

РОСЖЕЛДОР  
Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Ростовский государственный университет путей сообщения»  
(ФГБОУ ВО РГУПС)  
Филиал РГУПС в г. Воронеж

УТВЕРЖДАЮ:  
Заместитель директор по УПР  
филиала РГУПС в г. Воронеж  
\_\_\_\_\_ П.И. Гуленко  
(подпись, Ф.И.О.)  
« 30 » 05.2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ООД.08 Основы безопасности жизнедеятельности**

базовая подготовка

*Специальность:* 23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных  
дорог

*Профиль:* технический

*Квалификация выпускника:* техник

*Форма обучения:* очная

Воронеж 2023 год

Автор составитель преподаватель высшей категории Третьяк Н.А.

(уч. звание, должность, Ф.И.О)

предлагает настоящую рабочую программу дисциплины

**ООД.08 Основы безопасности жизнедеятельности**

(код по учебному плану и название дисциплины)

в качестве материала для реализации основной образовательной программы среднего общего образования, в пределах освоения образовательной программы среднего профессионального образования - программы подготовки специалистов среднего звена и осуществления учебно-воспитательного процесса филиала РГУПС в г. Воронеж по федеральному государственному образовательному стандарту среднего общего образования, утвержденному приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 г. № 413

Учебный план по основной образовательной программе – программе подготовки специалистов среднего звена утвержден директором филиала РГУПС в г. Воронеж от \_\_30.05.2023 г. \_\_\_\_\_

Рабочая программа дисциплины рассмотрена на заседании цикловой комиссии физического воспитания и основ военной службы

Протокол № 05 от 30.05.2023 г.

Председатель цикловой комиссии \_\_\_\_\_ Третьяк Н.А.

(подпись)

(Ф.И.О.)

Рецензент рабочей программы: руководитель физического воспитания Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения Воронежской области Воронежский государственный промышленно-гуманитарный колледж Е.П. Рыбачёв

## ***СОДЕРЖАНИЕ***

<b>1</b>	<b>ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>10</b>
<b>3</b>	<b>УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>24</b>
<b>4</b>	<b>КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>27</b>

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ООД.08 Основы безопасности жизнедеятельности»

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «ООД.08 Основы безопасности жизнедеятельности» является обязательной частью блока общеобразовательных дисциплин ОПОП-П в соответствии с ФГОС СПО по специальности 23.02.06. Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог (вагоны).

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих компетенций: ОК 04; ОК 06; ОК 07; ОК 08.

В профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП-П СПО на базе основного общего образования, учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП-П СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС, ППССЗ).

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

Дисциплина ООД.08 Основы безопасности жизнедеятельности, относится к общеобразовательной подготовке и входит в состав базовых дисциплин филиала РГУПС в г. Воронеже, реализующего программу подготовки специалистов среднего звена.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Освоение дисциплины ООД.08 Основы безопасности жизнедеятельности обеспечивает достижение следующих результатов:

### • **личностных:**

Личностные результаты освоения основной образовательной программы обучающимися должны отражать готовность и способность обучающихся руководствоваться сформированной внутренней позицией личности, системой ценностных ориентаций, позитивных внутренних убеждений, соответствующих традиционным ценностям российского общества, расширение жизненного опыта и опыта деятельности в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности, в том числе в части:

гражданского воспитания:

- сформированность гражданской позиции обучающегося как активного и ответственного члена российского общества;
- осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка;
- принятие традиционных национальных, общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей;
- готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;
- готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в общеобразовательной организации и детско-юношеских организациях;
- умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением;
- готовность к гуманитарной и волонтерской деятельности;

патриотического воспитания:

- сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык

и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России;

- ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях и труде;

- идейная убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу;

духовно-нравственного воспитания:

- осознание духовных ценностей российского народа;

- сформированность нравственного сознания, этического поведения;

- способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности;

- осознание личного вклада в построение устойчивого будущего;

- ответственное отношение к своим родителям и (или) другим членам семьи, созданию семьи

- на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни в соответствии с традициями народов России;

эстетического воспитания:

- эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, труда и общественных отношений;

- способность воспринимать различные виды искусства, традиции и творчество своего и других народов, ощущать эмоциональное воздействие искусства;

