



**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«МОСКОВСКИЙ ИНСТИТУТ СОВРЕМЕННОГО  
АКАДЕМИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

109129, г. Москва, ул. 11-я Текстильщиков, д. 7,  
109518, г. Москва, ул. Саратовская, д. 31, тел: (495) 540-57-53  
E-mail: info@misaoinst.ru www.misaoinst.ru

**УТВЕРЖДАЮ**  
**Ректор АНО ВО «МИСАО»**  
**Л.В. Астанина**  
**«01» сентября 2022 г.**



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат **01b463dd00e6ae9da846391173c72f589c**

Владелец **Астанина Лариса Викторовна**

Действителен с 2022-08-03 по 2023-11-03

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОУП. 07 Основы безопасности жизнедеятельности**  
программы подготовки специалистов среднего звена  
по специальности 40.03.02 Право и судебное администрирование

МОСКВА

2022

Рабочая программа учебной дисциплине  
ОУП.07 «Основы безопасности  
жизнедеятельности» для специальности  
среднего профессионального образования:  
40.03.02 Право и судебное  
администрирование.

**ОРГАНИЗАЦИЯ-РАЗРАБОТЧИК:** АНО ВО «Московский институт  
современного академического образования»

РАЗРАБОТАН:

Рассмотрен и одобрен

Руководитель структурного подразделения Колледж  (Балкиева А.С.)

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 1.1. Область применения примерной рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины ОУП.07 Основы безопасности жизнедеятельности предназначена для реализации среднего общего образования в пределах ОПОП подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) по специальности 40.03.02 Право и судебное администрирование.

Рабочая программа разработана в соответствии с рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ СПО на базе основного общего образования с учетом требований ФГОС СОО и ФГОС СПО, с учётом социально-экономического профиля получаемого профессионального образования.

## 1.2. Место дисциплины в структуре ППССЗ

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования и изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования ППССЗ 43.02.12 Технология эстетических услуг.

В программу включено содержание, направленное на формирование у студентов компетенций, необходимых для качественного освоения основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ).

## 1.3. Цели и задачи дисциплины

Содержание программы «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих **целей**:

- воспитание гражданственности, социальной ответственности, правового повышения уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

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

*личностных:*

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;

- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

**метапредметных:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

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

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

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

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

- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

- формирование установки на здоровый образ жизни;

- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости,

гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки.

**предметных:**

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

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

- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма,

терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

В результате освоения учебной дисциплины учащийся должен **уметь:**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни, оказания первой медицинской помощи, развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы, вызова в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

В результате освоения учебной дисциплины учащийся должен **знать:**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности, особенности

прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;

- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

При угрозе возникновения и (или) возникновении отдельных чрезвычайных ситуаций, введении режима повышенной готовности или чрезвычайной ситуации на всей территории Российской Федерации либо на ее части реализация рабочей программы учебной дисциплины может осуществляться с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность.

Общие компетенции (в соответствии с ФГОС СПО по специальности/профессии)
ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

При угрозе возникновения и (или) возникновении отдельных чрезвычайных ситуаций, введении режима повышенной готовности или чрезвычайной ситуации на всей территории Российской Федерации либо на ее части реализация рабочей программы учебной дисциплины может осуществляться с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной рабочей программы учебной дисциплины**

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 113 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 78 часов.
- самостоятельная работа обучающегося –35 часов.
- 

## **2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2.2. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	112
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	78
В том числе	
Лекции	6
Контрольные работы	-
<b>Внеаудиторная самостоятельная работа</b>	34
Промежуточная аттестация в виде экзамена и дифференцированного зачета.	

### 2.3.Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины

Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» разработаны на основании с примерного тематического плана (1 вариант - совместное обучение юношей и девушек)

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия и самостоятельная работа	Объем	Уровень
	<b>1-й семестр</b>	34	
<b>Введение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	1 Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».		
	2 Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность».		
	3 Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Необходимость формирования безопасного мышления и поведения.		
4 Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении и специальности 09.02.07 «Информационные системы и программирование»			
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	16	2
	1 Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни - как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.		
	2 Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.		
	3 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.		
4 Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и			



Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия и самостоятельная работа учащихся		Объем часов	Уровень освоения
		его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.		
	5	Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.		
	6	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.		
	7	Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».		
	<b>Практические занятия</b>		4	3
	1	Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.		
	2	Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.		
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		10	2
	1	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.		
	2	Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).		
	3	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.		
	4	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия и самостоятельная работа учащихся	Объем часов	Уровень освоения
	<p>обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.</p> <p>5 Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.</p> <p>6 Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.</p> <p>7 Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.</p> <p>8 Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.</p> <p>9 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.</p> <p>10 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.</p>		
	<b>Практические занятия</b>	4	
1	Изучение и отработка моделей поведения в различных чрезвычайных ситуациях.		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия и самостоятельная работа учащихся		Объем часов	Уровень освоения
	2	Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.		
	3	Изучение первичных средств пожаротушения.		
	4	Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.		
	<b>2-й семестр</b>		39	
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		24	2
	1	<p>История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века.</p> <p>Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности.</p> <p>Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.</p> <p>Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе.</p> <p>Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.</p>		
	2	<p>Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.</p> <p>Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение.</p>		
	3	<p>Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.</p>		
	4	Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия и самостоятельная работа учащихся	Объем часов	Уровень освоения
	подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющие целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.		
5	Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.		
6	Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.		
7	Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.		
8	<p>Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности.</p> <p>Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.</p>		
9	Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие - принцип строительства		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия и самостоятельная работа учащихся	Объем часов	Уровень освоения
	<p>Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Военская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.</p> <p>10 Как стать офицером Российской армии. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.</p> <p>11 Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества. Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России — дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.</p> <p>12 Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.</p>		
	<b>Практические занятия</b>		
	1 Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.		
	2 Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.	6	3
<b>Раздел 4. Основы</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1 Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.	5	2

