

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ  
«ЗИМИНСКИЙ ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНЫЙ ТЕХНИКУМ»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОУД.06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
образовательной программы среднего профессионального образования  
подготовки специалистов среднего звена  
**23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог**  
**(базовая подготовка)**

Квалификация:

Техник

Слесарь по ремонту подвижного состава

Помощник машиниста электровоза

Форма обучения очная

Срок освоения ОП СПО ПССЗ 3 года 10 месяцев на базе  
основного общего образования

Профиль получаемого профессионального образования  
технический

Рабочая программа учебной дисциплины **ОУД.06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ** разработана на основе программы общеобразовательной учебной дисциплины «**Основы безопасности жизнедеятельности**» для профессиональных образовательных организаций, одобренной Научно-методическим советом Центра профессионального образования ФГАУ «ФИРО» и рекомендована для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования Протокол № 2 от 26.02. 2015 г., **23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог 23.00.00.ТЕХНИКА и ТЕХНОЛОГИЯ НАЗЕМНОГО ТРАНСПОРТА.**

Разработчик: Сницарева Нина Викторовна, преподаватель ОБЖ ГБПОУ ИО «Зиминский железнодорожный техникум»

Согласовано:

Руководитель методической комиссии преподавателей  
общеобразовательных дисциплин: Сивухина Т.С.

Протокол № 10 от 10 июня 2021 г.



## **СОДЕРЖАНИЕ**

	стр.
<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	4
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	7
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	15
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	17

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **ОУД 06 Основы безопасности жизнедеятельности**

### **1.1. Область применения программы**

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

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» и в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре образовательной программы среднего профессионального образования подготовки специалистов среднего звена:** дисциплина входит в общеобразовательный цикл.

**1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

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

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

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение 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; умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- 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;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях; знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- локализация 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 о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищённость личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных 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;
- знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

- умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- знание 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 (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

ОК, которые формируются при изучении учебной дисциплины:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

#### **1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки студента - 105 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки студента - 70 часов;

самостоятельной работы студента - 35 часов.

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОУД 06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог**

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>105</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>70</b>
в том числе:	
Практические работы	<b>16</b>
Контрольные работы	<b>5</b>
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	<b>35</b>
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	<b>2</b>

## 2.2. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ ОУД.06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

по специальности: **23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог**

№ урока	Наименование разделов	Наименование тем, содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа студентов	Объем часов
	1	2	3
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья			23
1-2		Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой.	2
3-4		Вредные привычки и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части Пассивное курение и его влияние на здоровье. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему. Наркотики. Наркомания и токсикомания, Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения.	2
5-6		Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.	2
7-8		Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	2
9-10		Репродуктивное здоровье. Репродуктивное здоровье составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы на него влияющие. Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.	2
11-12		Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	2
13		Контрольная работа № 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	1
	Внеаудиторная самостоятельная работа №1 к разделу №1 обучающихся: Подготовить презентацию на тему: Профилактика инфекционных заболеваний. Подготовить доклад на тему: Рациональное питание и его значение для здоровья. Подготовить доклад на тему: Репродуктивное здоровье как составная часть здоровья человека.		10
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения			36
14-15		Практическая работа № 1 «Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Способы защиты. Характеристика ЧС. ЧС наиболее вероятные для Иркутской области, гг. Зима, Саянск и Зиминского района чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	2