- убежденность в значимости для личности и общества отечественного и мирового искусства, этнических культурных традиций и народного творчества;

- готовность к самовыражению в разных видах искусства, стремление проявлять качества творческой личности;

физического воспитания:

- сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;

- потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

- активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;

трудового воспитания:

- готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие;

- готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;

- интерес к различным сферам профессиональной деятельности, умение совершать осознанный выбор будущей профессии и реализовывать собственные жизненные планы;

- готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни;

экологического воспитания:

- сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознание глобального характера экологических проблем;

- планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества;

- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;

- умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их;

- расширение опыта деятельности экологической направленности;

ценности научного познания:

- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, способствующего осознанию своего места в поликультурном мире;

- совершенствование языковой и читательской культуры как средства взаимодействия между людьми и познания мира;
- осознание ценности научной деятельности, готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе.

**• метапредметных:**

1. Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

а) базовые логические действия:

- самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне;
- устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения;
- определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;
- выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях;
- вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;
- развивать креативное мышление при решении жизненных проблем;

б) базовые исследовательские действия:

- владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем;
- способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- овладение видами деятельности по получению нового знания, его интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных ситуациях, в том числе при создании учебных и социальных проектов;
- формирование научного типа мышления, владение научной терминологией, ключевыми понятиями и методами;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;
- анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях;
- давать оценку новым ситуациям, оценивать приобретенный опыт;
- разрабатывать план решения проблемы с учетом анализа имеющихся материальных и нематериальных ресурсов;
- осуществлять целенаправленный поиск переноса средств и способов действия в профессиональную среду;
- уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;
- уметь интегрировать знания из разных предметных областей;
- выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения;
- ставить проблемы и задачи, допускающие альтернативные решения;

в) работа с информацией:

- владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления;
- создавать тексты в различных форматах с учетом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации;
- оценивать достоверность, легитимность информации, ее соответствие правовым и морально-этическим нормам;
- использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований

эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

- владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности.

2. Овладение универсальными коммуникативными действиями:

а) общение:

- осуществлять коммуникации во всех сферах жизни;

- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты;

- владеть различными способами общения и взаимодействия;

- аргументированно вести диалог, уметь смягчать конфликтные ситуации;

- развернуто и логично излагать свою точку зрения с использованием языковых средств;

б) совместная деятельность:

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;

- выбирать тематику и методы совместных действий с учетом общих интересов и возможностей каждого члена коллектива;

- принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы;

- оценивать качество своего вклада и каждого участника команды в общий результат по разработанным критериям;

- предлагать новые проекты, оценивать идеи с позиции новизны, оригинальности, практической значимости;

- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;

-осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным.

3. Овладение универсальными регулятивными действиями:

а) самоорганизация:

- самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

- самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;

- давать оценку новым ситуациям;

- расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений;

- делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;

- оценивать приобретенный опыт;

- способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень;

б) самоконтроль:

- давать оценку новым ситуациям, вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям;

- владеть навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований;

- использовать приемы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения;

- уметь оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению;

в) эмоциональный интеллект, предполагающий сформированность:

- самосознания, включающего способность понимать свое эмоциональное состояние, видеть направления развития собственной эмоциональной сферы, быть уверенным в себе;

- саморегулирования, включающего самоконтроль, умение принимать ответственность за свое поведение, способность адаптироваться к эмоциональным изменениям и проявлять гибкость, быть открытым новому;

- внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать, исходя из своих возможностей;
- эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других, учитывать его при осуществлении коммуникации, способность к сочувствию и сопереживанию;
- социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и разрешать конфликты;

г) принятие себя и других людей:

- принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства;
- принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности;
- признавать свое право и право других людей на ошибки;
- развивать способность понимать мир с позиции другого человека.

**• предметных:**

1) сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;

2) сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;

3) сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте. Знание правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике, знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;

4) знания о способах безопасного поведения в природной среде; умение применять их на практике; знать порядок действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;

5) владение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знание мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера;

6) знание основ безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;

7) сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; знания о способах безопасного поведения в цифровой среде; умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;

8) знание основ пожарной безопасности; умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знать права и обязанности граждан в



области пожарной безопасности;

9) сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знать роль государства в противодействии терроризму; уметь различать приемы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знать порядок действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знать порядок действий при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции;

10) сформированность представлений о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знание основ обороны государства и воинской службы; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны;

11) знание основ государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области;

12) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности.

