                      | ОК 4<br>ОК 3                     |



|    |  |   |                                    |                      |
|----|--|---|------------------------------------|----------------------|
| 13 | Организация инженерной защиты населения  | 1 | Работа с информационными ресурсами | ОК 3<br>ОК 4<br>ОК 5 |
| 14 | Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций | 1 | Работа с информационными ресурсами | ОК 3<br>ОК 4<br>ОК 5 |
| 15 | Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций   | 1 | Лекция-проблема                    | ОК 2<br>ОК 4         |
| 16 | Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта                            | 1 | Семинар-обсуждение                 | ОК 5<br>ОК 6<br>ОК 7 |
| 17 | Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан                           | 2 | Работа с информационными ресурсами | ОК 3<br>ОК 4<br>ОК 5 |
| 18 | История создания Вооруженных Сил России  | 1 | Работа с информационными ресурсами | ОК 3<br>ОК 4<br>ОК 5 |
| 19 | Организационная структура Вооруженных сил РФ   | 1 | Работа с информационными ресурсами | ОК 3<br>ОК 4<br>ОК 5 |
| 20 | Воинская обязанность   | 1 | Лекция- установка                  | ОК 6                 |
| 21 | Обязательная подготовка граждан к военной службе   | 1 | Работа с информационными ресурсами | ОК 3<br>ОК 4<br>ОК 5 |
| 22 | Призыв на военную службу   | 1 | Семинар-обсуждение                 | ОК 5<br>ОК 6         |
| 23 | Прохождение военной службы по контракту  | 1 |                                    |                      |
| 24 | Альтернативная гражданская служба  | 1 | Работа с информационными ресурсами | ОК 3<br>ОК 4<br>ОК 5 |
| 25 | Качества личности военнослужащего как защитника Отечества                                  | 3 | Работа с информационными ресурсами | ОК 3<br>ОК 4<br>ОК 5 |
| 26 | Воинская дисциплина и ответственность  | 3 | Семинар-обсуждение                 | ОК 2<br>ОК 3         |
| 27 | Как стать офицером Российской армии  | 1 | Лекция-проблема                    | ОК 5<br>ОК 6         |
| 28 | Боевые традиции Вооруженных Сил России   | 1 | Работа с информационными ресурсами | ОК 3<br>ОК 4<br>ОК 5 |
| 29 | Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации   | 1 | Семинар-обсуждение доклада         | ОК 6                 |
| 30 | Понятие первой помощи  | 1 | Работа с информационными ресурсами | ОК 3<br>ОК 4         |

|    |  |   | ресурсами   | ОК 5                 |
|----|--|---|---|----------------------|
| 31 | Понятие травм и их виды  | 1 |   |                      |
| 32 | Первая помощь при синдроме длительного сдавливания                   | 1 | Работа с информационными ресурсами                    | ОК 3<br>ОК 4<br>ОК 5 |
| 33 | Понятие и виды кровотечений  | 3 | Семинар-обсуждение письменных работ                   | ОК 6                 |
| 34 | Первая помощь при ожогах   | 1 | Лекция-проблема<br>Работа с информационными ресурсами | ОК 3<br>ОК 5         |
| 35 | Первая помощь при воздействии низких температур                      | 1 | Работа с информационными ресурсами                    | ОК 3<br>ОК 4<br>ОК 5 |
| 36 | Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути | 2 | Работа с информационными ресурсами                    | ОК 3<br>ОК 4<br>ОК 5 |
| 37 | Первая помощь при отравлениях  | 1 | Лекция с запланированными ошибками                    | ОК 1                 |
| 38 | Первая помощь при отравлениях  | 1 | Работа с информационными ресурсами                    | ОК 3<br>ОК 4<br>ОК 5 |
| 39 | Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика       | 2 | Семинар-обсуждение доклада                            | ОК-7<br>ОК-9         |
| 40 | Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка                       | 1 | Проблемный семинар                                    | ОК 7.<br>ОК 9.       |
| 41 | Основы ухода за младенцем  | 3 | Семинар-обсуждение доклада                            | ОК 3.                |