

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Манаенков Сергей Алексеевич
Должность: Директор
Дата подписания: 04.07.2023 15:17:13
Уникальный программный ключ:
b98c63f50c040389aac165e2b73c0c737775c9e9

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОУД. 07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

по специальностям

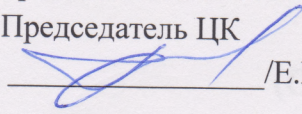
08.02.10 Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство,
23.02.01 Организация перевозок и управление
на транспорте (по видам),
23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного
состава железных дорог.

Базовая подготовка среднего профессионального образования

2022

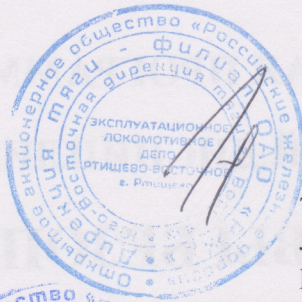
Одобрено
на заседании цикловой комиссии
специальностей 23.02.06 Техническая
эксплуатация подвижного состава
железных дорог, 08.02.10 Строительство
железных дорог, путь и путевое хозяйство
протокол № 1 от «31» августа 2022 г.

Председатель ЦК


/Е.В. Гундарева/

Рабочая программа учебной дисциплины
разработана в соответствии с требованиями ФГОС
среднего (полного) общего образования
(приказ Минобрнауки РФ № 413 от 17.05.2012 г)
и на основе Примерной программы учебной
дисциплины с учетом требований ФГОС по
специальностям 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.

Согласовано



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



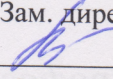
Булгаков С.М. – заместитель начальника
Мичуринского центра организации работы
железнодорожных станций Юго-Восточной
дирекции управления движением – структурного
подразделения Центральной дирекции
управления движением – филиала ОАО «РЖД».



Ценин Е. С. – начальник Ртищевской дистанции
пути Юго-Восточной дирекции инфраструктуры
- структурного подразделения Центральной
дирекции инфраструктуры – филиала ОАО
«РЖД».


Утверждаю

Зам. директора по УР



Н.А. Петухова


«31» августа 2022г.

Разработчик:


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

Рецензенты:


А.Ю. Кожакин преподаватель дисциплин ОБЖ, БЖ,
ГБПОУ СО "Ртищевский политехнический лицей"


М.А. Мережникова, преподаватель высшей категории
филиала СамГУПС в г. Ртищево



Содержание

| | Стр. |
|--|------|
| 1. Пояснительная записка..... | 3 |
| 2. Общая характеристика учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» | 4 |
| 3. Место учебной дисциплины в учебном плане..... | 5 |
| 4. Результаты освоения учебной дисциплины..... | 6 |
| 5. Структура и содержание учебной дисциплины..... | 9 |
| 6. Тематический план учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» | 10 |
| 7. Содержание учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» | 16 |
| 8. Тематика самостоятельной работы..... | 38 |
| 9. Условия реализации программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» | 44 |
| 10. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины | 47 |

1. Пояснительная записка.

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

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).

- Примерной программой 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» июля 2015г).

Настоящая рабочая программа ориентирована на достижение следующих целей:

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни; государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;

- воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества;
- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;
- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

Изучение учебной дисциплины ОУД. 07 Основы безопасности жизнедеятельности завершается промежуточной аттестацией в форме дифференцированного зачета во втором семестре.

2. 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».

3. Место учебной дисциплины в учебном плане.

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ППСЗ на базе основного общего образования.

4. Результаты освоения учебной дисциплины.

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

личностных (Л):

- Л.01 развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- Л.02 быть готовым к служению Отечеству, его защите;
- Л.03 формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- Л.04 исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);
- Л.05 воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- Л.06 освоение приемов действий в опасных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

метапредметных (М):

- М.01 овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных чрезвычайных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- М.02 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;
- М.03 формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- М.04 приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- М.05 развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

- М.06 формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- М.07 формирование умений предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- М.08 развитие 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;
- М.09 формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- М.10 развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- М.11 освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- М.12 приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- М.13 формирование установки на здоровый образ жизни;
- М.14 развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки.

предметных (П):

- П.01 сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- П.02 знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- П.03 сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

- П.04 сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- П.05 знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- П.06 знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- П.07 знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- П.08 умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- П.09 умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- П.10 знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- П.11 знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- П.12 владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

личностных, осваиваемых в рамках программы воспитания (ЛР):

- ЛР.01 Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.
- ЛР.10 Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.
- ЛР.16 Приобретение обучающимися социально значимых знаний о правилах ведения экологического образа жизни о нормах и традициях трудовой деятельности человека о нормах и традициях поведения человека в многонациональном, многокультурном обществе.
- ЛР.20 Ценностное отношение обучающихся к своему здоровью и здоровью окружающих, ЗОЖ и здоровье окружающей среде и т.д.

5. Структура и содержание учебной дисциплины.

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы для специальности 23.02.01 Организация перевозок и управление на транспорте (по видам).

| Вид учебной работы | Объем часов |
|---|--------------------|
| Объем образовательной программы учебной дисциплины | 60 |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) | 40 |
| в том числе: | |
| практические занятия | 18 |
| самостоятельная работа обучающегося (всего) | 20 |
| Промежуточная аттестация в форме <i>дифференцированного зачета во втором семестре.</i> | |

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы для специальностей 08.02.10 Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство, 23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог.

| Вид учебной работы | Объем часов |
|---|--------------------|
| Объем образовательной программы учебной дисциплины | 117 |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) | 78 |
| в том числе: | |
| практические занятия | 18 |
| самостоятельная работа обучающегося (всего) | 39 |
| Промежуточная аттестация в форме <i>дифференцированного зачета во втором семестре.</i> | |

