

Министерство образования Ставропольского края  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Ставропольский региональный многопрофильный колледж»



**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор ГБПОУ СРМК  
Е.В. Бледных  
«01» июня 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОУП6.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

для специальностей технологического профиля  
(раздельное обучение - девушки)

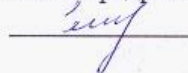
для специальности 29.02.04 «Конструирование, моделирование и технология  
швейных изделий»

Курс  
Группа

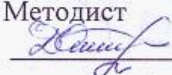
1  
МК-12

Ставрополь  
2022 г.

ОДОБРЕНО  
на заседании кафедры  
«Физвоспитания и ОБЖ»  
Протокол № 9 от 24.05.2022 г.  
Зав. кафедрой

 Е.В. Коляко

Составлена в соответствии с  
Федеральным государственным  
образовательным стандартом среднего  
общего образования

Согласовано  
Методист  
 О.С. Дибя

Рекомендована Экспертным советом государственного бюджетного  
профессионального образовательного учреждения «Ставропольский  
региональный многопрофильный колледж»

Заключение Экспертного совета №13 от 27.05.2022 г.

Разработчик: Калмыков М.М., преподаватель-организатор ОБЖ

<b>Содержание</b>	<b>стр.</b>
Пояснительная записка	4
Общая характеристика учебной дисциплины	5
ОУПБ.07 Основы безопасности жизнедеятельности	
Место учебной дисциплины в учебном плане	5
Результаты освоения учебной дисциплины	6-7
Тематический план и содержание учебной дисциплины	8-9
Содержание учебной дисциплины	10-15
Характеристика основных видов учебной деятельности студентов	16-17
Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебной дисциплины	18
Информационное обеспечение обучения	19-21

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа общеобразовательной учебной дисциплины **ОУПб.07 Основы безопасности жизнедеятельности** предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях СПО, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения программы подготовки специалистов среднего звена (далее ППСЗ) **технологического профиля** на базе основного общего образования.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины **ОУПб.07 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 Примерной основной образовательной программы среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16 –з)

Содержание программы **ОУПб.07 Основы безопасности жизнедеятельности** направлено на достижение следующих целей:

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

–снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;

–формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;

–обеспечение профилактики асоциального поведения обучающихся.

В рабочей программе учебной дисциплины **ОУПб.07 Основы безопасности жизнедеятельности** отражено содержание учебного материала, последовательность его изучения, распределение учебных часов, тематику рефератов (докладов), индивидуальных проектов, виды самостоятельных работ, учитывая специфику программ подготовки специалистов среднего звена осваиваемой специальности.

При реализации содержания общеобразовательной учебной дисциплины **ОУПб.07 Основы безопасности жизнедеятельности** в пределах освоения ППСЗ **технологического профиля** на базе основного общего образования с получением среднего общего образования максимальная учебная нагрузка обучающегося составляет – **60 часов**, в том числе:

–обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – **40 часов**;

-внеаудиторной самостоятельной работы обучающегося – **20 часов**.

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУПб.07 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 **ОУПб.07 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 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.

Действующее законодательство предусматривает обязательную подготовку по основам военной службы для лиц мужского пола, которая должна проводиться во всех профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ППССЗ на базе основного общего образования. В итоге у юношей формируется адекватное представление о военной службе, развиваются качества личности, необходимые для ее прохождения.

### **МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Учебная дисциплина **ОУПб.07 Основы безопасности жизнедеятельности** изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ППССЗ, реализуемого на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

Учебная дисциплина **ОУПб.07 Основы безопасности жизнедеятельности** в учебном плане входит в состав общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение содержания учебной дисциплины **ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности** обеспечивает достижение достижений следующих результатов.