Рабочая программа даёт распределение учебных часов по темам дисциплины, конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта, определяет набор практической и самостоятельной работы, выполняемой обучающимися.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Код умений	Умения	Код знаний	Знания
<b>ОК 04</b>			Зо 04.01	психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности
<b>ОК 06</b>	Уо 06.01	описывать значимость своей <i>профессии (специальности)</i>	Зо 06.01	сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей
			Зо.06.02	значимость профессиональной деятельности по <i>профессии (специальности)</i>
			Зо. 06.03	стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения
<b>ОК 07</b>	Уо 07.01	соблюдать нормы экологической безопасности	Зо 07.01	правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности

	Уо 07.03	организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона	Зо 07.02	основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности
			Зо.07.03	пути обеспечения ресурсосбережения
			Зо.07.05	основные направления изменения климатических условий региона
<b>ОК 08</b>	Уо 08.01	использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей	Зо 08.01	правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности
	Уо 08.02	применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности	Зо 08.02	основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности
			Зо.08.03	условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для <i>профессии (специальности)</i>
			Зо.08.04	средства профилактики перенапряжения

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем в часах
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	68
<b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>	6
в т. ч.:	
теоретическое обучение	62
лабораторные работы <i>(если предусмотрено)</i>	-
практические занятия <i>(если предусмотрено)</i>	6
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено для специальностей)</i>	-
<i>Самостоятельная работа</i>	-
<b>Промежуточная аттестация</b>	-

## **СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ООД.08 Основы безопасности жизнедеятельности**

#### **1.1. Общие понятия о здоровье. Факторы, способствующие укреплению здоровья**

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

Здоровый образ жизни — индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств. Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья — социальная потребность общества.

#### **Практическая работа «Способы оценки состояния своего физического здоровья».**

#### **1.2. Понятие о вредных привычках (алкоголизм и курение). Их социальная угроза и опасность в современном обществе**

Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика и их социальные последствия.

Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную, сердечно - сосудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

#### **1.3. Наркомания и токсикомания. Профилактика наркомании**

Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту.

#### **1.4. Человеческое здоровье и здоровый образ жизни. Культура питания**

Питание – основные понятия, роль в жизни человека. Сбалансированное питание, раздельное питание, видовое питание, основные определения и подходы. Понятие о вегетарианском, диетическом, лечебном питании.

Основные понятия о биологических ритмах организма. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности. Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия.

Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей природной среды для закаливания. Необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закаливающих процедур.

#### **1.5. Вопросы сохранения и укрепления здоровья. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.**

Основные понятия инфекционных заболеваний. Влияние инфекционных заболеваний на жизнедеятельности человека.

### **1.6. Источники и пути передачи возбудителей инфекционных болезней, оказание первой помощи больным.**

Понятие инфекционные болезни. Источники возбудителя инфекций. Пути передачи инфекций и профилактика.

### **1.7. Правила личной гигиены. Нравственность и здоровье. Семья в современном обществе.**

Основы здорового образа жизни. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Психологическое состояние человека.

### **1.8. Правовые аспекты взаимоотношения полов. Основы семейного права РФ.**

Семья в современном обществе. Семейный кодекс РФ. Понятия: «гражданский брак», «сожитительство». Основные демографические программы современной России.

**Профессионально ориентированное содержание** Социально опасные болезни (ВИЧ – инфекция и СПИД).

Основные понятия темы, пути заражения ВИЧ-инфекцией, суть влияния ВИЧ-инфекции на организм человека, методы анализа крови на ВИЧ-инфекцию, правила действий ВИЧ-инфицированного человека, о профилактике ВИЧ-инфекции.

Основные правила профилактики ВИЧ-инфекции необходимые для собственного здоровьесбережения.

### **2.1 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)**

РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Права и обязанности граждан в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

**Практическое занятие №2 «Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера».**

#### **2.2 Гражданская оборона. Современные средства поражения.**

Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий.

Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной.

#### **2.3 Организация инженерной защиты населения. Защитные сооружения гражданской обороны. АСДНР.**

Защитные сооружения ГО, их предназначение, виды сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.

#### **2.4 Организация ГО в общеобразовательном учреждении. Деятельность государственных организаций по защите населения и территорий от ЧС.**

Организация ГО на промышленном объекте, задачи в мирное и военное время. Планы ГО, мероприятия по защите населения.

#### **2.5 Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время.**

Техногенные аварии. Социальные и антропогенные факторы техногенных аварий. Глобальная инфантилизация, низкий профессионализм персонала как фактор ЧС разного происхождения

## **2.6 Современные средства поражения и их поражающие факторы.**

Правила поведения в условиях применения современных средств поражения. Отработка поведения при таких ситуациях. Умение организовать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий современных средств поражения. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии: ЧС или катастрофа.

## **2.7 Правила безопасного поведения при угрозе террористических актов.**

Понятие криминогенной ситуации. Правила поведения при нахождении в такой ситуации и правила выхода из неё. Изучение форм поведения провоцирующие такие ситуации.

## **2.8 Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера.**

Понятие криминогенной ситуации. Правила поведения при нахождении в такой ситуации и правила выхода из неё. Изучение форм поведения провоцирующие такие ситуации.

## **2.9 Правила и безопасность дорожного движения. Безопасное пользование всеми средствами передвижения.**

Правила содержания и эксплуатации техники. Техника безопасности. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешехода, велосипедиста, пассажира и водителя транспортного средства при организации дорожного движения. Отработка моделей поведения при ЧС на транспорте, на производстве, в цеху, при транспортировке и настройке инфокоммуникационных сетей. Средства и методы самообороны. Отработка навыков самообороны при нападении в подъезде, в лифте, в замкнутом пространстве, на улице.

**Профессионально ориентированное содержание** Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.

МЧС России. Федеральные органы управления в области защиты населения от ЧС. Задачи МЧС. Полиция Российской Федерации. Система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Другие государственные службы в области безопасности.

Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.

Правила поведения в общественном транспорте. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта.

Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

## **3.1 Организационная структура Вооруженных Сил РФ.**

Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-Воздушные Силы: история создания, предназначение, структура. Военно-Морской Флот, история создание, предназначение, структура.

## **3.2 Военская 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 учет. Обязательная подготовка граждан к воинской службе.

Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к воинской службе. Призыв на военную службу. Обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих. Распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Виды ответственности установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).

### **3.3 Военнослужащий – защитник своего Отечества.**

Высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества, любовь к Родине. Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий – подчиненный. Строгое соблюдение, выполнение требований Конституции и законов Российской Федерации, выполнение требования воинских уставов, приказов командиров и начальников. Единоначалие. Основной принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Воинская дисциплина. Сущность и значение дисциплины. 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, самовольная отлучка и оставление части. Как стать офицером Российской армии? Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.

### **Практическое занятие №3 «Маленькие герои большой войны».**

#### **3.4 Боевые традиции Вооруженных Сил РФ.**

Патриотизм и верность воинскому долгу. Основные качества защитника Отечества. Воинский долг. Обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России – дни славных побед. События и памятные даты в истории Отечества.

Основные формы увековечения памяти российских воинов. Отличившиеся в сражениях, связанных с днями воинской славы России Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.

Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.

Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота. Символы воинской чести.

Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена. Почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Ритуалы

Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

**Профессионально ориентированное содержание** Соблюдение норм международного гуманитарного права.

Рассмотреть определения: «гуманитарное право», «война», «мир», «мировые организации» и их роль в современном мире.

#### **4.1 Физиологические критерии здоровья. Общие представления об организме. Основы анатомии и физиологии человека.**

Организм как единое целое. Общие представления о системах органов и основные повреждения, которые могут произойти при ЧС.

#### **4.2 Комплекс сердечно-лёгочной реанимации. Её применение и критерии эффективности. Понятие «неотложного состояния».**

Перикардальный удар.

Непрямой массаж сердца, искусственная вентиляция лёгких.

Понятие об экстренной и специфической помощи.