6. Тематический план
для специальности 23.02.01 Организация перевозок и управление
на транспорте (по видам).

| Наименование разделов и тем | Максимальная нагрузка студентов | Количество аудиторных часов | | Самостоятельная работа студентов |
|--|---------------------------------|-----------------------------|----------------------|----------------------------------|
| | | Всего | Практические занятия | |
| Введение. | 1 | 1 | | |
| Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья. | 13 | 6 | 4 | 3 |
| Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. | 4 | 1 | 2 | 1 |
| Тема 1.2. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. | 1 | 1 | | |
| Тема 1.3. Вредные привычки и их профилактика. | 2 | 1 | | 1 |
| Тема 1.4. Правила и безопасность дорожного движения. | 3 | 1 | 2 | |
| Тема 1.5. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. | 1 | 1 | | |
| Тема 1.6. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. | 2 | 1 | | 1 |
| Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения. | 15 | 6 | 4 | 5 |
| Тема 2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. | 6 | 1 | 2 | 3 |

| | | | | |
|---|-----------|----------|----------|----------|
| Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. | 3 | 1 | | 2 |
| Тема 2.3. Современные средства поражения и их поражающие факторы. | 1 | 1 | | |
| Тема 2.4. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. | 1 | 1 | | |
| Тема 2.5. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. | 1 | 1 | | |
| Тема 2.6. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. | 3 | 1 | 2 | |
| Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность. | 18 | 7 | 6 | 5 |
| Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России. | 1 | 1 | | |
| Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. | 1 | 1 | | |
| Тема 3.3. Воинская обязанность. Обязательная подготовка | 3 | 1 | 2 | |

| | | | | |
|--|-----------|-----------|-----------|-----------|
| граждан к военной службе. | | | | |
| Тема 3.4. Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту. | 3 | 1 | 2 | |
| Тема 3.5. Военская дисциплина и ответственность. | 3 | 1 | 2 | |
| Тема 3.6. Как стать офицером Российской Армии. | 1 | 1 | | |
| Тема 3.7. Символы Воинской чести. | 6 | 1 | | 5 |
| Раздел 4. Основы медицинских знаний. | 13 | 2 | 4 | 7 |
| Тема 4.1. Понятие первой помощи. Понятие травм и их виды. | 7 | 1 | 2 | 4 |
| Тема 4.2. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при ожогах. | 6 | 1 | 2 | 3 |
| Всего: | 60 | 40 | 18 | 20 |

6. Тематический план для специальностей 08.02.10 Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство, 23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог.

| Наименование разделов и тем | Максимальная нагрузка студентов | Количество аудиторных часов | | Самостоятельная работа студентов |
|--|---------------------------------|-----------------------------|----------------------|----------------------------------|
| | | Всего | Практические занятия | |
| Введение. | 2 | 2 | | |
| Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья. | 22 | 12 | 4 | 6 |
| Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. | 6 | 2 | 2 | 2 |
| Тема 1.2. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. | 2 | 2 | | |
| Тема 1.3. Вредные привычки и их профилактика. | 4 | 2 | | 2 |
| Тема 1.4. Правила и безопасность дорожного движения. | 4 | 2 | 2 | |
| Тема 1.5. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. | 2 | 2 | | |
| Тема 1.6. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. | 4 | 2 | | 2 |
| Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения. | 27 | 12 | 4 | 11 |
| Тема 2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. | 10 | 2 | 2 | 6 |
| Тема 2.2. Единая государственная система | 7 | 2 | | 5 |

| | | | | |
|---|-----------|-----------|----------|-----------|
| предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. | | | | |
| Тема 2.3. Современные средства поражения и их поражающие факторы. | 2 | 2 | | |
| Тема 2.4. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. | 2 | 2 | | |
| Тема 2.5. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. | 2 | 2 | | |
| Тема 2.6. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. | 4 | 2 | 2 | |
| Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность. | 32 | 14 | 6 | 12 |
| Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России. | 2 | 2 | | |
| Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. | 2 | 2 | | |
| Тема 3.3. Воинская обязанность. Обязательная подготовка граждан к военной службе. | 4 | 2 | 2 | |
| Тема 3.4. Призыв на военную службу. | 4 | 2 | 2 | |

| | | | | |
|---|------------|-----------|-----------|-----------|
| Прохождение военной службы по контракту. | | | | |
| Тема 3.5. Военская дисциплина и ответственность. | 4 | 2 | 2 | |
| Тема 3.6. Как стать офицером Российской Армии. | 2 | 2 | | |
| Тема 3.7. Символы Военской чести. | 14 | 2 | | 12 |
| Раздел 4. Основы медицинских знаний. | 34 | 20 | 4 | 10 |
| Тема 4.1. Понятие первой помощи. | 2 | 2 | | |
| Тема 4.2. Понятие травм и их виды. | 6 | 2 | | 4 |
| Тема 4.3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания | 2 | 2 | | |
| Тема 4.4. Понятие и виды кровотечений. | 6 | 2 | 2 | 2 |
| Тема 4.5. Первая помощь при ожогах. | 4 | 2 | | 2 |
| Тема 4.6. Первая помощь при воздействии низких температур | 2 | 2 | | |
| Тема 4.7. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. | 4 | 2 | 2 | |
| Тема 4.8. Первая помощь при отравлениях. | 2 | 2 | | |
| Тема 4.9. Первая помощь при отсутствии сознания. | 2 | 2 | | |
| Тема 4.10. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. | 4 | 2 | | 2 |
| Всего: | 117 | 60 | 18 | 39 |