16		<b>Практическая работа № 2 Отработка правил поведения при получении сигнала о ЧС.</b> согласно плану эвакуации.	1
17		<b>Контрольная работа № 2</b> Правила поведения в условиях ЧС	1
18-19		<b>РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи.</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	2
20-21		<b>Гражданская оборона.</b> Основные понятия и задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций	2
22-23		<b>Современные средства поражения.</b> Оружие массового поражения. Ядерное оружие и его поражающие факторы. Ядерное оружие и последствия его применения. Химическое оружие и его поражающие факторы. Химическое оружие и последствия его применения.	2
24-25		<b>Современные средства поражения.</b> Оружие массового поражения. Бактериальное оружие и его поражающие факторы. Биологическое оружие и последствия его применения для здоровья человека.	2
26		<b>Контрольная работа № 3</b> Гражданская оборона	1
27		<b>Оповещение и информирование населения.</b> Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.	1
28-29		<b>Организация инженерной защиты населения.</b> От поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Виды защитных сооружений ГО. Правила поведения в защитных сооружениях.	2
30-31		<b>Практическая работа № 3</b> Использование средств индивидуальной и коллективной защиты. Устройство противогаза, правила пользования СИЗ	2
32-33		<b>Аварийно-спасательные и другие неотложные работы.</b> Проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Виды аварийно-спасательных работ Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения.	2
34		<b>Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера.</b> Криминогенная ситуация, причины и виды криминогенных ситуаций.	1
35-36		<b>Практическая работа № 4</b> Отработка правил поведения при захвате в заложники. Террористический акт. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника	2
37		<b>Практическая работа № 5</b> Причины вынужденной автономии. Способы ориентирования на местности. Автономное существование, причины. Способы выжить в условиях автономного существования	1
38		<b>Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.</b> МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция в 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	1

		(Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.	
39		<b>Контрольная работа № 4.</b> Государственная система обеспечения безопасности населения	1
	<b>Внеаудиторная самостоятельная работа №2 к разделу №2 обучающихся:</b> Подготовить презентацию на тему: Способы защиты от оружия массового поражения. Подготовить доклад на тему: Современные обычные средства поражения. Подготовить доклад на тему: Бактериологическое оружие и его поражающие факторы.		10
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>			<b>20</b>
40-41		<b>История создания Вооруженных Сил России.</b> Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.	2
42-43		<b>Организационная структура Вооруженных Сил.</b> Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.	2
44		<b>Воинская обязанность.</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 воинский учет.	1
45		<b>Альтернативная гражданская служба</b> Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы	1
46		<b>Общие права и обязанности военнослужащих.</b> Общие права и обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Соблюдение норм международного гуманитарного права	1
47		<b>Военнослужащий – защитник своего Отечества.</b> Основные качества личности военнослужащего Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина	1
48		<b>Воинская дисциплина, ее сущность и значение.</b> 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.).	1

49-50		<b>Основные виды военных образовательных учреждений.</b> Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.	2
51-52		<b>Боевые традиции Вооруженных Сил России.</b> Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Дни воинской славы России – дни славных побед.	2
53		<b>Символы воинской чести.</b> Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1
54		<b>Контрольная работа № 5</b> Основы обороны государства и воинская обязанность	1
	<b>Внеаудиторная самостоятельная работа №3 к разделу №3 обучающихся:</b> Подготовить презентацию на тему: Символы воинской чести. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Подготовить доклад на тему: История создания Вооруженных Сил России.		5
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>			
55-56		<b>Понятие первой помощи.</b> Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».	2
57-58		<b>Практическая работа № 6 Первая помощь при наружных кровотечениях.</b> Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и 15 закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.	2
59-60		<b>Практическая работа № 7 Первая помощь при ожогах.</b> Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.	2
61-62		<b>Практическая работа № 8 Первая помощь при отравлениях.</b> Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из дыхательных путей. Острое и хроническое отравление.	2
63		<b>Практическая работа № 9 Первая помощь при отсутствии сознания.</b> Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.	1
64		<b>Практическая работа № 10 Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.</b> Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика	1

		инфекционных заболеваний.	
65-66		Инфекции, передаваемые половым путем и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.	2
67-68		Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.	2
69-70		Дифференцированный зачет	2
	Внеаудиторная самостоятельная работа №3 к разделу №3 обучающихся: Подготовить презентацию на тему: Основные функции семьи. Права и обязанности родителей. Подготовить доклад на тему: Вредные привычки и их влияние на здоровье. Подготовить доклад на тему: Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.		10
Всего			105

