

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ  
«ИРКУТСКИЙ ТЕХНИКУМ МАШИНОСТРОЕНИЯ  
ИМ. Н.П.ТРАПЕЗНИКОВА»

Утверждено  
приказом ГБПОУ ИТМ  
№ 17 от 28 июня 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности**

**по профессии 23.01.17 Мастер по ремонту и обслуживанию автомобилей**

**Иркутск, 2022**

Рабочая программа учебной дисциплины составлена на основе:  
федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ 09 декабря 2016 года № 1581.

с учетом примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, одобренной Научно-методическим советом Центра профессионального образования ФГАУ «ФИРО» и рекомендованной для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования, Протокол № 3 от 21.07.2015 г., Регистрационный номер рецензии 379 от 23.07.2015 г

Организация-разработчик: государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Иркутской области «Иркутский техникум машиностроения им. Н.П.Трапезникова»

Составители:

Ю.А.Мирюков, преподаватель-организатор ОБЖ высшей квалификационной категории;

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>8</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>16</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>19</b>

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД.07. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

## 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования по специальности **23.01.17 Мастер по ремонту и обслуживанию автомобилей**. Рабочая программа разработана на основе программы общеобразовательной учебной дисциплины «ОБЖ» для профессиональных образовательных организаций (примерной), одобренная Научно-методическим советом Центра профессионального образования ФГАУ «ФИРО» и рекомендованная для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования, Протокол № 3 от 21.07.2015 г., Регистрационный номер регистрации 379 от 23.07.2015г.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» (далее – ОБЖ) входит в состав дисциплин общеобразовательного цикла.

## 1.3. Результаты освоения учебной дисциплины

Содержание программы «ОБЖ» 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.

Освоение результатов учебной дисциплины «ОБЖ» 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;
- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике - принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

- локализация 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;
- знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

1.4. Техник должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

ОК 11. Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объём часов
<b>Объём образовательной программы (максимальная учебная нагрузка)</b>	70
В том числе: аудиторная нагрузка	70
самостоятельная работа	-
Распределение аудиторной нагрузки:	
теоретические занятия	46
практические занятия (работы)	22
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачёт во 2 семестре)	2

### 2.2. Сводный календарный план образовательного процесса

Курс	Максимальная учебная нагрузка	Самостоятельная работа	Общее количество часов	Распределение нагрузки по семестрам	Обязательная учебная нагрузка			Формы аттестации
					теоретическое обучение	практические работы	дифференцированный зачёт	
1 курс	51	-	51	1 семестр	35	16	-	-
	19	-	19	2 семестр	11	6	2	ДЗ
<b>Всего:</b>	70	-	70	1,2 сем.	46	22	2	ДЗ



## 2.3. Календарно-тематический план и содержание учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем программы	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся			Объём часов	Уровень освоения	
	Тема урока	Содержание учебного материала				
1	2	3			5	
<b>1 курс, 1 семестр</b>						
Введение						
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>						
<b>Тема 1.1.</b> Здоровье и здоровый образ жизни. Факторы, способствующие укреплению здоровья	1.	Введение. Цели и задачи дисциплины ОБЖ. Значение изучения дисциплины ОБЖ для будущего рабочего.	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Культура безопасности жизнедеятельности – современная концепция безопасного типа поведения личности.		1	2
	2.	Инструктаж по пожарной безопасности, технике безопасности и правилах поведения на уроках ОБЖ.	Инструктаж по пожарной безопасности, технике безопасности и правилах поведения на уроках ОБЖ.		1	2
	3.	Здоровье и здоровый образ жизни. Факторы, способствующие укреплению здоровья.	Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека. Факторы, способствующие укреплению здоровья.		1	2
	4.	Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.		1	2
	5.	<b>Практическое занятие.</b> Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	Составление и расчет рациона суточного питания. Ответы на вопросы практического занятия.		1	2
<b>Тема 1.2.</b> Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. <b>Тема 1.3.</b> Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.	6.	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Курение и его влияние на состояние здоровья.	Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера, как источник негативных факторов. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно - сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.		1	2
	7.	Алкоголь и его влияние на здоровье человека.	Просмотр видео материала по теме урока. Алкоголь и его влияние на здоровье человека Социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности		1	2
	8.	Наркотики, наркомания и токсикомания их понятия и определения.	Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.		1	2
<b>Тема 1.4.</b> Правила и безопасность дорожного движения	9.	Правила и безопасность дорожного движения.	Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров при организации дорожного движения. Правила дорожного движения для пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей.		1	2
	10.	<b>Практическое занятие. Изучение</b>	Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров транспортных		1	2