**7. Содержание учебной дисциплины ОУД. 07 Основы безопасности жизнедеятельности
для специальности 23.02.01 Организация перевозок и управление на транспорте (по видам).**

| Наименование разделов и тем | Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы обучающихся | Объем часов | Коды Л, М, П, ЛР результатов, формированию которых способствует элемент программы |
|---|---|-------------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Введение. | Содержание учебного материала | | |
| | 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. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО. | 1 | Л. 01, ЛР.10, М.04, М.05, М.08 П.01 |
| Раздел 1. | Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья. | 13 | |
| Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. | Содержание учебного материала | | |
| | Изучение общих понятии о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Факторы, способствующие укреплению здоровья. 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 | Л.01, Л.06, ЛР.10, М.01, М.03-05, М.10 П.01, П.09 |
| | Самостоятельная работа обучающихся. № 1 Подготовить конспекты по темам: Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Психологическая неуравновешенность и ее значение для здоровья. | 1 | Л.01, Л.06, ЛР.10, М.01, М.03-05, М.10 П.01, П.09 |

| | | | | |
|---|--|--|----------|---|
| Тема 1.2. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. | Содержание учебного материала | | 1 | Л.01, Л.05, ЛР.10, М.02-05, М.08, М.10, М.13 П.01, П.08, П.09 |
| | Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов. | | | |
| Тема 1.3. Вредные привычки и их профилактика. | Содержание учебного материала | | | Л.01, Л.06, ЛР.10, М.01-08, М.10 П.01, П.05, П.08 |
| | Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании. | | 1 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 2 Подготовить конспекты по темам: Табачный дым и его составные части. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики и их влияние на организм человека. Профилактика наркомании. | | 1 | |
| Тема 1.4. Правила и безопасность дорожного движения. | Содержание учебного материала | | | Л.01, Л.06, ЛР.10, М.01-10 П.01, П.05, П.08 П.09 |
| | Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. | | 1 | |
| Тема 1.5. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. | Содержание учебного материала | | | Л.01, Л.06, ЛР.10, М.02-05, М.08, М.10 П.02, П.09 |
| | 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 | |
| Тема 1.6. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. | Содержание учебного материала | | | Л.01, Л.02, ЛР.1, ЛР.16 М.01-05, М.08, М.10 П.02, П.08, П.09 |
| | 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». | | 1 | |

| | | | |
|---|---|----------|---|
| | Самостоятельная работа обучающихся № 3 Подготовить конспекты по темам: Репродуктивное здоровье и демографические процессы в России. Социальная роль женщины в современном обществе. Права несовершеннолетних детей Основные функции семьи. Основы семейного права в Ф. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка». | 1 | Л.01, Л.02, ЛР.1, ЛР.16 М.01-05, М.08, М.10 П.02, П.08, П.09 |
| Практические занятия | | | |
| | Практическое занятие № 1 Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, М.01, М.03-05, М.10 П.01, П.09 |
| | Практическое занятие № 2 Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, М.01-10 П.01, П.05, П.08 П.09 |
| Раздел 2. | Государственная система обеспечения безопасности населения. | | 15 |
| Тема 2.1. | Содержание учебного материала | | |
| Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. | Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для Саратовской области. 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.). | 1 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-03, П.05 П.07, П.09 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 4 Подготовить конспекты по темам: Виды катастроф, классификация чрезвычайных ситуаций, виды социальных чрезвычайных ситуаций | 1 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-03, П.05 П.07, П.09 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 5 | 1 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 |

| | | | |
|--|---|----------|--|
| | Подготовить конспекты по темам: Стихийные бедствия геологического, метеорологического, гидрологического характера. | | М.01-10 П.01-03, П.05 П.07, П.09 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 6 Подготовить конспекты по темам: Радиационная, химическая и биологическая безопасность. Изучить схемы эвакуации при объявлении чрезвычайных ситуаций в филиале. | 1 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-03, П.05 П.07, П.09 |
| Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. | Содержание учебного материала | | |
| | История ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Министерство по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации стихийных бедствий (МЧС России) Основные задачи МЧС России. Режимы действия РСЧС. 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. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение. | 1 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-02, П.07 П.08, П.09 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 7 Подготовить конспекты по темам Государственный центральный аэромобильный спасательный отряд, Закон Р.Ф. «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». | 1 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-02, П.07 П.08, П.09 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 8 Подготовить конспекты по темам: Первичные средства пожаротушения, Основные виды защитных сооружений. | 1 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-02, П.07 П.08, П.09 |

| | | | |
|---|--|----------|--|
| Тема 2.3. Современные средства поражения и их поражающие факторы. | Содержание учебного материала | | |
| | 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. | 1 | Л.01, Л.06, Л.Р10, ЛР.16 М.01-10 П.01-02, П.07 П.08, П.09 |
| Тема 2.4. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. | Содержание учебного материала | | |
| | 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. | 1 | Л.01, Л.05, Л.06, ЛР.10, ЛР.16, М.01-10 П.01-02, П.05 П.07 П.08, П.09 |
| Тема 2.5. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. | Содержание учебного материала | | |
| | Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий. | 1 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.07 П.08, П.09 |
| Тема 2.6. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. | Содержание учебного материала | | |
| | 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. | 1 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.07 П.08, П.09 |
| Практические занятия | | | |
| Практическое занятие № 3 Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. | | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 |

| | | | |
|--|--|----------|--|
| | | | П.01-03, П.05 П.07, П.09 |
| Практическое занятие № 4 Изучение первичных средств пожаротушения. | | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-03, П.05 П.07, П.09 |
| Раздел 3. | Основы обороны государства и воинская обязанность. | | 18 |
| Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России. | Содержание учебного материала | | |
| | 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. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы. | 1 | Л.01, Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.05, М.08, М.10, М.14 |
| Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. | Содержание учебного материала | | |
| | Виды и рода Вооруженных Сил Российской Федерации. Войска не входящие в виды вооруженных сил. Реформа Вооруженных Сил. | 1 | Л.01, Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.05, М.08, М.10, М.14 |
| Тема 3.3. Воинская обязанность. Обязательная подготовка граждан к военной службе. | Содержание учебного материала | | |
| | 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. Обязательная подготовка граждан к военной службе. | 1 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.03-05, М.08, М.10 П.10, П.11 |