### **1.Личностных:**

- *осознавать себя гражданином и защитником великой страны (ЛР 1);*
- *соблюдать и пропагандировать правила здорового образа жизни, спорта; предупреждать либо преодолевать зависимость от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохранять психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях (ЛР 9);*
- *заботится о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности ЛР 10);*
- *принимать семейные ценности, готовиться к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрировать неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания (ЛР 12);*
- развивать личностные, в том числе духовные и физические качества, обеспечивающие защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формировать потребности соблюдения нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- освоить приемы действий в опасных ЧС природного, техногенного и социального характера.

### **2.Метапредметных:**

- овладеть умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций.
- овладеть навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных ЧС, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности;
- приобретать опыт самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развивать умение выражать свои мысли и способность слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

–формировать умение взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации ЧС;

–формировать умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления;

–развивать умение применять полученные теоретические знания на практике;

–формировать умение анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения;

–развивать умение информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения;

–осваивать знания устройства и принципов действия бытовых приборов используемых в повседневной жизни;

–формировать установки на здоровый образ жизни;

–развивать необходимые физические качества для того, чтобы выдержать необходимые умственные и физические нагрузки.

### **3.Предметных:**

–сформировать представление о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

–получить знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

–сформировать представление о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

–сформировать представление о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

–освоить знания распространенных опасных и ЧС природного, техногенного и социального характера;

–освоить знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

–развивать знания основных мер защиты и правил поведения в условиях опасных и ЧС;

–развивать умения применять полученные знания в области безопасности на практике;

– 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.

## ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУП6.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### Тематический план

№ разделов и тем	Наименование раздела, темы	Объем часов			
		Макс. уч. нагрузка	В т.ч. в форме практической подготовки	Кол-во ауд. часов	Сам. работа
<b>Введение</b>		<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>		<b>13</b>	<b>-</b>	<b>8</b>	<b>5</b>
Тема 1.1.	Здоровье и здоровый образ жизни	4	-	2	2
Тема 1.2.	Вредные привычки и их профилактика	3	-	2	1
Тема 1.3.	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека	3	-	2	1
Тема 1.4.	Опасности современных молодежных хобби.	3	-	2	1
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>		<b>15</b>	<b>-</b>	<b>10</b>	<b>5</b>
Тема 2.1.	Общие понятия и классификация ЧС природного и техногенного характера	3	-	2	1
Тема 2.2.	ГО – составная часть обороноспособности страны Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС)	3	-	2	1
Тема 2.3.	Современные средства поражения и их поражающие факторы. Ядерное оружие. Химическое и бактериологическое оружие	3	-	2	1
Тема 2.4.	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени	3	-	2	1
Тема 2.5.	Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма РФ.	3	-	2	1
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>		<b>-</b>	<b>-</b>		<b>-</b>



Раздел 4. Основы медицинских знаний		30	-	20	10
Тема 4.1.	Понятие травм и их виды	3	-	2	1
Тема 4.2.	Понятие первой медицинской помощи	3	-	2	1
Тема 4.3.	Первая помощь при синдроме длительного сдавления	3	-	2	1
Тема 4.4.	Понятия и виды кровотечений	3		2	1
Тема 4.5.	Ожоги. Первая помощь при ожогах Первая помощь при воздействии низких температур	3	-	2	1
Тема 4.6.	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути	3	-	2	1
Тема 4.7.	Первая помощь при отравлениях	3	-	2	1
Тема 4.8.	Первая помощь при отсутствии сознания	3	-	2	1
Тема 4.9.	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика	4	-	2	2
	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	
	<b>ИТОГО</b>	<b>60</b>	<b>-</b>	<b>40</b>	<b>20</b>

# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Введение

### РАЗДЕЛ 1. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ

#### Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни

Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье.

Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Факторы, способствующие укреплению здоровья.

Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха.

Рациональное питание и его значение для здоровья. Закаливание и его влияние на здоровье. Значение двигательной активности на здоровье человека. Правила личной гигиены здоровье человека.

