

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Манаенков Сергей Алексеевич  
Должность: Директор  
Дата подписания: 26.04.2021 10:45:49  
Уникальный программный ключ:  
b98c63f50c04038c7b16a230c6a77b5e

**МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА  
ФИЛИАЛ ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САМАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ПУТЕЙ СООБЩЕНИЯ» В Г. РТИЩЕВО  
(ФИЛИАЛ СамГУПС В Г. РТИЩЕВО)**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОУД.06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**по специальностям**

**08.02.10 Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство**

**23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных  
дорог**

**23.02.01 Организация перевозок и управление на транспорте  
(по видам)**

**38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям)**

*Базовая подготовка среднего профессионального образования*

**Ртищево  
2017**

Одобрено  
на заседании цикловой комиссии  
специальностей 23.02.06 Техническая  
эксплуатация подвижного состава железных  
дорог, 08.02.10 Строительство железных дорог,  
путь и путевое хозяйство  
протокол №3 от «26» октября 2017 г.

Председатель ЦК

 Е.В. Гундарева

Рабочая программа учебной дисциплины  
составлена в соответствии с Письмом  
Министерства образования и науки РФ  
от 17.03.2015г. № 06-259 и на основе  
Примерной программы учебной  
дисциплины, рекомендованной  
ФГАУ «ФИРО» (протокол № 3  
от «21» июля 2015г.)

Согласовано

  
Роман Александрович Сидоров – начальник  
железнодорожной станции Благодатка Мичуринского центра  
организации работы железнодорожных станций Юго-  
Восточной Дирекции управления движением – структурного  
подразделения Центральной дирекции управления  
движением - филиала ОАО «РЖД».

  
Сергей Игоревич Ксенофонтов – главный инженер  
Ртищевской дистанции пути Юго-Восточной дирекции  
инфраструктуры – структурного подразделения Центральной  
Дирекции инфраструктуры – филиала ОАО «РЖД».

  
Павел Иванович Жердев – начальник производственно-  
технического отдела эксплуатационного локомотивного депо  
Ртищево – Восточное Юго-Восточной дирекции тяги  
структурного подразделения Дирекции тяги – филиала ОАО  
«РЖД».

  
Вера Александровна Володина - начальник Ртищевского  
территориального общего центра обслуживания Юго-  
Восточного регионального общего центра обслуживания -  
структурного подразделения Центра корпоративного учёта и  
отчётности «Желдоручет» - филиала ОАО «РЖД».

Утверждаю

Зам. директора по УР

 Л.А. Елисеева

« 27 » 10 2017 г.

Разработчик:

  
Д.А. Дьяков, преподаватель дисциплин ОБЖ, БЖ,  
филиала СамГУПС в г. Ртищево

Рецензенты:

  
А.И. Бычков, преподаватель дисциплин ОБЖ, БЖ,  
ГБНОУ СО "Ртищевский политехнический лицей"

  
Л.А. Елисеева, преподаватель высшей категории  
филиала СамГУПС в г. Ртищево.

**Рецензия**  
**на рабочую программу**  
**дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»,**  
**составленную преподавателем**  
**Филиала СамГУПС в г. Ртищево Дьяковым Д.А.**

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена с учетом требований ФГОС среднего общего образования, ФГОС среднего профессионального образования, на основе Примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций.

Рабочая программа состоит из четырёх (4) разделов и рассчитана на 105 часов для студентов очной формы обучения базового уровня, включая дополнительные часы самостоятельной подготовки. Каждый раздел содержит темы, рекомендуемые для изучения. Для приобретения практических навыков, программой предусмотрены практические работы. Рабочая программа предусматривает широкое использование самостоятельной работы студентов в виде изучения теоретических основ по материалам учебной и специальной литературы.

Предоставленную рабочую программу можно рекомендовать как программу обучения по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» в учебных заведениях среднего специального образования; она может служить основой для разработки календарно-тематических планов по этой дисциплине.