| | | | |
|---|---|----------|---|
| | 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. | | |
| Тема 3.4. Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту. | Содержание учебного материала | | |
| | Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. 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. | 1 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.03, М.04, М.05, М.08, М.10 П.10, П.11 |
| Тема 3.5. Воинская дисциплина и ответственность. | Содержание учебного материала | | |
| | 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 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |

| | | | |
|---|---|----------|---|
| Тема 3.6. Как стать офицером Российской Армии. | Содержание учебного материала | | |
| | Военные образовательные учреждения профессионального образования, (академии, университеты, институты) Правила приема граждан и военнослужащих в военные образовательные учреждения профессионального образования. Учебные военные центры (военные кафедры) при федеральных государственных образовательных учреждениях высшего профессионального образования. | 1 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |
| Тема 3.7. Символы Воинской чести. | Содержание учебного материала | | |
| | Государственный герб, Государственный флаг, Государственный гимн, Боевое знамя. Военная форма одежды, ордена. | 1 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 9 Подготовить конспекты по темам Основная цель реформы армии. Функции и задачи современных Вооруженных сил Р.Ф. | 1 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 10 Подготовить конспекты по темам. Для чего предназначены Военно-воздушные силы. Космические войска и их задачи. | 1 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 11 Подготовить конспекты по темам: Обязанности и права призывников. Право на отсрочку. Права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина и ответственность. | 1 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 12 Подготовить конспекты по темам. Боевые традиции Вооруженных сил. Ритуалы вооруженных сил. Ритуал приведения к военной присяге. | 1 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 13 Подготовить конспекты по темам: История создания вооруженных сил; воинские звания и отличия; символы воинской чести. | 1 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |

| Практические занятия | | | |
|---|----------------------------------|--------------------------------------|--|
| Практическое занятие № 5 Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени. | | 2 | Л.01, Л.06, Л.Р10, ЛР.16 М.01-10 П.01-02, П.07 П.08, П.09 |
| Практическое занятие № 6 Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции. | | 2 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |
| Практическое занятие № 7 Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки. | | 2 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |
| Раздел 4. | Основы медицинских знаний | 13 | |
| Тема 4.1. | | Содержание учебного материала | |
| Понятие первой помощи. Понятие травм и их виды. | | 1 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| Самостоятельная работа обучающихся № 14 Подготовить конспекты по темам: Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. | | 4 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |

| Тема 4.2. | Содержание учебного материала | | |
|---|---|-----------|---|
| Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при ожогах. | 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. 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 | 1 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 15 Подготовить конспекты по темам: Правила первой помощи при ранениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Правила наложение жгута. | 1 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 16 Подготовить конспекты по темам: Последствия воздействия высоких температур на организм человека; Виды и степени ожогов, правило ладони. | 1 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 17 Основные причины возникновения инфекционных заболеваний. Ранние половые связи и их последствия для здоровья. | 1 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| Практические занятия | | | |
| | Практическое занятие №8 Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. | 2 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| | Практическое занятие №9 Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания. | 2 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| Итого | | 60 | |

**7. Содержание учебной дисциплины ОУД. 07 Основы безопасности жизнедеятельности
для специальностей 08.02.10 Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство,
23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог.**

| Наименование разделов и тем | Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы обучающихся | Объем часов | Коды Л, М, П, ЛР результатов, формированию которых способствует элемент программы |
|---|---|-------------|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Введение. | Содержание учебного материала | | |
| | 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. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО. | 2 | Л. 01, ЛР.10, М.04, М.05, М.08 П.01 |
| Раздел 1. | Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья. | 18 | |
| Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. | Содержание учебного материала | | |
| | Изучение общих понятии о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Факторы, способствующие укреплению здоровья. 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. | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, М.01, М.03-05, М.10 П.01, П.09 |
| | Самостоятельная работа обучающихся. № 1 Подготовить конспекты по темам: Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Психологическая неуравновешенность и ее значение для здоровья. | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, М.01, М.03-05, М.10 П.01, П.09 |
| Тема 1.2. | Содержание учебного материала | | |

| | | | |
|---|--|---|--|
| Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. | Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов. | 2 | Л.01, Л.05, ЛР.10, М.02-05, М.08, М.10, М.13 П.01, П.08, П.09 |
| Тема 1.3. Вредные привычки и их профилактика. | Содержание учебного материала | | |
| | Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании. | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, М.01-08, М.10 П.01, П.05, П.08 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 2 Подготовить конспекты по темам: Табачный дым и его составные части. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики и их влияние на организм человека. Профилактика наркомании. | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, М.01-08, М.10 П.01, П.05, П.08 |
| Тема 1.4. Правила и безопасность дорожного движения. | Содержание учебного материала | | |
| | Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, М.01-10 П.01, П.05, П.08 П.09 |
| Тема 1.5. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. | Содержание учебного материала | | |
| | 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. | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, М.02-05, М.08, М.10 П.02, П.09 |
| Тема 1.6. | Содержание учебного материала | | |

| | | | |
|---|---|---|--|
| Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. | 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». | 2 | Л.01, Л.02, ЛР.1, ЛР.16 М.01-05, М.08, М.10 П.02, П.08, П.09 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 3 Подготовить конспекты по темам: Репродуктивное здоровье и демографические процессы в России. Социальная роль женщины в современном обществе. Права несовершеннолетних детей Основные функции семьи. Основы семейного права в Ф. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка». | 2 | Л.01, Л.02, ЛР.1, ЛР.16 М.01-05, М.08, М.10 П.02, П.08, П.09 |
| Раздел 2. | Государственная система обеспечения безопасности населения. | | 23 |
| Тема 2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. | Содержание учебного материала | | |
| | Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для Саратовской области. 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 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-03, П.05 П.07, П.09 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 4 Подготовить конспекты по темам: Виды катастроф, классификация чрезвычайных ситуаций, виды социальных чрезвычайных ситуаций | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-03, П.05 П.07, П.09 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 5 Подготовить конспекты по темам: Стихийные бедствия геологического, метеорологического, гидрологического характера. | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-03, П.05 П.07, П.09 |