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

программы среднего профессионального образования

подготовки специалистов среднего звена

**по специальности 23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных  
дорог**

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета

основы безопасности жизнедеятельности

Оборудование учебного кабинета:

- имеются посадочные места по количеству обучающихся;
- имеется рабочее место преподавателя;

Технические средства обучения:

- имеются пневматические винтовки, пистолеты;
- имеется макет автомата Калашникова;
- имеются учебные противогазы;
- имеются учебные респираторы;
- имеется ОЗК;
- имеются учебные гранаты.
- учебные гранаты.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Дополнительные источники:

1. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов сред. проф. образования / Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., – 9 изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014– 336 с.

Для преподавателей

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) // СЗ РФ. - 2009. - N 4. - Ст. 445 Об образовании в Российской Федерации: федер. закон от 29.12. 2012 № 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ).

Гражданский кодекс РФ (часть первая) : федер. закон от 30.11.94 №51- ФЗ (в ред. от 11.02.2013, с изм. и доп. от 01.03.2013) // СЗ РФ. – 1994. – N 32. – Ч. 1. – Ст. 3301  
Гражданский кодекс РФ (часть вторая) : федер. закон от 26.01.96 №14- ФЗ (в ред. от 14.06.2012) // СЗ РФ. – 1996. – N 5. – Ч. 2. – Ст. 410. Гражданский кодекс РФ (часть третья) : федер. закон от 26.11.01 N 146-ФЗ (в ред. от 05.06.2012) // СЗ РФ. – 2001. – N 49. – Ст. 4552  
Гражданский кодекс РФ (часть четвертая) : федер. закон от 18.12.06 N 230-ФЗ (в ред. от 08.12.2011) // СЗ РФ. – 2006. - N 52. – Ч. 1. - Ст. 5496

Семейный кодекс Российской Федерации от 29 дек. 1995 г. №223-ФЗ : (ред. от 12.11.2012) // СЗ РФ. – 1996. - № 1. – Ст. 16 Уголовный кодекс Российской Федерации : от 13.06.1996 N 63-ФЗ (в ред. от 07.12.2011 : с изм. и доп., вступающими в силу с 05.04.2013) // СЗ РФ. – 1996. - № 25. – Ст. 2954 О воинской обязанности и военной службе : федер. закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. – 1998. - № 13. – Ст. 1475 О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера: федер. закон от 21.12.1994 N 68-ФЗ (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. – 1994. – N 35. – Ст. 3648 О промышленной безопасности опасных производственных объектов : федер. закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. – 1997. - №

30. – Ст. 3588 Об альтернативной гражданской службе : федер. закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. – 2002. - № 30. – Ст. 3030 Об обороне : федер. закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. – 1996. - № 23. – Ст. 2750 Об охране окружающей среды : федер. закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. – 2002. - № 2. – Ст. 133. Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации: федер. закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. – 2011. – N 48. – Ст. 6724 О Военной доктрине Российской Федерации : указ Президента РФ от 05.02.2010 N 146 // СЗ РФ. – 2010. – N 7. – Ст. 724 О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций : постановление Правительства РФ от 30.12.2003 N 794 (ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. – 2004. – N2. – Ст. 121 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 : приказ Министра обороны РФ от 03.09.2011 N 1500 (зарегистрировано в Минюсте РФ 25.10.2011 N 22124) // 27 Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. – 2011. – N 47 Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи: приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. М.: – 2012 Инструкция об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах. Зарегистрировано Минюстом России 12 апреля 2010 г. Регистрационный № 16866. Приказ Министра обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24 февраля 2010 г. № 96/134 Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. –М.: 2012 Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. – М.: 2013 Митяев А. Книга будущих командиров. – М.: 2010 Назарова Е. Н., Жилов Ю.Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб. для студ. высш. учеб. заведений. – М.: 2013 Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ: ред. 2013 г.– Ростов-на Дону, 2013

#### Интернет – ресурсы

- [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) – сайт МЧС РФ.
- [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) – сайт МВД РФ.
- [www.mil.ru](http://www.mil.ru) - сайт Минобороны.
- [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) – сайт ФСБ РФ.
- [dic.academic.ru](http://dic.academic.ru) - Академик. Словари и энциклопедии.
- [www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) - Books Gid. Электронная библиотека.
- [globalteka.ru/index.html](http://globalteka.ru/index.html) - Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов.
- [window.edu.ru](http://window.edu.ru) - Единое окно доступа к образовательным ресурсам.28

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**Контроль и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения индивидуальных заданий, проектов, исследований.