1	2	3		5
	моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров при организации дорожного движения.	средств, при организации дорожного движения. Ответы на контрольные вопросы практического занятия (теста).		
<b>Тема 1.5.</b> Правовые основы взаимоотношения полов. <b>Тема 1.6.</b> Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка	11. Социальная роль женщины в современном обществе. Правовые основы взаимоотношения полов.	Социальная роль женщины в современном обществе (в Европе, в мусульманских странах). Социальная дискриминация женщины. Роль женщины – матери. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка»	1	2
	12. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.	Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи	1	2
<b>Тема 1.7.</b> Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика	13. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний.	1	2
<b>Тема 1.8.</b> Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества <b>Тема 1.9.</b> Основы ухода за младенцем	14. Инфекции, передаваемые половым путем и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.	Инфекции, передаваемые половым путем и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья	1	2
	15. Репродуктивное здоровье и факторы на него влияющие. Основы ухода за младенцем	Репродуктивное здоровье женщины и мужчины, и факторы на него влияющие. Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами.	1	2
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>				
<b>Тема 2.1.</b> Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера <b>Тема 2.2.</b> Характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	16. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.	Определение чрезвычайной ситуации. Техногенные, природные и военные чрезвычайные ситуации. Характеристика землетрясений, наводнений, лесных и торфяных пожаров в Иркутске и Иркутской области. Правила поведения при землетрясениях, наводнениях, лесных и торфяных пожарах.	1	2
	17. <b>Практическое занятие.</b> Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.	Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Определение координат сторон света, правила добывания воды и огня.	1	2
	18. <b>Практическое занятие.</b> Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.	Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Определение координат сторон света, правила добывания воды и огня.	1	2
	19. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного	Характеристика аварий на автомобильном, железнодорожном и авиационном транспорте. Характеристика техногенных ЧС с выбросом АХОВ. Правила поведения при	1	2

1	2	3	4	5
	характера.	транспортных авариях и авариях с выбросом АХОВ.		
	20. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.	Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на автомобильном, водном, авиационном транспорте.	1	2
	21. <b>Практическое занятие.</b> Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.	Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на железнодорожном и городском транспорте. Ответы на контрольные вопросы практического занятия.	1	2
<b>Тема 2.3.</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) <b>Тема 2.4.</b> Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	22. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). История создания РСЧС, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование ЧС.	1	2
<b>Тема 2.5.</b> Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	23. Инженерная защита населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.	Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация ГО в образовательном учреждении.	1	2
<b>Тема 2.6.</b> Первичные средства пожаротушения	24. <b>Практическая работа.</b> Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации.	Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация, проведение работ по герметизации защитного сооружения и др.).	1	2
	25. Первичные средства пожаротушения	Изучение первичных средств пожаротушения: виды огнетушителей, порядок работы с ними. Автоматические системы обнаружения и оповещения о пожаре Автоматические системы пожаротушения	1	2
	26. <b>Практическое занятие.</b> Изучение первичных средств пожаротушения.	Ответы на контрольные вопросы практического занятия.	1	2
<b>Тема 2.7.</b> Современные средства поражения и их поражающие факторы	27. Современные средства поражения и их поражающие факторы.	Ядерное оружие и его поражающие факторы. Защита от ядерного оружия. Биологическое оружие.	1	2
	28. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.	Химическое оружие. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения	1	2
<b>Тема 2.8.</b> Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций	29. Средства индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС.	Предназначение, классификация и краткая характеристика средств индивидуальной защиты	1	2
	30. <b>Практическое занятие.</b> Средства индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС.	Определение размера противогаза Изучение и использование противогазов, респираторов, ватно-марлевых повязок и защитных масок. Ответы на контрольные вопросы практического занятия.	1	2
<b>Тема 2.9.</b> Средства индивидуальной защиты	31. <b>Практическая работа.</b> Средства индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС.	Отработка Порядка Надевания Противогаза ГП-5.	1	2