| | | | |
|---|--|---|--|
| | <p>Самостоятельная работа обучающихся № 6 Подготовить конспекты по темам: Радиационная, химическая и биологическая безопасность. Изучить схемы эвакуации при объявлении чрезвычайных ситуаций в филиале.</p> | 2 | <p>Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-03, П.05 П.07, П.09</p> |
| <p>Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны.</p> | Содержание учебного материала | | |
| | <p>История ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Министерство по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации стихийных бедствий (МЧС России) Основные задачи МЧС России. Режимы действия РСЧС. 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. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.</p> | 2 | <p>Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-02, П.07 П.08, П.09</p> |
| | <p>Самостоятельная работа обучающихся № 7 Подготовить конспекты по темам Государственный центральный аэромобильный спасательный отряд, Закон Р.Ф. «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».</p> | 2 | <p>Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-02, П.07 П.08, П.09</p> |
| | <p>Самостоятельная работа обучающихся № 8 Подготовить конспекты по темам: Первичные средства пожаротушения, Основные виды защитных сооружений.</p> | 3 | <p>Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-02, П.07 П.08, П.09</p> |

| | | | |
|---|--|-----------|--|
| Тема 2.3. Современные средства поражения и их поражающие факторы. | Содержание учебного материала | | |
| | 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 | Л.01, Л.06, Л.Р10, ЛР.16 М.01-10 П.01-02, П.07 П.08, П.09 |
| Тема 2.4. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. | Содержание учебного материала | | |
| | 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 | Л.01, Л.05, Л.06, ЛР.10, ЛР.16, М.01-10 П.01-02, П.05 П.07 П.08, П.09 |
| Тема 2.5. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. | Содержание учебного материала | | |
| | Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий. | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.07 П.08, П.09 |
| Тема 2.6. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. | Содержание учебного материала | | |
| | 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. | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.07 П.08, П.09 |
| Раздел 3. | Основы обороны государства и воинская обязанность. | 26 | |

| | | | |
|--|---|----------|--|
| Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России. | Содержание учебного материала | | |
| | 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. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы. | 2 | Л.01, Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.05, М.08, М.10, М.14 |
| Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. | Содержание учебного материала | | |
| | Виды и рода Вооруженных Сил Российской Федерации. Войска не входящие в виды вооруженных сил. Реформа Вооруженных Сил. | 2 | Л.01, Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.05, М.08, М.10, М.14 |
| Тема 3.3. Воинская обязанность. Обязательная подготовка граждан к военной службе. | Содержание учебного материала | | |
| | 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. 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. | 2 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.03-05, М.08, М.10 П.10, П.11 |

| | | | |
|---|---|----------|---|
| Тема 3.4. Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту. | Содержание учебного материала | | |
| | Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. 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. | 2 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.03, М.04, М.05, М.08, М.10 П.10, П.11 |
| Тема 3.5. Воинская дисциплина и ответственность. | Содержание учебного материала | | |
| | 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. | 2 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |
| Тема 3.6. Как стать офицером Российской Армии. | Содержание учебного материала | | |
| | Военные образовательные учреждения профессионального образования, (академии, университеты, институты) Правила приема граждан и военнослужащих в военные образовательные учреждения профессионального образования. Учебные военные центры (военные кафедры) при федеральных государственных образовательных учреждений высшего профессионального образования. | 2 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |
| Тема 3.7. Символы Воинской чести. | Содержание учебного материала | | |

| | | | |
|-------------------------------|--|-----------|---|
| | Государственный герб, Государственный флаг, Государственный гимн, Боевое знамя. Военная форма одежды, ордена. | 2 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 9 Подготовить конспекты по темам Основная цель реформы армии. Функции и задачи современных Вооруженных сил Р.Ф. | 2 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 10 Подготовить конспекты по темам. Для чего предназначены Военно-воздушные силы. Космические войска и их задачи. | 2 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 11 Подготовить конспекты по темам: Обязанности и права призывников. Право на отсрочку. Права и обязанности военнослужащих. Военная дисциплина и ответственность. | 2 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 12 Подготовить конспекты по темам. Боевые традиции Вооруженных сил. Ритуалы вооруженных сил. Ритуал приведения к военной присяге. | 2 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 13 Подготовить конспекты по темам: История создания вооруженных сил; воинские звания и отличия; символы воинской чести. | 4 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |
| Раздел 4. | Основы медицинских знаний | 48 | |
| Тема 4.1. | Содержание учебного материала | | |
| 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». | 2 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |

| | | | |
|---|---|----------|---|
| Тема 4.2. Понятие травм и их виды. | Содержание учебного материала | | |
| | 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. | 2 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 14 Подготовить конспекты по темам: Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. | 4 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| Тема 4.3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания | Содержание учебного материала | | |
| | Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза. | 2 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| Тема 4.4. Понятие и виды кровотечений. | Содержание учебного материала | | |
| | 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. | 2 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| | Самостоятельная работа обучающихся № 15 Подготовить конспекты по темам: Правила первой помощи при ранениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Правила наложение жгута. | 2 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| Тема 4.5. Первая помощь при ожогах. | Содержание учебного материала | | |
| | 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. | 2 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |

| | | | |
|--|---|----------|---|
| | Самостоятельная работа обучающихся № 16 Подготовить конспекты по темам: Последствия воздействия высоких температур на организм человека; Виды и степени ожогов, правило ладони. | 2 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| Тема 4.6. Первая помощь при воздействии низких температур | Содержание учебного материала | | |
| | Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений. | 2 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| Тема 4.7. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. | Содержание учебного материала | | |
| | Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. | 2 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| Тема 4.8. Первая помощь при отравлениях. | Содержание учебного материала | | |
| | Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление. | 2 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| Тема 4.9. Первая помощь при отсутствии сознания. | Содержание учебного материала | | |
| | 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. | 2 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| Тема 4.10. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. | Содержание учебного материала | | |
| | 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. | 2 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |

| | | | |
|--|--|----------|--|
| | Самостоятельная работа обучающихся № 17 Основные причины возникновения инфекционных заболеваний. Ранние половые связи и их последствия для здоровья. | 2 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| Практические занятия | | | |
| Практическое занятие № 1 Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. | | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, М.01, М.03-05, М.10 П.01, П.09 |
| Практическое занятие № 2 Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. | | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, М.01-10 П.01, П.05, П.08 П.09 |
| Практическое занятие № 3 Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. | | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-03, П.05 П.07, П.09 |
| Практическое занятие № 4 Изучение первичных средств пожаротушения. | | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-03, П.05 П.07, П.09 |
| Практическое занятие № 5 Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени. | | 2 | Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-02, П.07 П.08, П.09 |

| | | |
|--|------------|---|
| Практическое занятие № 6 Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции. | 2 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |
| Практическое занятие № 7 Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки. | 2 | Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05 П.10, П.11 |
| Практическое занятие №8 Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. | 2 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| Практическое занятие №9 Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания. | 2 | Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12 |
| Итого | 117 | |

**8. Тематика самостоятельной работы специальности
23.02.01 Организация перевозок и управление
на транспорте (по видам).**

| Наименование разделов и тем | Вид самостоятельной работы | Содержание самостоятельной работы |
|--|----------------------------|--|
| Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья. Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №1. Подготовить конспекты по темам: Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. |
| Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья. Тема 1.3. Вредные привычки и их профилактика. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №2. Подготовить конспекты по темам: Табачный дым и его составные части. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики и их влияние на организм человека. Профилактика наркомании. |
| Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья. Тема 1.5. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №3. Подготовить конспекты по темам: Репродуктивное здоровье и социально-демографические процессы в России. Социальная роль женщины в современном обществе. Права несовершеннолетних детей Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. |
| Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения. Тема 2.1. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера и их классификация. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №4. Подготовить конспекты по темам: Виды катастроф, классификация чрезвычайных ситуаций, виды социальных чрезвычайных ситуаций. |
| Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения. Тема 2.2. Чрезвычайные ситуации природного характера. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №5. Подготовить конспекты по темам: Стихийные бедствия геологического, метеорологического, гидрологического характера. |
| Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения. Тема 2.3. Чрезвычайные ситуации техногенного | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №6. Подготовить конспекты по темам: Радиационная, химическая и биологическая безопасность. Изучить схемы эвакуации при объявлении чрезвычайных ситуаций в филиале. |

| | | |
|---|----------------------|--|
| характера. | | |
| Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения. Тема 2.4. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №7. Подготовить конспекты по темам: Государственный центральный аэромобильный спасательный отряд, Закон Р.Ф. «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» |
| Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения. Тема 2.5. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №8. Подготовить конспекты по темам: Первичные средства пожаротушения, Основные виды защитных сооружений. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. |
| Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность. Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №9. Подготовить конспекты по темам: Основная цель реформы армии. Функции и задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации. |
| Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность. Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №10. Подготовить конспекты по темам: Для чего предназначены Военно-воздушные силы. Космические войска и их задачи. |
| Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность. Тема 3.3. Воинская обязанность. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №11. Подготовить конспекты по темам: Обязанности и права призывников. Право на отсрочку. Права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина и ответственность. |
| Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность. Тема 3.4. Как стать офицером Российской Армии. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №12. Подготовить конспекты по темам: Боевые традиции Вооруженных сил. Ритуалы вооруженных сил. Ритуал приведения к военной присяге |
| Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность. Тема 3.5. Символы Воинской чести. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №13. Подготовить конспекты по темам: Воинские звания. |

| | | |
|--|-----------------------------|---|
| <p>Раздел 4. Основы медицинских знаний. Тема 4.1. Понятие первой помощи. Понятие травм и их виды.</p> | <p>Подготовить конспект</p> | <p>Выполнить самостоятельную работу №14. Подготовить конспекты по темам: Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.</p> |
| <p>Раздел 4. Основы медицинских знаний. Тема 4.2. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при ожогах.</p> | <p>Подготовить конспект</p> | <p>Выполнить самостоятельную работу №15. Подготовить конспекты по темам: Первая помощь при капиллярном кровотечении и правила наложение жгутов.</p> |
| | <p>Подготовить конспект</p> | <p>Выполнить самостоятельную работу №16. Подготовить конспекты по темам: Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Виды и степени ожогов, правило ладони. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.</p> |
| | <p>Подготовить конспект</p> | <p>Выполнить самостоятельную работу №17. Подготовить конспекты по темам: Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные причины возникновения инфекционных заболеваний. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.</p> |

**8. Тематика самостоятельной работы специальностей
08.02.10 Строительство железных дорог, путь и путевое
хозяйство, 23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного
состава железных дорог.**

| Наименование разделов и тем | Вид самостоятельной работы | Содержание самостоятельной работы |
|--|----------------------------|--|
| Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья. Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №1. Подготовить конспекты по темам: Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. |
| Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья. Тема 1.3. Вредные привычки и их профилактика. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №2. Подготовить конспекты по темам: Табачный дым и его составные части. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики и их влияние на организм человека. Профилактика наркомании. |
| Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья. Тема 1.5. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №3. Подготовить конспекты по темам: Репродуктивное здоровье и социально-демографические процессы в России. Социальная роль женщины в современном обществе. Права несовершеннолетних детей Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. |
| Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения. Тема 2.1. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера и их классификация. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №4. Подготовить конспекты по темам: Виды катастроф, классификация чрезвычайных ситуаций, виды социальных чрезвычайных ситуаций. |
| Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения. Тема 2.2. Чрезвычайные ситуации природного характера. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №5. Подготовить конспекты по темам: Стихийные бедствия геологического, метеорологического, гидрологического характера. |
| Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения. Тема 2.3. Чрезвычайные ситуации техногенного | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №6. Подготовить конспекты по темам: Радиационная, химическая и биологическая безопасность. Изучить схемы эвакуации при объявлении чрезвычайных ситуаций в филиале. |