<b>Наименование</b>		Содержание учебного материала, практические занятия и самостоятельная работа
<b>разделов и тем</b>		учащихся
<b>медицинских</b>		Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах
<b>знаний и</b>		охраны здоровья граждан Российской Федерации».
<b>здорового</b>	2	4.2. Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения
<b>образа жизни</b>		повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при
		при электротравмах и повреждении молнией.
	3	Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные
		развития травматического токсикоза.
	4	Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при
	5	Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при
	6	Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на
	7	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы
	8	Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.
	9	Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии
	10	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия и самостоятельная работа учащихся		Объем часов	Уровень освоения
		Ранние половые связи и их последствия для здоровья.		
	11	Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.		
	12	Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.		
	<b>Практические занятия</b>			
		Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	2	3
		Изучение и освоение основных способов сердечно - легочной реанимации.		
	<i>самостоятельная работа обучающегося</i>		<b>39</b>	3
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>дифференцированный зачет</b>		<b>2</b>	3
	1	Выполнение зачетной работы		
	<b>Максимальная учебная нагрузка обучающегося (всего)</b>		<b>112</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» требует наличия учебного кабинета.

##### **Оборудование учебного кабинета:**

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- плакаты и таблицы по дисциплине;
- комплект учебно-методических и раздаточных материалов.

##### **Технические средства обучения:**

- интерактивная доска или экран;
- мультимедийный проектор;
- компьютер для преподавателя с лицензионным системным и специализированным программным обеспечением;
- средства воспроизводства аудиоинформации;
- выход в локальную сеть и сеть Интернет.

##### **Учебно-методический комплекс:**

- I. Нормативные документы
  1. Выписка из федерального государственного стандарта
  2. Выписка из учебного плана образовательного учреждения
  3. Календарно-тематический план
- II. Средства обучения
  1. Методические указания по проведению практических занятий
  2. Методические указания по выполнению самостоятельной работы
- III. Средства контроля
  1. Дневник контроля самостоятельной работы обучающегося
  2. Оценочные нормативы

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения Нормативные правовые документы**

1. Конституция Российской Федерации, принята всенародным голосованием 12.12.1993 (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ, от 05.02.2014 N 2-ФКЗ, от 21.07.2014 N 11-ФКЗ)
2. Федеральный закон от 21.11.2011 N 323-ФЗ (ред. от 03.04.2017) "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации"
3. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 01.05.2017) "Об образовании в Российской Федерации"
4. Федеральный закон от 12.02.1998 N 28-ФЗ (ред. от 30.12.2015) "О гражданской обороне"
5. Постановление Правительства РФ от 26.11.2007 N 804 (ред. от 14.11.2015) "Об утверждении Положения о гражданской обороне в Российской Федерации"
6. Федеральный закон от 21.12.1994 N 68-ФЗ (ред. от 23.06.2016) "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера".

##### **Основная литература**

1. Хамидуллин, Р. Я. Безопасность жизнедеятельности : учебник : [12+] / Р. Я. Хамидуллин, И. В. Никитин. – Москва : Московский финансово-промышленный университет «Синергия», 2020. – 138 с. : ил. – (Университетская серия). – Режим доступа:



по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602816>

2. Абраменко, М. Н. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие : [16+] / М. Н. Абраменко, А. В. Завьялов. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. – 97 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=572424>

#### **Дополнительная литература**

1. Семехин, Ю. Г. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие : [12+] / Ю. Г. Семехин, В. И. Бондин. – Изд. 2-е, стер. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 412 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573927>

2. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Л. А. Муравей, Д. А. Кривошеин, Е. Н. Черемисина [и др.] ; под ред. Л. А. Муравей. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юнити-Дана, 2017. – 432 с. : ил., табл., схем. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=685102>

3. Хван, Т. А. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Т. А. Хван, П. А. Хван. – 11-е изд. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. – 448 с. : ил., табл. – (Высшее образование). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=27159>

4. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / ред. Л. А. Муравей. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юнити-Дана, 2015. – 431 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=119542>

5. Журнал «ОБЖ: Основы безопасности жизни»

#### **Интернет - ресурсы**

1. <https://www.bestreferat.ru/>

2. <http://www.meduhod.ru/>

3. <http://ru.wikipedia.org>

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

**Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» осуществляется преподавателем в процессе проведения аудиторных занятий и контрольных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, рефератов, сочинений, исследований через экспертную оценку самим преподавателем или совместно с обучающимися, зачет по предмету, экзамен.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля оценки</b>
<b>Умения</b>	
Владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	Практические занятия, внеаудиторная самостоятельная работа, контрольные работы
Пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты.	Практические занятия, внеаудиторная самостоятельная работа.
Оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.	Практические занятия, внеаудиторная самостоятельная работа.
Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни, оказания первой медицинской помощи, развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы, вызова в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.	Практические занятия, внеаудиторная самостоятельная работа.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля оценки</b>
<b>Знания</b>	
Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности, репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него.	Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем на практических занятиях, выполнения учащимися индивидуальных самостоятельных внеаудиторных заданий, выполнения контрольных работ и опросов.
Потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания.	
Основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	
Основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан.	
Порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу.	
Состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации.	
Основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе.	
Основные виды военно-профессиональной деятельности, особенности прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы.	

Требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника.
Предназначение, структуру и задачи РСЧС.
Предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.