#### **4.3 ПМП при закрытых и открытых повреждениях, ранах, переломах, вывихов и ушибах. Принципы, методы реанимации.**

Определения повреждения, раны, переломы, вывихи, ушибы.

Основные правила и ошибки при оказании первой доврачебной помощи.

#### **4.4 Решение ситуационных задач по проведению ПМП.**

Закрепление знаний по оказанию первой доврачебной помощи с помощью решения ситуационных задач.

#### **4.5 Десмургия. Общая классификация повязок.**

Основные понятие десмургии. Виды повязок и травмы при которых они накладываются.

#### **4.6 Основные правила наложения повязок.**

Отработка методов наложения повязок при различных повреждениях.

**Профессионально ориентированное содержание Средства и способы транспортировки пострадавших.**

Важность правильной транспортировки пострадавших.

Способы транспортировки в зависимости от вида и характера травмы.

Основные положения пострадавших при транспортировке.

Основные ошибки спасателей при транспортировке.



Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы	Код Н/У/З
1	2	3	4	5
<b>Раздел 1. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ</b>				
<p><b>Тема 1.1</b> Общие понятия о здоровье. Факторы, способствующие укреплению здоровья</p>	<p><b>Содержание</b> Здоровый образ жизни — индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств. Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья — социальная потребность общества</p>	2	ОК 08	Зо 08.02 Зо 08.03
	<p>Практическое занятие №1 «Способы оценки состояния своего физического здоровья»</p>	2	ОК 08	Уо 08.01 Уо 08.02
<p><b>Тема 1.2</b> Понятие о вредных привычках (алкоголизм и курение). Их социальная угроза и опасность в современном обществе</p>	<p><b>Содержание</b> Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика и их социальные последствия. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на</p>	2	ОК 08	Зо 08.02 Зо 08.03

	состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную, сердечно-сосудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье.			
<b>Тема 1.3</b> Наркомания и токсикомания. Профилактика наркомании	<b>Содержание</b> Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту	2	ОК 08	Зо 08.02 Зо 08.03
<b>Тема 1.4</b> Человеческое здоровье и здоровый образ жизни. Культура питания	<b>Содержание</b> Питание – основные понятия, роль в жизни человека. Сбалансированное питание, раздельное питание, видовое питание, основные определения и подходы. Понятие о вегетарианском, диетическом, лечебном питании. Основные понятия о биологических ритмах организма. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности. Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия. Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей природной среды для закаливания. Необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закаливающих процедур	2	ОК 08	Зо 08.01 Зо 08.02 Зо 08.03 Зо 08.04
<b>Тема 1.5</b> Вопросы сохранения и укрепления здоровья. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	<b>Содержание</b> Основные понятия инфекционных заболеваний. Влияние инфекционных заболеваний на жизнедеятельности человека	2	ОК 08	Зо 08.01 Зо 08.02 Зо 08.03 Зо 08.04
<b>Тема 1.6</b> Источники и пути передачи возбудителей	<b>Содержание</b> Понятие инфекционные болезни. Источники возбудителя инфекций. Пути передачи инфекций и профилактика	2	ОК 08	Зо 08.01 Зо 08.02 Зо 08.03 Зо 08.04

инфекционных болезней, оказание первой помощи больным				
<b>Тема 1.7</b> Правила личной гигиены. Нравственность и здоровье. Семья в современном обществе	<b>Содержание</b> Основы здорового образа жизни. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Психологическое состояние человека	2	ОК 08	Зо 08.01 Зо 08.02 Зо 08.03 Зо 08.04
<b>Тема 1.8</b> Правовые аспекты взаимоотношения полов. Основы семейного права РФ	<b>Содержание</b> Семья в современном обществе. Семейный кодекс РФ. Понятия: «гражданский брак», «сожитительство». Основные демографические программы современной России	2	ОК 04	Зо 04.01
<b>Профессионально ориентированное содержание</b> Социально опасные болезни (ВИЧ – инфекция и СПИД)	<b>Содержание</b> Основные понятия темы, пути заражения ВИЧ-инфекцией, суть влияния ВИЧ-инфекции на организм человека, методы анализа крови на ВИЧ-инфекцию, правила действий ВИЧ-инфицированного человека, о профилактике ВИЧ-инфекции. Основные правила профилактики ВИЧ-инфекции необходимые для собственного здоровьесбережения	2	ОК 08	Зо 08.01 Зо 08.02 Зо 08.03 Зо 08.04
<b>Раздел 2. ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ</b>				
<b>Тема 2.1</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	<b>Содержание</b> РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Права и обязанности граждан в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций	2	ОК 07	Зо 07.01 Зо 07.02 Зо 07.05
	Практическое занятие №2 «Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера»	2	ОК 07	Уо 07.01 Уо 07.03
<b>Тема 2.2</b> Гражданская оборона. Современные средства поражения	<b>Содержание</b> Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной	2	ОК 07	Зо 07.01 Зо 07.02 Зо 07.05
<b>Тема 2.3</b> Организация инженерной защиты населения. Защитные	<b>Содержание</b> Защитные сооружения ГО, их предназначение, виды сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях	2	ОК 07	Зо 07.01 Зо 07.02 Зо 07.05