1	2		3		5
<b>Тема 2.9.</b> Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника.	32.	Основные понятия об экстремизме, терроризме и других противоправных действий. Асоциальное поведение.	Основные понятия об экстремизме, терроризме. Отрицание экстремизме, терроризме и других противоправных действий. Асоциальное поведение.	1	2
	33.	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.	Действия предупредительного характера при угрозе террористического акта. Действия в случае обнаружения взрывных устройств или подозрительных предметов. Действия при поступлении угрозы террористического характера по телефону. Действия при поступлении угрозы в письменном виде. Действия при захвате в заложники. Информация, которую следует запомнить заложникам для сообщения группе по борьбе с террором. Биологический терроризм. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.	1	2
<b>Тема 2.10.</b> Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	34.	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция в Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени	1	2
Итого за первый семестр				34	
<b>1 курс, 2 семестр</b>					
<b>Раздел 3. Основы медицинских знаний</b>					
<b>Тема 3.1</b> Понятие первой помощи	35.	Понятие первой помощи.	Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».	1	2
<b>Тема 3.2</b> Первая помощь при травмах и переломах	36.	Понятие и виды травм. Виды кровотечений и их характеристика	Понятие и виды травм. Артериальное, венозное, капиллярное и внутреннее кровотечения. Характеристика кровотечений. Правила оказания первой помощи при кровотечениях. Способы остановки кровотечения. Правила наложения жгута и закрутки	1	2
	37.	<b>Практическое занятие.</b> Первая помощь при травмах.	<b>Правила первой помощи при ранениях. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Остановка кровотечения, предотвращение состояния пневмоторакса. Наложение повязок. Ответы на контрольные вопросы практического занятия.</b>	1	2
	38.	Первая помощь при переломах.	Первая помощь при переломах. Порядок оказания первой помощи при открытом и закрытом переломе. Ответы на контрольные вопросы практического занятия.	1	2
	39.	<b>Практическая работа.</b> Первая помощь при переломах.	<b>Первая помощь при переломах. Ответы на контрольные вопросы</b>	1	2
	40.	<b>Практическая работа.</b> Первая помощь при переломах.	<b>Отработка порядка оказания первой помощи при переломе.</b>	1	2
<b>Тема 3.3.</b> Первая помощь при синдроме длительного сдавливания	41.	Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.	Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.	1	2
<b>Тема 3.4.</b> Первая помощь при кровотечениях	42.	<b>Практическая работа.</b> Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях (занятие 1).	<b>Изучение порядка оказания первой помощи при капиллярном, венозном и артериальном кровотечении. Ответы на вопросы теста.</b>	1	2
	43.	<b>Практическая работа.</b>	<b>Практическое освоение порядка оказания первой помощи при кровотечениях.</b>	1	2