| | | |
|---|----------------------|--|
| характера. | | |
| Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения. Тема 2.4. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №7. Подготовить конспекты по темам: Государственный центральный аэромобильный спасательный отряд, Закон Р.Ф. «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» |
| Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения. Тема 2.5. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №8. Подготовить конспекты по темам: Первичные средства пожаротушения, Основные виды защитных сооружений. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. |
| Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность. Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №9. Подготовить конспекты по темам: Основная цель реформы армии. Функции и задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации. |
| Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность. Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №10. Подготовить конспекты по темам: Для чего предназначены Военно-воздушные силы. Космические войска и их задачи. |
| Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность. Тема 3.3. Воинская обязанность. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №11. Подготовить конспекты по темам: Обязанности и права призывников. Право на отсрочку. Права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина и ответственность. |
| Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность. Тема 3.4. Как стать офицером Российской Армии. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №12. Подготовить конспекты по темам: Боевые традиции Вооруженных сил. Ритуалы вооруженных сил. Ритуал приведения к военной присяге |
| Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность. Тема 3.5. Символы Воинской чести. | Подготовить конспект | Выполнить самостоятельную работу №13. Подготовить конспекты по темам: Воинские звания. |

| | | |
|---|-----------------------------|---|
| <p>Раздел 4. Основы медицинских знаний. Тема 4.1. Общие правила оказания первой помощи.</p> | <p>Подготовить конспект</p> | <p>Выполнить самостоятельную работу №14. Подготовить конспекты по темам: Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.</p> |
| <p>Раздел 4. Основы медицинских знаний. Тема 4.4. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях.</p> | <p>Подготовить конспект</p> | <p>Выполнить самостоятельную работу №15. Подготовить конспекты по темам: Первая помощь при капиллярном кровотечении и правила наложение жгутов.</p> |
| <p>Раздел 4. Основы медицинских знаний. Тема 4.5. Первая помощь при ожогах, обморожениях, при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, при отравлениях, отсутствия сознания, при отсутствии кровообращения (остановке сердца).</p> | <p>Подготовить конспект</p> | <p>Выполнить самостоятельную работу №16. Подготовить конспекты по темам: Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Виды и степени ожогов, правило ладони. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.</p> |
| <p>Раздел 4. Основы медицинских знаний. Тема 4.10. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.</p> | <p>Подготовить конспект</p> | <p>Выполнить самостоятельную работу №17. Подготовить конспекты по темам: Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные причины возникновения инфекционных заболеваний. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.</p> |

9. Условия реализации программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

Для реализации программы учебной дисциплины ОУД. 07 Основы безопасности жизнедеятельности предусмотрен кабинет № 20 «Безопасность жизнедеятельности и охрана труда», оснащенный оборудованием:

Общевойсковой противогаз

Респиратор Р-2

Ватно-марлевая повязка

Медицинская сумка в комплекте

Аптечка индивидуальная (АИ-2)

Бинты марлевые

Бинты эластичные

Жгуты кровоостанавливающие резиновые

Индивидуальные перевязочные пакеты

Косынки перевязочные

Ножницы для перевязочного материала прямые

Огнетушители пенные (учебные)

Огнетушители углекислотные (учебные)

техническими средствами обучения:

Анемометр ручной электромагнитный АРЭ-М

Войсковой прибор химической разведки (ВПХР)

Индикатор радиоактивности Радекс РД 1503

Барометр-анероид метеорологический БА ММ-1

Информационное обеспечение реализации программы

Нормативные правовые акты

1. О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера: Федеральный закон от 21.12.1994.г № 68-ФЗ. (с изменениями от 2 мая 2015 года)
2. Об обороне: Федеральный закон от 31.05.1996г. № 61 ФЗ (с изменениями и дополнениями от 1 мая 2016 г.)
3. О воинской обязанности и военной службе: Федеральный закон от 28.03.1998г.№53-ФЗ (ред. от 05.10.2015г.)
4. О статусе военнослужащих: Федеральный закон от 27.05.1998г. №76-ФЗ (ред. от 14.12.2015г.)
5. О гражданской обороне: Федеральный закон от 12.02.1998г. № 28 (ред. от 29.02.2015г.)
6. О пожарной безопасности: Федеральный закон от 21.12.1994г. № 69-ФЗ (с изменениями от 23 мая 2016г.)
7. О днях воинской славы и памятных датах России: Федеральный закон от 13. 03. 1995г. № 32-ФЗ. (ред. от 02.11.2013г.)
8. О противодействии терроризму: Федеральный закон от 06.03.2006 № 35 – ФЗ (с изменениями от 31 декабря 2014г.)

Основные печатные издания

1. Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ», 2019 - 396

Основные электронные издания

1. Москва : КноРус, 2018. - 290 с. - (СПО). - ISBN 978-5-406-06323-1. - Текст : электронный // Book.ru : электронно-библиотечная система. - URL: <https://www.book.ru/book/927027>. Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

Дополнительные источники

1. ОБЖ: учебник для студ. Учреждений сред. проф. образования/ Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко.-2-е изд., стер.-М.: Издательский центр «Академия» 2017.-368 с.

2. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник для общеобразоват. учреждений: базовый и профил. уровни / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». – 4-е изд., перераб. – М.: Просвещение, 2015. – 351 с.
3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учебник для общеобразоват. учреждений: базовый и профил. уровни / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». – 4-е изд., перераб. – М.: Просвещение, 2015. – 320 с.