**Внеаудиторная самостоятельная работа № 1.** Проанализируйте влияние различных факторов на ваше здоровье и благополучие, разработайте для себя систему здорового образа жизни, которая наиболее полно будет отвечать вашим жизненным запросам и интересам.

Написание рефератов на тему «Здоровье и здоровый образ Жизни».

#### Тема 1.2. Вредные привычки и их профилактика

Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

Курение и его влияние на состояние здоровья Табачный дым и его состав.

Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему.

Пассивное курение и его влияние на здоровье

Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения.

Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.

**Внеаудиторная самостоятельная работа № 2.** Используя дополнительную литературу и Интернет подготовить сообщения о наркомании, алкоголизме, табакокурении.

#### Тема 1.3 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека

Репродуктивное здоровье. Репродуктивная система. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.

**Внеаудиторная самостоятельная работа № 3.** Подготовить сообщение на тему «Репродуктивное здоровье».

#### **Тема 1.4. Опасности современных молодежных хобби**

Модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби

**Внеаудиторная самостоятельная работа № 4.** Подготовить сообщение на тему «Современные хобби».

## **РАЗДЕЛ 2. ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ**

### **Тема 2.1. Общие понятия и классификация ЧС природного и техногенного характера**

Чрезвычайные ситуации природного характера:

- геофизические опасные явления (землетрясения, извержения вулканов);
- геологические опасные явления (оползни, сели, обвалы, осыпи, лавины, просадка);
- метеорологические и агрометеорологические (бури, ураганы, смерчи, торнадо, шквалы, вихри, крупный град, ливень, снегопад, гололед, сильный мороз, сильный туман, засуха, суховей);
- гидрологические морские опасные явления (тайфуны, цунами, шторм);
- гидрологические опасные явления (наводнения, половодье, заторы, нагоны);
- природные пожары (лесные, степные, торфяные, подземные).

Чрезвычайные ситуации техногенного характера:

- транспортные аварии или катастрофы (аварии товарных поездов, аварии поездов метрополитена, аварии речных и морских судов, авиакатастрофы, аварии на автодорогах);
- пожары, взрывы, угроза взрывов на коммунальных, промышленных объектах;
- аварии с выбросом или угрозой выброса химически опасных веществ;
- аварии с выбросом радиоактивных веществ;
- внезапное обрушение зданий;
- аварии на электроэнергетических системах;
- аварии на системах коммунального обеспечения.

**Внеаудиторная самостоятельная работа № 5.** Из сообщений СМИ выбрать ЧС. Кратко законспектировать основные сведения (где, когда, что случилось, по какой причине, при каких обстоятельствах, с какими последствиями). Проанализируйте каждую ситуацию.

Используя литературу, разработать алгоритм действий населения при землетрясении.

**. Тема 2.2. ГО – составная часть обороноспособности страны.  
Единая государственная система предупреждения  
и ликвидации ЧС (РСЧС)**

Основные понятия и определения ГО.

Структура и органы управления гражданской обороны.

Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций

Положение о гражданской обороне

История создания РСЧС.

Предназначение, задачи, решаемые для защиты населения от ЧС.

Силы и средства наблюдения и контроля РСЧС.

Права граждан РФ. Обязанности граждан РФ.

***Внеаудиторная самостоятельная работа № 6.*** 1.Опираясь на указанную в списке литературу, составить словарь понятий: «Служба ГО», «Силы ГО».

2.Составьте основные задачи, которые могут быть возложены на комиссию по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций и обеспечению пожарной безопасности объекта.

Написать реферат на тему «История создания РСЧС».

**Тема 2.3. Современные средства поражения и их поражающие факторы.  
Ядерное оружие. Химическое и Бактериологическое оружие.**

Истории создания ядерного оружия. Ядерное оружие, назначение и средства доставки. Виды ядерных взрывов (высотный, воздушный, наземный, подземный, надводный и подводный).