сооружения гражданской обороны. АСДНР.				
<b>Тема 2.4</b> Организация ГО в общеобразовательном учреждении. Деятельность государственных организаций по защите населения и территорий от ЧС.	<b>Содержание</b> Организация ГО на промышленном объекте, задачи в мирное и военное время. Планы ГО, мероприятия по защите населения.	2	ОК 07	3о 07.01 3о 07.02 3о 07.05
<b>Тема 2.5</b> Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время.	<b>Содержание</b> Техногенные аварии. Социальные и антропогенные факторы техногенных аварий. Глобальная инфантилизация, низкий профессионализм персонала как фактор ЧС разного происхождения	2	ОК 07	3о 07.01 3о 07.02 3о 07.05
<b>Тема 2.6</b> Современные средства поражения и их поражающие факторы.	<b>Содержание</b> Правила поведения в условиях в условиях применения современных средств поражения. Отработка поведения при таких ситуациях. Умение организовать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий современных средств поражения. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии: ЧС или катастрофа.	2	ОК 07	3о 07.01 3о 07.02 3о 07.05
<b>Тема 2.7</b> Правила безопасного поведения при угрозе террористических актов.	<b>Содержание</b> Действия в качестве заложника. Действия при обнаружении взрывных веществ. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.	2	ОК 07	3о 07.01 3о 07.02 3о 07.05
<b>Тема 2.8</b> Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера.	<b>Содержание</b> Понятие криминогенной ситуации. Правила поведения при нахождении в такой ситуации и правила выхода из неё. Изучение форм поведения провоцирующие такие ситуации.	2	ОК 07	3о 07.01 3о 07.02 3о 07.05
<b>Тема 2.9</b> Правила и безопасность дорожного движения. Безопасное пользование всеми	<b>Содержание</b> Правила содержания и эксплуатации техники. Техника безопасности. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешехода, велосипедиста, пассажира и водителя транспортного средства при организации		ОК 07	3о 07.01 3о 07.02 3о 07.05

средствами передвижения.	дорожного движения. Отработка моделей поведения при ЧС на транспорте, на производстве, в цеху, при транспортировке и настройке инфокоммуникационных сетей. Средства и методы самообороны. Отработка навыков самообороны при нападении в подъезде, в лифте, в замкнутом пространстве, на улице.			
<b>Профессионально ориентированное содержание</b> Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	<b>Содержание</b> МЧС России. Федеральные органы управления в области защиты населения от ЧС. Задачи МЧС. Полиция Российской Федерации. Система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Другие государственные службы в области безопасности. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним. Правила поведения в общественном транспорте. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта. Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.	2	ОК 06	Зо 06.01 Зо 06.03
<b>Раздел 3. ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА И ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ.</b>				
<b>Тема 3.1</b> Организационная структура Вооруженных Сил РФ.	<b>Содержание</b> Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-Воздушные Силы: история создания, предназначение, структура. Военно-Морской Флот, история создание, предназначение, структура.	2	ОК 06	Зо 06.01 Зо 06.02
<b>Тема 3.2</b> Воинская обязанность.	<b>Содержание</b> 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 учет. Обязательная подготовка граждан к воинской службе. Основное содержание	2	ОК 06	Зо 06.01 Зо 06.02