Рецензент: А.И. Бычков, преподаватель дисциплин ОБЖ, БЖ.

ГБОУ СО "Ртищевский политехнический лицей".



**Рецензия**  
**на рабочую программу**  
**дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»,**  
**составленную преподавателем Дьяковым Д.А.**

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена с учетом требований ФГОС среднего общего образования, ФГОС среднего профессионального образования, на основе Примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций.

Рабочая программа предусматривает формирование у студентов умений и навыков, ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности.

Рабочая программа состоит из четырёх (4) разделов и рассчитана на 105 часов для студентов очной формы обучения базового уровня, включая дополнительные часы самостоятельной подготовки.

В рабочей программе предусмотрены по всем разделам и темам представления, знания и умения, которые необходимо сформулировать у студентов в процессе изучения дисциплины.

Предоставленную рабочую программу можно рекомендовать как программу обучения по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» в учебных заведениях среднего специального образования; она может служить основой для разработки календарно-тематических планов по этой дисциплине.

Рецензент:



А.А. Елисеева, преподаватель высшей категории филиала СамГУПС в г. Ртищево.

# Содержание

Пояснительная записка.....	4
Общая характеристика учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности.....	6
Место учебной дисциплины в учебном плане .....	8
Результаты освоения учебной дисциплины .....	9
Тематическое планирование .....	13
Содержание учебной дисциплины .....	18
Характеристика основных видов деятельности студентов.....	29
Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности.....	33
Перечень учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительной литературы.....	35
Перечень самостоятельных работ .....	40

# ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях СПО, реализующих программу подготовки специалистов среднего звена.

Рабочая программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности, в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии 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 на основе Примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности для профессиональных образовательных организаций / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — М. : Издательский центр «Академия», 2015. — 22 с.

Содержание рабочей программы учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности направлено на достижение следующих целей:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);

- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

# ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В современных условиях глобализации развития мировой экономики, усложнения, интенсификации и увеличения напряженности профессиональной деятельности специалистов существенно возрастает общественно-производственное значение состояния здоровья каждого человека. Здоровье становится приоритетной социальной ценностью. В связи с этим исключительную важность приобретает высокая профессиональная подготовка специалистов различного профиля к принятию решений и действиям по предупреждению чрезвычайных ситуаций (ЧС), а при их возникновении — к проведению соответствующих мероприятий по ликвидации их негативных последствий, и прежде всего к оказанию первой помощи пострадавшим.

Общеобразовательная учебная дисциплина Основы безопасности жизнедеятельности изучает риски производственной, природной, социальной, бытовой, городской и других сред обитания человека как в условиях повседневной жизни, так и при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного, природного и социального характера. Данная дисциплина является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности.

Основными содержательными темами рабочей программы являются: введение в дисциплину, обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья, государственная система обеспечения безопасности населения, основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний.

Изучение общеобразовательной учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности завершается подведением итогов в форме

дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации студентов в процессе освоения ППСЗ на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

В программе приведен тематический план для организации образовательного процесса при изучении учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности.

# МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

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

В филиале СамГУПС в г. Ртишево, который является профессиональной образовательной организацией, реализующей образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ППССЗ на базе основного общего образования, учебная дисциплина Основы безопасности жизнедеятельности изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ППССЗ на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

В учебных планах ППССЗ место учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности — в составе общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для профессий СПО или специальностей СПО соответствующего профиля профессионального образования.

# РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

- **личностных:**

- развитие личностных, в том числе духовных 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;
- 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;
- *предметных:*
- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в

- повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
  - освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
  - владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

# ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

При реализации содержания общеобразовательной учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности в пределах освоения ППССЗ на базе основного общего образования с получением среднего общего образования максимальная учебная нагрузка обучающихся составляет:

- по специальностям СПО — 105 часов, из них аудиторная (обязательная) учебная нагрузка, включая практические занятия, — 70 часов; самостоятельная работа студентов — 35 часов.

## ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Наименование разделов и тем	Максимальная нагрузка студентов	Количество аудиторных часов		Самостоятельная работа студентов
		Теоретические	Практические	
Введение	2	2		
1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	20	12	4	4
Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой.	4	2		2
Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды.	2	2		
Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.	4	2		2
Правила и безопасность	2	2		

дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.				
Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	2	2		
Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья	2	2		
Практическое занятие № 1 Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	2		2	
Практическое занятие № 2 Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	2		2	
2. Государственная система обеспечения безопасности населения	24	12	4	8
Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для Саратовской области.	2	2		
Единая государственная	4	2		2

<p>система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны</p>				
<p>Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.</p>	6	2		4
<p>Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций</p>	4	2		2
<p>Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.</p>	2	2		
<p>Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.</p>	2	2		
<p>Практическое занятие № 3 Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.</p>	2		2	

Практическое занятие № 4 Изучение первичных средств пожаротушения.	2		2	
3. Основы обороны государства и воинская обязанность	41	12	6	23
История создания Вооруженных Сил России. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	14	2		12
Воинская обязанность. Обязательная подготовка граждан к военной службе.	4	2		2
Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту.	4	2		2
Альтернативная гражданская служба. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества.	4	2		2
Воинская дисциплина и ответственность. Как стать офицером Российской армии.	4	2		2
Боевые традиции Вооруженных Сил России. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	5	2		3
Практическое занятие № 5 Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	2		2	
Практическое занятие № 6 Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.	2		2	
Практическое занятие № 7 Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения	2		2	

строевой подготовки.				
4. Основы медицинских знаний	18	14	4	
Понятие первой помощи. Понятие травм и их виды.	2	2		
Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие и виды кровотечений.	2	2		
Первая помощь при ожогах. Первая помощь при воздействии низких температур.	2	2		
Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.	2	2		
Первая помощь при отравлениях.	2	2		
Первая помощь при отсутствии сознания.	2	2		
Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	2	2		
Практическое занятие №8 Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	2		2	
Практическое занятие №9 Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.	2		2	
итого	105	52	18	35

# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Введение

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

## 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.

1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.

1.4. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.

1.5. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

1.6. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.

1.7. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».

### ***Практические занятия***

Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.

Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

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

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

2.2. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

2.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

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

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

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

2.7. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.

2.8. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-

спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.

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

2.10. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

### *Практические занятия*

Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

Изучение первичных средств пожаротушения.

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

3.1. История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.

3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение.

3.3. Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.

3.4. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

3.5. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение

времени и повседневный порядок жизни воинской части.

3.6. Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

3.7. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.

3.8. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

3.9. Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов,

проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.

3.10. Как стать офицером Российской армии. 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.

3.11. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества. Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России — дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.

3.12. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

### ***Практические занятия***

Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.

Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.

Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.

#### **4. Основы медицинских знаний**

4.1. Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».

4.2. Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.

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

4.4. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.

4.5. Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.

4.6. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени

отморожений.

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

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

4.9. Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.

4.10. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.

#### ***Практические занятия***

Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.

Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.

## Темы рефератов (докладов), индивидуальных проектов

- Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
- Взаимодействие человека и среды обитания.
- Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
- Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
  - Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.
  - Факторы, способствующие укреплению здоровья.
  - Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
  - Роль физической культуры в сохранении здоровья.
  - Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
  - Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
  - Табакокурение и его влияние на здоровье.
  - Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
  - Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
  - Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
  - Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
    - Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
    - Терроризм как основная социальная опасность современности.
    - Космические опасности: мифы и реальность.
    - Современные средства поражения и их поражающие факторы.
    - Оповещение и информирование населения об опасности.
    - Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.

- Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
- МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
- Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
- Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.
- Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
- Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
- Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
- Символы воинской чести.
- Патриотизм и верность воинскому долгу.
- Дни воинской славы России.
- Города-герои Российской Федерации.
- Города воинской славы Российской Федерации.
- Профилактика инфекционных заболеваний.
- Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
- СПИД — чума XXI века.
- Оказание первой помощи при бытовых травмах.
- Формирование здорового образа жизни с пеленок.
- Как стать долгожителем?