1	2		3		5
		Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях (занятие 2).			
<b>Тема 3.5.</b> Первая помощь при ожогах <b>Тема 3.6.</b> Первая помощь при воздействии низких температур <b>Тема 3.7.</b> Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути <b>Тема 3.8.</b> Первая помощь при отравлениях	44.	Первая помощь при ожогах. Первая помощь при воздействии низких температур.	Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.	1	2
	45.	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Первая помощь при отравлениях.	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути; при отравлениях. Основные приемы удаления инородных тел из дыхательных путей. Первая помощь при пищевом отравлении. Острое и хроническое отравление.	1	2
<b>Тема 3.9.</b> Первая помощь при отсутствии сознания и клинической смерти	46.	Первая помощь при утоплениях. Первая помощь при отсутствии сознания.	Особенности утопления в холодной и теплой воде. Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока.	1	2
	47.	Первая помощь при клинической смерти.	Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания)	1	2
	48.	<b>Практическое занятие.</b> Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания и непрямого массажа сердца (занятие 1).	Изучение основных правил и способов искусственного дыхания и проведения непрямого массажа сердца. Ответы на вопросы теста.	1	2
	49.	<b>Практическое занятие.</b> Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания и непрямого массажа сердца (занятие 2).	Освоение на тренажере основных способов искусственного дыхания и проведения непрямого массажа сердца.	1	2
<b>Раздел 4.</b> Основы обороны государства и воинская обязанность					
<b>Тема 4.1.</b> История создания Вооруженных Сил России	50.	История создания Вооруженных Сил России	Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Военные реформы в Российской Федерации XXI века.	1	2
<b>Тема 4.2.</b> Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации	51.	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил Российской Федерации.	Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности	1	2
	52.	Современное вооружение в Российской армии	Стрелковое вооружение.	1	2
	53.	Организационная структура Воору-	Схема структуры Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	2

1	2	3	4	5
	женных Сил Российской Федерации.			
<b>Тема 4.3.</b> Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение.	54. Воинская обязанность и первоначальная постановка на воинский учет. Предназначение и организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет Обязательная подготовка граждан к военной службе.	Понятие воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Документы призывника при первоначальной постановке на воинский учет. Предназначение и организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе:	1	2
<b>Тема 4.4.</b> Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе	55. Призыв на военную службу. Погоны и звания рядового и сержантского составов в ВС РФ.	Призыв на военную службу. Освобождение от призыва на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Погоны и звания рядового и сержантского составов ВС РФ.	1	2
<b>Тема 4.5.</b> Призыв на военную службу	56. Порядок прохождения службы по призыву. Казарма. Порядок прохождения службы по призыву.	Размещение военнослужащих, основные помещения казармы. Распорядок дня и распределение времени у военнослужащих срочной службы.	1	2
<b>Тема 4.6.</b> Прохождение военной службы по контракту.	57. Альтернативная гражданская служба. Прохождение военной службы по контракту. Погоны и звания офицерского состава.	Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту. Погоны и звания офицерского состава.	1	2
<b>Тема 4.7.</b> Альтернативная гражданская служба.	58. Особенности увольнения с военной службы и пребывания в запасе. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества. Бесконфликтное общение и саморегуляция военнослужащих.	Порядок увольнения с военной службы военнослужащих срочной службы и по контракту. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Правила и способы бесконфликтного общения и саморегуляции.	1	2
<b>Тема 4.8.</b> Качества личности военнослужащего как защитника Отечества.	59. <b>Практическая работа.</b> Огневая подготовка. Выполнение на оценку разборки автомата.	Отработка порядка разборки – сборки автомата Калашникова. Выполнение на оценку разборки – сборки автомата.	1	2
<b>Тема 4.9.</b> Огневая подготовка	60. <b>Практическая работа.</b> Огневая подготовка. Выполнение на оценку порядка разборки автомата.	Отработка порядка разборки автомата Калашникова. Выполнение на оценку порядка разборки автомата.	1	2
<b>Тема 4.10.</b> Строевая подготовка	61. <b>Практическая работа.</b> Огневая подготовка. Выполнение на оценку сборки автомата.	Выполнение на оценку сборки автомата Калашникова.	1	2
	62. <b>Практическая работа.</b> Строевая подготовка. Строевая стойка. Повороты на месте: налево, направо, кругом.	Строевая подготовка, как основной элемент службы в армии. Основные определения строя. Строевая стойка. Повороты на месте: налево, направо, кругом.	1	2
	63. <b>Практическая работа.</b>	Движение строевым шагом.	1	2