Поражающие факторы ядерного взрыва. Защита от ядерного оружия.

Химическое оружие. Отравляющие вещества. Способы защиты от отравляющих веществ. Бактериологическое оружие, назначение, боевые свойства и признаки применения противником. Современные обычные средства поражения:

- осколочные боеприпасы;
- кассетные боеприпасы;
- управляемые авиабомбы;
- бетонобойные бомбы;
- зажигательное оружие.

***Внеаудиторная самостоятельная работа № 7.*** Опираясь на указанную литературу, составьте словарь понятий: ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, электромагнитный импульс, радиоактивное заражение.

Написание рефератов

**Тема 2.4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени**

Защитные сооружения гражданской обороны. Цели и задачи.

Виды защитных сооружений. Убежища, назначение и задачи.

Противорадиационные укрытия. Правила поведения в защитных сооружениях.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 8. Проработка конспектов занятий, учебной литературы, периодических изданий.

Подготовить сообщение о защитных сооружениях в г. Ставрополе.

**Тема 2.5. Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма РФ.**

Основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшихся на территории военных действий.

**Внеаудиторная самостоятельная работа № 9.** Проработка конспектов занятий, учебной литературы, периодических изданий. Написать реферат на тему «Терроризм».

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

**РАЗДЕЛ 4. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ**

**Тема 4.1. Понятие травм и их виды**

Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях, при травмах различных областей тела, при сотрясениях и ушибах головного мозга, при переломах, при электротравмах.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 10. Подготовить реферат по теме «Первая медицинская помощь при ранениях». Проработка конспектов занятий, учебной литературы, периодических изданий.

**Тема 4.2. Понятие первой медицинской 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 РФ».

Внеаудиторная самостоятельная работа № 11. Подготовить сообщение на тему «Первая медицинская помощь». Проработка конспектов занятий, учебной литературы, периодических изданий.

### **Тема 4.3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания**

Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 12.

Написание реферата на тему «Первая помощь при синдроме длительного сдавливания».

### **Тема 4.4. Понятия 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

Основные признаки внутреннего кровотечения

Внеаудиторная самостоятельная работа № 13.

Написание реферата на тему «Виды кровотечений».

### **Тема 4.5. Ожоги. Первая помощь при ожогах**

Первая помощь при воздействии низких температур

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.

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

Внеаудиторная самостоятельная работа № 14. Подготовить сообщение на тему «Основные степени отморожений.»

### **Тема 4.6. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.**

Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 15. Подготовить сообщение на тему «Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.»

### **Тема 4.7. Первая помощь при отравлениях**

Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 16. Опираясь на указанную в списке литературу, подготовить доклад о Первой помощи при отравлениях

#### **Тема 4.8. 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.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 17. Подготовить сообщение на тему «Подготовить сообщение на данную тему»

#### **Тема 4.9 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.

Внеаудиторная самостоятельная работа № 18. Опираясь на указанную в списке литературу, подготовить доклад об инфекционных заболеваниях

#### **ТЕМАТИКА ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ:**

1. Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
2. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.
3. Терроризм как основная социальная опасность современности.
4. Основные способы искусственного дыхания
5. Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
6. Дни воинской славы России.

## ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

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



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

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение программы учебной дисциплины **ОУПб.07 Основы безопасности жизнедеятельности** организовано в учебном кабинете, в котором имеется возможность свободного доступа в Интернет во время учебного занятия и в период внеучебной деятельности обучающихся.

Кабинет оснащен мультимедийным оборудованием для просмотров визуальной информации по учебной дисциплине, презентаций, видеоматериалов, иных документов.

Помещение кабинета удовлетворяет требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2 №178-02) и оснащено типовым оборудованием.