## **ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ**

<b>Содержание обучения</b>	<b>Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)</b>
<b>Введение</b>	Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности. Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите
<b>1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения</b>	Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха. Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя. Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам. Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения. Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
<p><b>2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b></p>	<p>Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.</p> <p>Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.</p> <p>Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.</p> <p>Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.</p> <p>Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности</p>

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
<p><b>3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b></p>	<p>Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России. Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих. Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества.</p> <p>Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки.</p> <p>Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести</p>

<b>Содержание обучения</b>	<b>Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)</b>
<b>4. Основы медицинских знаний</b>	Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. Характеристика основных признаков жизни. Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара.

# УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Помещение кабинета основ безопасности жизнедеятельности удовлетворяет требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2. 178-02)<sup>1</sup>. Оно оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки учащихся.

В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения рабочей программы учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности входят:

- наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов);
- образцы аварийно-спасательных инструментов и оборудования (АСИО), средств индивидуальной защиты (СИЗ): противогаз ГП-7, респиратор Р-2, дозиметр бытовой (индикатор радиоактивности);
- образцы средств первой медицинской помощи: индивидуальный перевязочный пакет ИПП-1; жгут кровоостанавливающий; аптечка индивидуальная АИ-2; индивидуальный противохимический пакет ИПП-11; сумка санитарная;
- образцы средств пожаротушения (СП);
- макет автомата Калашникова;
- комплекты технической документации, в том числе паспорта на средства обучения, инструкции по их использованию и технике безопасности;

<sup>1</sup> Письмо Министерства образования и науки РФ от 24.11.2011 № МД-1552/03 «Об оснащении общеобразовательных учреждений учебным и учебно-лабораторным оборудованием».

- библиотечный фонд.

В библиотечный фонд входят учебники, учебно-методические комплекты (УМК), обеспечивающие освоение учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности, рекомендованные или допущенные для использования в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ППСЗ на базе основного общего образования.

# Перечень учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительной литературы

## Основные источники

*Смирнов А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности».*

*Академический учебник. Базовый и профильный уровни, 2 - е издание.  
Москва, «Просвещение», 2010г.*

*Смирнов А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности».*

*Академический учебник, Базовый и профильный уровни, 3 - е издание,  
переработанное. Москва, «Просвещение», 2011г.*

*Косолапова Н.В., Прокopenко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность  
жизнедеятельности. Практикум: учеб, пособие для учреждений сред. проф.  
образования. — М., 2013.*

## Дополнительная литература

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.

Федеральный 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) «Об образовании в Российской Федерации».

Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413 «Об

утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).

Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования”».

Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации 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».

Гражданский кодекс РФ (Ч. 1) (утвержден Федеральным законом от 30.11.94 № 51-ФЗ (в ред. от 11.02.2013, с изм. и доп. от 01.03.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 32 (Ч. 1). — Ст. 3301.

Гражданский кодекс РФ (Ч. 2) (утвержден Федеральным законом от 26.01.96 № 14-ФЗ) (в ред. от 14.06.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 5 (Ч. 2). — Ст. 410.

Гражданский кодекс РФ (Ч. 3) (утвержден Федеральным законом от 26.11.01 № 146-ФЗ) (в ред. от 05.06.2012) // СЗ РФ. — 2001. — № 49. — Ст. 4552.

Гражданский кодекс РФ (Ч. 4) (утвержден Федеральным законом от 18.12.06 № 230-ФЗ) (в ред. от 08.12.2011) // СЗ РФ. — 2006. — № 52 (Ч. 1). — Ст. 5496.

Семейный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 29.12.1995 № 223-ФЗ) (в ред. от 12.11.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 1. — Ст. 16.

Уголовный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 13.06.1996 № 63-ФЗ) (в ред. от 07.12.2011 ; с изм. и доп., вступающими в силу с 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 25. — Ст. 2954.

Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.

Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.

Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.

Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.

Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.

Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.

Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.

Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.

Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.

Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих

Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2011. — № 47. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2012.

Приказ министра обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.02.2010 № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» (зарегистрировано Минюстом России 12.04.2010, регистрационный № 16866).

*Кобяков Ю.П.* Физическая культура. Основы здорового образа жизни. — М., 2012.

*Косолапова Н.В., Проконенко Н.А., Побежжизова Е.Л.* Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб, пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2013.

*Митяев А.* Книга будущих командиров. — М., 2010.

*Назарова Е.Н., Жиллов Ю.Д.* Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб, заведений. — М., 2013.

Общевойсковые уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2013.

## Справочная литература

- Изотова М.А., Царева Т.Б.* Полная энциклопедия орденов и медалей России. — М., 2008. *Ионина Н.А.* 100 великих наград. — М., 2009.
- Каженев А.И.* Энциклопедия русского офицера. — М., 2008.
- Катори Н.Ю.Ф.* Танки: иллюстрированная энциклопедия. — М., 2011.
- Лубченков Ю.Н.* Русские полководцы. — М., 2009.

## Интернет-ресурсы

- [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
- [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).
- [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).
- [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ).
- [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- [www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) (BooKS Gid. Электронная библиотека).
- [www.globalteka.ru/index.html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).
- [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
- [www.school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).
- [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- [www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
- [www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).
- [www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность).

### Тематика самостоятельной работы

Наименование разделов и тем	Вид самостоятельной работы	Содержание самостоятельной работы
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>		
<b>Тема Здоровье и здоровый образ жизни.</b>		
1. Факторы, способствующие укреплению здоровья.	Изучение дополнительной литературы.	Изучение дополнительной литературы: Здоровый образ жизни: Учебное пособие Пискунов В.А., Максинаева М.Р., Тупицына Л.П., Егорова Т.И., Айриян Э.В. Прометей 2012 г. 86 страниц
<b>Тема Вредные привычки</b>		
2. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечнососудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.	Изучение дополнительной литературы.	Изучение дополнительной литературы: Соловьев С.С. «Алкоголь, табак и наркотики - главные враги здоровья человека».
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>		
<b>Тема Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.</b>		
3. Современные средства поражения и их поражающие факторы.	Изучение дополнительной литературы.	Изучение дополнительной литературы: <a href="http://www.grandars.ru/shkola/bezopasnost-zhiznedeyatelnosti/oruzhie-massovogo-porazheniya.html">http://www.grandars.ru/shkola/bezopasnost-zhiznedeyatelnosti/oruzhie-massovogo-porazheniya.html</a>
<b>Тема Защитные сооружения гражданской обороны.</b>		
4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Правила поведения в защитных сооружениях.	Изучение дополнительной литературы.	Изучение дополнительной литературы: - Г.Чернышов «Эксплуатация защитных сооружений», «Защита населения в ЧС» стр.33. В.Белобродов «Инженерная защита населения» сmp.4 <a href="http://www.grandars.ru/shkola/bezopasnost-zhiznedeyatelnosti/Aschs.html">http://www.grandars.ru/shkola/bezopasnost-zhiznedeyatelnosti/Aschs.html</a>
<b>Тема Аварийно-спасательные и другие неотложные работы.</b>		
5. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения. Дезинфекция. Дератизация.	Изучение дополнительной литературы.	Изучение дополнительной литературы: Д. Колесов «Основы гигиены и санитарии» сmp.37 <a href="http://citoweb.vspu.org/link1/metod/met73/node5.html">http://citoweb.vspu.org/link1/metod/met73/node5.html</a>