1	2	3	4	5
		Строевая подготовка. Движение строевым шагом.		
	64.	<b>Практическая работа.</b> Строевая подготовка. Повороты в движении строевым шагом.	Повороты в движении строевым шагом.	1 2
<b>Тема 4.11.</b> Воинская дисциплина и ответственность.	65.	Воинская дисциплина и ответственность. Уголовная ответственность за преступления против военной службы.	Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие – принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.	1 2
<b>4.12.</b> Как стать офицером Российской армии	66.	Как стать офицером Российской армии. Воинские звания офицерского состава. Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил России.	Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации. Воинские звания офицерского состава. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Дни воинской славы России – дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести. Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою военной службы.	1 2
	67.	<b>Консультация к дифференцированному зачету</b>	Ликвидация задолженностей. Консультация к дифференцированному зачету. Пробное написания теста в системе Forms.	1 2
	68.			1 2
	69.	<b>Дифференцированный зачет</b>	Дифференцированный зачет	1 2
	70.			1 2
			<b>Итого за второй семестр обучения</b>	<b>36</b>
			<b>Всего по дисциплине</b>	<b>70</b>

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

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

Реализация рабочей программы дисциплины требует наличие учебных кабинетов ОБЖ, Безопасности жизнедеятельности и охраны труда, а также места для стрельбы.

Оборудование учебного кабинета:

- ученические столы – 15 штук на 30 рабочих мест;
- ученические стулья – 30 штук.

Технические средства обучения:

– Комплект плакатов (стендов) серии «Первая медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях»:

– Комплект плакатов (стендов) серии: «Безопасность в чрезвычайных ситуациях»

– Комплект двусторонних плакатов по современным средствам поражения, ЕГСЧС, ГО, инфекционные заболевания, Формата 140x100

– Комплект плакатов серии «Вооружение и военная техника»

– Комплект плакатов серии «Служу Отечеству»

– Комплект плакатов серии «Символы России и Вооружённых Сил»

– Стенд-плакат «Призывник»

– Классная доска

– Мультимедийная установка (ПЭВМ, монитор, колонки, проектор, интерактивная доска)

– Принтер

– Манекен- тренажёр «Витим 2 – 4У»

– Массогабаритная модель автомата Калашникова

– Массогабаритная модель пистолета Макарова

– Пневматические винтовки

– Противогазы ГП-5, ГП-7

– Носилки медицинские

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

**Перечень используемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

##### **3.2.1. Основные источники**

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности. Учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. – М.: Академия, 2017. – 288 с.

2. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: Учебное пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. – М.: Академия, 2018. – 144 с.



3. Никифоров Л.Л. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие / Л.Л. Никифоров, В.В. Персиянов. – М.: ИНФРА-М, 2019. – 297 с. – (Среднее профессиональное образование). – Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/1017335>.

### **3.2.2. Дополнительные источники**

1. Безопасность жизнедеятельности: Толковый словарь терминов / Г.В. Тягунов, А.А. Волкова, Е.Е. Барышев, В.С. Цепелев, В.Г. Шишкунов. – 2-е изд., стер. – М.: ФЛИНТА, 2017. – 236 с. – Режим доступа: <https://znanium.com/bookread2.php?book=959376>.

2. Зиновьев А.С., Марахов С.Н. и др., Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации. – М.: 2008. (ред.от 22.01.2018).

3. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами Российской Федерации о поправках к Конституции Российской Федерации от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ, от 05.02.2014 N 2-ФКЗ, от 21.07.2014 N 11-ФКЗ)

4. . – ISBN 978-5-4468-0737-6. – Режим доступа: <https://www.twirpx.com/file/2460215/>.

5. Миронов С.К. Тесты по основам безопасности жизнедеятельности: 10-11 классы / С.К.Миронов, В.К.Миронов, Т.А.Карташёва. – М.: Издательство «Экзамен», 2011. – 110 с. – ISBN 978-5-377-03533-4. – Режим доступа: <https://www.twirpx.com/file/1168022/>.