В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы учебной дисциплины **ОУПб.07 Основы безопасности жизнедеятельности** входят:

- многофункциональный комплекс преподавателя;
- комплекты наглядных пособий по темам занятий;
- санитарные сумки, медицинские носилки;
- электронный тренажер по выработке навыков оказания первой медицинской помощи «Максим»;
- пневматические винтовки;
- комплект учебных видеофильмов;
- противогазы ГП-5У;
- общевоинские защитные комплекты;
- приборы ВПХР и ДП-5А;
- информационно-коммуникативные средства;
- комплект технической документации, в том числе паспорта на средства обучения, инструкции по их использованию и технике безопасности;
- библиотечный фонд.

В библиотечный фонд входят учебники, учебно-методические комплекты (УМК), обеспечивающие освоение учебной дисциплины **ОУПб.07 Основы безопасности жизнедеятельности**, рекомендованные или допущенные для использования в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ППСЗ на базе основного общего образования.

Библиотечный фонд дополнен энциклопедиями, справочниками, научной и научно-популярной литературой и др.

В процессе освоения программы учебной дисциплины **ОУПб.07 Основы безопасности жизнедеятельности** студенты имеют возможность доступа к электронным учебным материалам по основам безопасности жизнедеятельности, имеющимся в свободном доступе в сети Интернет (электронным книгам, практикумам, тестам).

## ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБУЧЕНИЯ ЛИТЕРАТУРА

### Основной источник

1. Обеспечение безопасности при чрезвычайных ситуациях: учебник / [В. А. Бондаренко, С. И. Евтушенко, В. А. Лепихова и др.]. – 2-е изд. – Москва: РИОР: ИНФРА-М, 2019. – 222, [1] с. – (Среднее профессиональное образование). –Текст: электронный // Znanium: электронно-библиотечная система: [сайт].-URL: <https://znanium.com/catalog/product/972438> (дата обращения: 19.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
2. Микрюков, В. Ю. Основы военной службы: строевая, огневая и тактическая подготовка, военная топография: учебник / В.Ю. Микрюков. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2021. — 384 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-00091-623-0. - Текст: электронный // Znanium: электронно-библиотечная система: [сайт].- URL: <https://znanium.com/catalog/product/1203931> (дата обращения: 09.03.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
3. Приешкина, А. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Обеспечение здорового образа жизни и основы медицинских знаний: учебное пособие для СПО / А. Н. Приешкина. — Саратов : Профобразование, 2020. — 92 с. — ISBN 978-5-4488-0740-4. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/92324.html> (дата обращения: 19.03.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

### Дополнительная литература

1. Обеспечение безопасности при чрезвычайных ситуациях: учебник / [В. А. Бондаренко, С. И. Евтушенко, В. А. Лепихова и др.]. – 2-е изд. – Москва: РИОР: ИНФРА-М, 2019. – 222, [1] с. – (Среднее профессиональное образование). –Текст: электронный // Znanium: электронно-библиотечная система: [сайт].-URL: <https://znanium.com/catalog/product/972438> (дата обращения: 19.02.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей.
2. Основы выживания в экстремальных условиях: учебное пособие для СПО / А. В. Шевчук, К. С. Фокин, Н. Н. Кизюн, А. С. Иванов; под ред. О. Ю. Шепелева. — 2-е изд. — Саратов, Екатеринбург: Профобразование, Уральский федеральный университет, 2019. — 125 с. — ISBN 978-5-4488-0519-6, ISBN 978-5-7996-2802-4. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная

система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/87837.html> (дата обращения: 01.03.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

### **Печатные издания**

1. Косолапова, Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко.-4-е изд.– М.: Академия, 2017.-368 с.-ISBN978-5-4468-5993-1.-Текст: непосредственный.

### **Журналы**

1. «Основы безопасности жизнедеятельности»: методический журнал МЧС России для преподавателей ОБЖ (БЖД) средних и высших учебных заведений /Издатель: ФГБУ «МЧС Медиа».- Ежемесячный.- Издается с 1999 года. -URL: <http://obj.mchsmedia.ru/>(дата обращения: 19.02.2021).- Текст: электронный.