<b>Тема Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).</b>		
6. ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».	Изучение дополнительной литературы.	Изучение ФЗ. Федеральный закон от 21 декабря 1994 №68 ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера». <a href="http://www.rg.ru/2010/12/29/bezopasnost-dok.html">http://www.rg.ru/2010/12/29/bezopasnost-dok.html</a> <a href="http://www.mchs.gov.ru/document/363">http://www.mchs.gov.ru/document/363</a>
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.</b>		
<b>Тема История создания Вооруженных Сил России.</b>		
7. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине ХК века, создание массовой армии.	Изучение дополнительной литературы.	Изучение дополнительной литературы: В.Буганов «История России. Конец 17-19 века» <a href="http://www.coolsoch.ru/arh/history/arh/127.htm">http://www.coolsoch.ru/arh/history/arh/127.htm</a>
<b>Тема Вооруженные Силы Российской Федерации.</b>		
8. Советские Вооруженные Силы в период Великой Отечественной войны.	Изучение дополнительной литературы.	Изучение дополнительной литературы: «История ВОВ» сайт <a href="http://pobeda.ru">pobeda.ru</a>
<b>Тема Организационная структура Вооруженных Сил.</b>		
9. Военно-Морской Флот в период Великой Отечественной войны.	Изучение дополнительной литературы.	Изучение дополнительной литературы: - «История ВОВ» <a href="http://otvoyna.ru/vmfsssr.htm">http://otvoyna.ru/vmfsssr.htm</a>
10. Воздушно-десантные войска в период Великой Отечественной войны.	Изучение дополнительной литературы.	Изучение дополнительной литературы: - «История ВОВ» <a href="http://www.rsva.ru/ARTTCT.KS/50010008/200000097">http://www.rsva.ru/ARTTCT.KS/50010008/200000097</a>
11. Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации - история создания.	Изучение дополнительной литературы.	Изучение дополнительной литературы: - «История ВОВ» <a href="http://www.inmoment.ru/holidays/history-boundary-armies3.html">http://www.inmoment.ru/holidays/history-boundary-armies3.html</a>
12. Работа с информационными источниками: Указ Президента РФ от 12.05.2009 N 537 "О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года"	Изучение дополнительной литературы.	Изучение дополнительной литературы: <a href="http://www.42.mchs.sov.ru/law/7SECTION_ID=225">http://www.42.mchs.sov.ru/law/7SECTION_ID=225</a>

<b>Тема Воинская обязанность.</b>		
13. Обязательная подготовка граждан к военной службе.	Изучение дополнительной литературы.	Изучение дополнительной литературы: <a href="http://www.millsecret.ru/7cat=11">http://www.millsecret.ru/7cat=11</a>
<b>Тема Призыв и прохождение военной службы.</b>		
14. Добровольная подготовка граждан к военной службе.	Изучение дополнительной литературы.	Изучение дополнительной литературы: <a href="http://www.millsecret.ru/7cat=12">http://www.millsecret.ru/7cat=12</a>
<b>Тема Воинская дисциплина и ответственность.</b>		
15. Женевская конвенция 1949 года «О защите жертв войны»; Гагская конвенция 1954 года «О культурных ценностях»; Конвенция 1980 года «О запрещении использования некоторых видов обычных вооружений».	Изучение дополнительной литературы.	Изучение дополнительной литературы: <a href="http://www.iskran.ru/cd_data/disk2/r3/001.pdf">http://www.iskran.ru/cd_data/disk2/r3/001.pdf</a> <a href="http://www.businesspravo.ru/Docum/DocumShow_DocumID_36185.html">http://www.businesspravo.ru/Docum/DocumShow_DocumID_36185.html</a> <a href="http://www.un.org/ru/peace/mine/conweapons.shtml">http://www.un.org/ru/peace/mine/conweapons.shtml</a>
<b>Тема Военнослужащий - защитник своего Отечества.</b>		
16. Основные качества личности военнослужащего: 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.	Изучение дополнительной литературы.	Изучение дополнительной литературы: В. Бичевский «Система военно-патриотического воспитания». Стр.29
<b>Тема Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.</b>		
17. Решение теста: «Вооруженные Силы РФ - защитники нашего Отечества».	Тестирование.	Решение теста.
18. Выполнение сообщения по теме: - «Их имена - наша Слава».	Подготовка сообщения.	Подготовка сообщения о Великом полководце России.
Всего		35