6. О Военной доктрине Российской Федерации: указ Президента РФ от 25.12.2014 N 2976 // СЗ РФ. – 2010. – N 7. – Ст. 724; от 10.07.2017).

7. О воинской обязанности и военной службе: федер. закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. – 1998. – № 13. – Ст. 1475; от 27.06.2018 №166-ФЗ).

8. О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций: постановление Правительства РФ от 30.12.2003 N 794 (ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. – 2004. – N2. – Ст. 121; от 17.05.2017).

9. О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера: федер. закон от 21.12.1994 N 68-ФЗ (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. – 1994. – N 35. – Ст. 3648; от 23.06.2016)

10. Об альтернативной гражданской службе: федер. закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. – 2002. - № 30. – Ст. 3030: от 27.06.2018 №164ФЗ).

11. Об обороне: федер. закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. – 1996. – № 23. – Ст. 2750; от 29.09.2017)

12. Об образовании в Российской Федерации: федер. закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ).

13. Об охране окружающей среды: федер. закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. – 2002. - № 2. – Ст. 133.; от 31.12.2017)

14. Приказ Минобрнауки России от 29 декабря 2014 г. № 1645 « О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования».

15. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего (полного) общего образования, утвержденный приказом Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. № 413. Зарегистрировано в Минюсте РФ 07.06.2012 N 24480.

### **3.2.3. Интернет – ресурсы**

1. Глобальная библиотека научных ресурсов. Глобалтека. – Режим доступа: [globalteka.ru/index.html](http://globalteka.ru/index.html).

2. Государственные символы России. История и реальность: Открытая цифровая коллекция. – Режим доступа: <http://simvolika.rsl.ru>.

3. Единое окно доступа к информационным ресурсам. Единое окно. – Режим доступа: [window.edu.ru](http://window.edu.ru).

4. Милитера: Военная литература. – Режим доступа: <http://militera.lib.ru>.

5. Проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны». – Режим доступа: <http://www.pobediteli.ru>.

6. Российский образовательный портал. – Режим доступа: [www.school.edu.ru](http://www.school.edu.ru).

7. Сайт Министерства Внутренних Дел Российской Федерации. – Режим доступа: [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru).

8. Сайт Министерства Обороны Российской Федерации. – Режим доступа: [www.mil.ru](http://www.mil.ru).

9. Сайт Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий. – Режим доступа: [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru).

10. Сайт Федеральной Службы Российской Федерации. – Режим доступа: [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru).

11. Словари и справочники на Академике. – Режим доступа: [dic.academic.ru](http://dic.academic.ru).

12. Центральный музей ВВС РФ. – Режим доступа: <http://www.monino.ru>.

13. Электронная библиотека BooksGid. – Режим доступа: [www.booksgid.com](http://www.booksgid.com).

14. Электронная библиотечная система от правообладателя. – Режим доступа: <https://www.book.ru/>.

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

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;</li> <li>– применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>– применять полученные медицинские знания по оказанию первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;</li> </ul>	<p>практические занятия, устный опрос, дифференцированный зачёт</p> <p>практические занятия, устный опрос, дифференцированный зачёт</p> <p>практические занятия, устный опрос, дифференцированный зачёт</p>
<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы государственной системы, российского законодательства, направленные на защиту населения от внешних и внутренних угроз;</li> <li>- опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера;</li> <li>- факторы, пагубно влияющие на здоровье человека;</li> <li>- основные меры защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- основы обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевую, огневую и тактическую подготовки;</li> </ul>	<p>устный опрос, дифференцированный зачёт</p> <p>практические занятия, устный опрос, дифференцированный зачёт;</p> <p>устный опрос, дифференцированный зачёт;</p> <p>практические занятия, устный опрос, дифференцированный зачёт;</p> <p>практические занятия, устный опрос, дифференцированный зачёт;</p>