Интернет-ресурсы

1. www.mchs.gov.ru — сайт МЧС РФ. (структура, нормативно правовая база, задачи, предназначение, хроника происшествий ЧС)
2. www.mvd.ru — сайт МВД РФ. (структура, предназначение, нормативно правовая база)
3. www.mil.ru — сайт Минобороны РФ. (структура, предназначение, нормативно правовая база)
4. www.fsb.ru — сайт ФСБ РФ. (структура, предназначение, нормативно правовая база)
5. www.pobediteli.ru - проект «Победители: Солдаты Великой войны
6. www.monino.ru - Музей Военно – Космических Сил
7. www.simvolika.rsl.ru – Государственные символы России. История и реальность
8. www.militera.lib.ru – Военная литература

10. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных занятий.

| Код и наименование Л, М, П, ЛР результатов обучения | Критерии оценки | Методы оценки |
|---|--|---|
| Перечень личностных результатов, осваиваемых в рамках дисциплины: | | |
| Л.01 развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз; | Отношение обучающихся к себе, к своему здоровью, к познанию себя, к России как к Родине (Отечеству), к закону, государству и к | Фронтальный опрос, практическое занятие, тестирование, оценка качества выступления и оформления доклада, сообщения и презентаций. |
| Л.02 быть готовым к служению Отечеству, его защите; | гражданскому обществу, отношений с | |
| Л.03 формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности; | окружающими людьми, к окружающему миру, живой природе, художественной | |
| Л.04 исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.); | культуре, к семье и родителям, в том числе подготовка к семейной | |
| Л.05 воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к | жизни, к труду, в сфере социально – экономических отношений, а также | |

| | | |
|--|--|--|
| <p>индивидуальной и общественной ценности;</p> <p>Л.06 освоение приемов действий в опасных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.</p> | <p>физического психологического, социального и академического благополучия.</p> | |
| <p>Перечень метапредметных результатов, осваиваемых в рамках дисциплины:</p> | | |
| <p>М.01 овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных чрезвычайных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;</p> <p>М.02 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;</p> | <p>Умение оценивать, выбирать, определять, искать пути решения в регулятивных, познавательных и коммуникативных действиях.</p> | <p>Фронтальный опрос, практическое занятие, тестирование, оценка качества выступления и оформления доклада, сообщения и презентаций.</p> |

М.03 формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

М.04 приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

М.05 развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

М.06 формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

| | | |
|--|--|--|
| <p>М.07 формирование умений предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;</p> <p>М.08 развитие умения применять полученные теоретические знания на практике; принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;</p> <p>М.09 формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;</p> <p>М.10 развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить</p> | | |
|--|--|--|

| | | |
|---|---|---|
| <p>компромиссное решение в различных ситуациях;</p> <p>М.11 освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;</p> <p>М 12 приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;</p> <p>М.13 формирование установки на здоровый образ жизни;</p> <p>М.14 развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки.</p> | | |
| Перечень предметных результатов, осваиваемых в рамках дисциплины: | | |
| <p>П.01 сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно</p> | <p>Функциональная грамотность в повседневной жизни и общее развитие. Компетентность в</p> | <p>Фронтальный опрос, практическое занятие, тестирование, оценка качества выступления и оформления доклада,</p> |

| | | |
|--|--------------------------------------|---------------------------------|
| <p>важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;</p> <p>П.02 знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;</p> <p>П.03 сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;</p> <p>П.04 сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;</p> <p>П.05 знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного,</p> | <p>профессиональной деятельности</p> | <p>сообщения и презентаций.</p> |
|--|--------------------------------------|---------------------------------|

техногенного и социального характера;

П.06 знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

П.07 знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

П.08 умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

П.09 умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

П.10 знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской

| | | |
|--|--|--|
| <p>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;</p> <p>П.11 знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</p> <p>П.12 владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.</p> | | |
|--|--|--|

Перечень личностных результатов осваиваемых в рамках дисциплины:

| | | |
|---|--|--|
| <p>ЛР1 Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.</p> | <p>Отношение обучающихся к себе, к России как к Родине</p> | <p>Фронтальный опрос, практическое занятие, тестирование, оценка</p> |
|---|--|--|

| | | |
|--|---|--|
| <p>ЛР 10 Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.</p> | <p>(Отечеству), к закону, государству и к гражданскому обществу, отношений с окружающими людьми, к окружающему миру, живой природе, художественной культуре, к семье и родителям, в том числе подготовка к семейной жизни, к труду, в сфере социально –</p> | <p>качества выступления и оформления доклада, сообщения и презентаций.</p> |
| <p>ЛР 16 Приобретение обучающимися социально значимых знаний о правилах ведения экологического образа жизни о нормах и традициях трудовой деятельности человека о нормах и традициях поведения человека в многонациональном, многокультурном обществе.</p> | <p>экономических отношений, а также физического психологического, социального и академического благополучия.</p> | |
| <p>ЛР 20 Ценностное отношение обучающихся к своему здоровью и здоровью окружающих, ЗОЖ и здоровье окружающей среде и т.д.</p> | <p>экономических отношений, а также физического психологического, социального и академического благополучия.</p> | |

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 разделов для студентов очной формы обучения базового уровня. 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.Ю. Кожакин преподаватель дисциплин ОБЖ, БЖ,
ГБПОУ СО "Ртищевский политехнический лицей"

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.

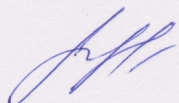
Рабочая программа предусматривает формирование у студентов умений и навыков, ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности.

Рабочая программа состоит из четырёх разделов для студентов очной формы обучения базового уровня.

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:



М. А. Мережникова, преподаватель высшей категории филиала СамГУПС в г. Ртищево.