## Программное обеспечение

Программное обеспечение:	№ лицензии	Тип лицензии
WINDOWS 7	47699267	Академическая
Microsoft Office 2010	47132152	Академическая
Kaspersky Endpoint Security 10	2304-170712-134015-487-307	с 12.07.2017 до 21.08.2019
Pinnacle Studio 17	065600	Бессрочно
7 Zip		Бесплатная, бессрочно

Программное обеспечение:	№ лицензии	Тип лицензии
WINDOWS XP	14364682	Академическая
Microsoft Office 2007	43449262	Академическая
WinRar	065600	Бессрочно
Total Commander	065600	Бессрочно
Baibu Antivirus		Бесплатная, бессрочно

## Лист согласования

Дополнения и изменения к рабочей программе на 2018-2019 учебный год

Дополнения и изменения к рабочей программе на 2018-2019 учебный год по дисциплине ОУД.06 Основы безопасности жизнедеятельности.

В комплект КОС внесены следующие изменения:

Самостоятельная работа у студентов специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт отсутствует

Дополнения и изменения в рабочей программе обсуждены на заседании ЦК

08.02.10, 23.02.06

« 31 » 08 20 18 г. (протокол № 1 ).

Председатель ЦК  / Е.В.Гундарева

## Лист согласования

Дополнения и изменения к рабочей программе на 2019-2020 учебный год

Дополнения и изменения к рабочей программе на 2019-2020 учебный год по дисциплине *ОУД. 06 Основы безопасности жизнедеятельности*.

В рабочую программу внести следующие изменения:

В связи с изменением в учебных планах специальностей 08.02.10 Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство, 23.02.01 Организация перевозок и управление на транспорте (по видам), 23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог в дисциплине *ОУД. 06 Основы безопасности жизнедеятельности* изменено наименование на *ОУД. 07 Основы безопасности жизнедеятельности*.

В связи с подключением филиала СамГУПС в г. Ртишево к ЭБС «BOOK.RU» внесены изменения в раздел Перечень литературы и средств обучения:

Основная

1. Микрюков, В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + eПриложение : учебник / Микрюков В.Ю. — Москва : КноРус, 2020. — 290 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-07321-6. — URL: <https://book.ru/book/932127>

Дополнительная

1. Данилина, М.В. Практикум по основам безопасности жизнедеятельности : учебное пособие / Данилина М.В. — Москва : Русайнс, 2020. — 308 с. — ISBN 978-5-4365-4513-4. — URL: <https://book.ru/book/935355>

Дополнения и изменения в рабочую программу обсуждены на заседании ЦК 23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог, 08.02.10 Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство.

« 31 » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г. (протокол № \_\_\_\_\_).  
Председатель ЦК \_\_\_\_\_ /Гундарева Е.В./

## Лист согласования

Дополнения и изменения к учебной программе на 2020-2021 учебный год по дисциплине *ОУД. 07 Основы безопасности жизнедеятельности*.

В рабочей программе внесены следующие изменения:

В связи с изменением в учебном плане специальностей

08.02.10 Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство,

23.02.01 Организация перевозок и управление на транспорте (по видам),

23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог

Увеличение часов аудиторной нагрузки во 2 семестре (44 ч. вместо 38 ч.)

### Изменение в тематическом планировании:

1. История создания Вооруженных Сил России. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. – 4ч.
2. Воинская обязанность. Обязательная подготовка граждан к военной службе. – 4ч.
3. Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту. – 4ч.
4. Альтернативная гражданская служба. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества. – 4ч.

Дополнения и изменения в рабочей программе обсуждены на заседании ЦК  
23.02.06. Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог,  
08.02.10. Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство.

«31» августа 2020 г.(протокол №1).

Председатель ЦК  /Гундарева Е.В./