	<p>обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к воинской службе. Призыв на военную службу. Обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих. Распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Виды ответственности установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).</p>			
<p><b>Тема 3.3</b> Военнослужащий – защитник своего Отечества.</p>	<p><b>Содержание</b> Высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества, любовь к Родине. Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий – подчиненный. Строгое соблюдение, выполнение требований Конституции и законов Российской Федерации, выполнение требования воинских уставов, приказов командиров и начальников. Единоначалие. Основной принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Воинская дисциплина. Сущность и значение дисциплины. 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, самовольная отлучка и оставление части. Как стать офицером Российской армии? Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения</p>	2	ОК 06	Зо 06.01 Зо 06.02

	профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.			
	Практическое занятие №3 «Маленькие герои большой войны».	2	ОК 06	Уо 06.01
<b>Тема 3.4</b> Боевые традиции Вооруженных Сил РФ.	<b>Содержание</b> Патриотизм и верность воинскому долгу. Основные качества защитника Отечества. Воинский долг. Обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России – дни славных побед. События и памятные даты в истории Отечества. Основные формы увековечения памяти российских воинов. Отличившиеся в сражениях, связанных с днями воинской славы России Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота. Символы воинской чести. Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена. Почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку	2	ОК 06	Зо 06.01 Зо 06.02
<b>Профессионально ориентированное содержание</b> Соблюдение норм международного гуманитарного права.	<b>Содержание</b> Рассмотреть определения: «гуманитарное право», «война», «мир», «мировые организации» и их роль в современном мире.	2	ОК 06	Зо 06.01 Зо 06.03
<b>Раздел 4. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ.</b>				
<b>Тема 4.1</b>	<b>Содержание</b> Организм как единое целое. Общие представления	2	ОК 08	Зо 08.01 Зо 08.03

Физиологические критерии здоровья. Общие представления об организме. Основы анатомии и физиологии человека.	о системах органов и основные повреждения, которые могут произойти при ЧС.			3о 08.04
<b>Тема 4.2</b> Комплекс сердечно-лёгочной реанимации. Её применение и критерии эффективности. Понятие «неотложного состояния».	<b>Содержание</b> Перикардальный удар. Непрямой массаж сердца, искусственная вентиляция лёгких. Понятие об экстренной и специфической помощи.	2	ОК 08	3о 08.01 3о 08.03 3о 08.04
<b>Тема 4.3</b> ПМП при закрытых и открытых повреждениях, ранах, переломах, вывихов и ушибах. Принципы, методы реанимации.	<b>Содержание</b> Определения повреждения, раны, переломы, вывихи, ушибы. Основные правила и ошибки при оказании первой доврачебной помощи.	2	ОК 08	3о 08.01 3о 08.03 3о 08.04
<b>Тема 4.4</b> Решение ситуационных задач по проведению ПМП.	<b>Содержание</b> Закрепление знаний по оказанию первой доврачебной помощи с помощью решения ситуационных задач.	2	ОК 08	3о 08.01 3о 08.03 3о 08.04
<b>Тема 4.5</b> Десмургия. Общая классификация повязок.	<b>Содержание</b> Основные понятие десмургии. Виды повязок и травмы при которых они накладываются.	2	ОК 08	3о 08.01 3о 08.03 3о 08.04
<b>Тема 4.6</b> Основные правила наложения повязок.	<b>Содержание</b> Отработка методов наложения повязок при различных повреждениях	2	ОК 08	3о 08.01 3о 08.03 3о 08.04
<b>Профессионально ориентированное содержание</b> Средства и способы транспортировки пострадавших.	<b>Содержание</b> Важность правильной транспортировки пострадавших. Способы транспортировки в зависимости от вида и характера травмы. Основные положения пострадавших при транспортировке. Основные ошибки спасателей при транспортировке.	2	ОК 08	3о 08.01 3о 08.03 3о 08.04



### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:**

Кабинет «Безопасность жизнедеятельности», оснащенный оборудованием в соответствии с п. 6.1.2.1 образовательной программы по специальности 27.02.03 Автоматика и телемеханика на транспорте (железнодорожном транспорте).

#### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организации выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

##### **3.2.1. Основные печатные издания**

1. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебное пособие для среднего профессионального образования / Я.Д. Вишняков [и др.]; под общей редакцией Я. Д. Вишнякова. – Москва: Издательство Юрайт, 2019. – 249 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-01577-5. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/43460>
2. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С.В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва: Издательство Юрайт, 2020. – 399 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-02041-0. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/45078>
3. Бочарова, Н.И. Педагогика дополнительного образования. Обучение выживанию: учебное пособие для среднего профессионального образования / Н.И. Бочарова, Е.А. Бочаров. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2020. – 174 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-08521-1. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454510>
4. Долгов, В.С. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник / В.С. Долгов. – Санкт-Петербург: Лань, 2020. – 188 с. – ISBN 978-5-8114-3928-7. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/133903>
5. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений сред. проф. образования / Н.В.Косолапова, Н.А. Прокопенко, Побежимова Е.Л. — М.: Издательский центр «Академия», 2017. -368 с.
6. Пантелеева, Е.В. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / Е.В. Пантелеева, Д.В. Альжев. – 2-е изд., стер. – Москва: ФЛИНТА, 2019. – 287 с. – ISBN 978-5-9765-1727-1. – Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/119416>

##### **3.2.2. Основные электронные издания**

1. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2013 <http://anty-crim.boxmail.biz> Искусство выживания
2. <http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь
3. <http://www.meduhod.ru> Портал детской безопасности
4. <http://www.spas-extreme.ru> Россия без наркотиков
5. <http://www.obzh.info> информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).

6. <http://www.school-obz.org/> Информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности
7. <http://kombat.com.ua/stat.html> Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях
8. <http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1132/index.htm> Автономное существование в природе – детям
9. <http://www.mnr.gov.ru> Министерство природных ресурсов и экологии Российской Федерации (Минприроды России)
10. <https://www.gosnadzor.ru> Федеральная служба по экологическому, технологическому и атомному надзору (Ростехнадзор)
11. <http://www.mchs.gov.ru> Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России)
12. <http://www.mzsrff.ru> Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации (Минздравсоцразвития России)
13. <http://www.rostrud.info> Федеральная служба по труду и занятости (Роструд)
14. <http://www.gsen.ru> Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор)
15. <http://www.safety.ru> ОАО НТЦ «Промышленная безопасность».
16. <http://www.risot.safework.ru> Российская Информационная Система Охраны Труда (РИСОТ)
17. <http://www.mspsng.org> Межгосударственный совет по промышленной безопасности
18. <http://www.ilo.org> Международная организация труда (МОТ)

### 3.2.3. Дополнительные источники

19. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993)
20. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
21. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.
22. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.
23. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.
24. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.
25. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.
26. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.
27. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.
28. Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.
29. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.
30. Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2011. — № 47.
31. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий

- по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2012.
32. Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. — М., 2013.
33. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. — М., 2012.
34. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2013.
35. Микрюков В.Ю. Основы военной службы: учебник для учащихся старших классов сред. образовательных учреждений и студентов сред. спец. учеб. заведений, а также преподавателей этого курса. — М., 2014
36. Назарова Е.Н., Жиллов Ю.Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.

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

<i>Результаты обучения</i>	<i>Типы оценочных мероприятий</i>	<i>Методы и формы оценки</i>
<p>владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</p> <p>оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.</p> <p><b>использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:</b></p> <p>для ведения здорового образа жизни;</p> <p>развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;</p> <p>вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.</p>	<p>составление опорного конспекта</p> <p>решение разноуровневых задач</p> <p>защита промежуточных результатов выполнения проектного задания</p> <p>оценка выполнения практических работ</p>	<p>Практические занятия</p> <p>Зачет</p> <p>Наблюдение и анализ</p> <p>самостоятельная работа</p> <p>тестирование</p>
<p>основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;</p> <p>потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;</p> <p>основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</p> <p>основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;</p> <p>порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;</p> <p>состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;</p> <p>основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;</p> <p>основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;</p> <p>требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;</p> <p>предназначение, структуру и задачи РСЧС;</p> <p>предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.</p>	<p>составление опорного конспекта</p> <p>решение разноуровневых задач</p> <p>защита промежуточных результатов выполнения проектного задания</p> <p>оценка выполнения практических работ</p>	<p>Тестирование</p> <p>Теоретические занятия</p> <p>Практические занятия</p> <p>Зачет</p>