<b>Результаты обучения</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих результатов:	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы
<b>Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Определять основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни;</li> <li>• усвоить факторы, влияющие на здоровье, выявить факторы, разрушающие здоровье, планировать режим дня, выявить условия обеспечения рационального питания, объяснять случаи из собственной жизни и свои наблюдения по планированию режима труда и отдыха;</li> <li>• анализировать влияние двигательной активности на здоровье человека, определять основные формы закаливания, их влияние на здоровье человека, обосновывать последствия влияния алкоголя на здоровье человека и социальные последствия употребления алкоголя;</li> <li>• анализировать влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека; моделировать социальные последствия пристрастия к наркотикам;</li> <li>• моделировать ситуации по организации безопасности дорожного движения; характеризовать факторы, влияющие на репродуктивное здоровье человека; моделировать ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья.</li> </ul>	контрольные работы самостоятельные работы защита рефератов устный опрос самопроверка по образцу итоговая аттестация тестирование опрос по парам практические занятия
<b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Усвоить общие понятия чрезвычайных ситуаций,</li> </ul>	контрольные работы самостоятельные работы

<p>классифицировать чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера по основным признакам, характеризовать особенности ЧС различного происхождения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• выявлять потенциально опасные ситуации для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС; моделировать поведение населения при угрозе и возникновении ЧС;</li> <li>• осваивать модели поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоёмах, характеризовать основные функции системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС);</li> <li>• объяснять основные правила эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценивать правильность выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС;</li> <li>• раскрывать возможности современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени, характеризовать правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника;</li> <li>• определять меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий;</li> <li>• характеризовать предназначение и основные функции полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности</li> </ul>	<p>защита рефератов устный опрос самопроверка по образцу итоговая аттестация тестирование опрос по парам практические занятия</p>
<p><b>Основы обороны государства и воинская обязанность</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Различать основные понятия военной и национальной безопасности, освоить функции и основные задачи современных Вооруженных Сил Российской Федерации, характеризовать основные этапы создания Вооруженных Сил России;</li> <li>• анализировать основные этапы</li> </ul>	<p>контрольные работы самостоятельные работы защита рефератов устный опрос самопроверка по образцу итоговая аттестация тестирование опрос по парам</p>



<p>проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном 22 этапе, определять организационную структуру, виды и рода Вооруженных Сил Российской Федерации;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формулировать общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих;</li> <li>• характеризовать распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части, сопоставлять порядок и условия прохождения военной службы по призыву и по контракту;</li> <li>• анализировать условия прохождения альтернативной гражданской службы; анализировать качества личности военнослужащего как защитника Отечества;</li> <li>• характеризовать требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина;</li> <li>• характеризовать понятия «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоить основы строевой подготовки; формулировать боевые традиции Вооруженных Сил России, объяснять основные понятия о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести</li> </ul>	<p>практические занятия</p>
<p><b>Основы медицинских знаний</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Освоить основные понятия о состояниях, при которых оказывается первая помощь, моделировать ситуации по оказанию первой помощи при несчастных случаях; характеризовать основные признаки жизни; освоить алгоритм идентификации основных видов кровотечений, идентифицировать основные признаки теплового удара;</li> <li>• определять основные средства планирования семьи; формулировать особенности образа жизни и рацион питания беременной женщины.</li> </ul>	<p>контрольные работы самостоятельные работы защита рефератов устный опрос самопроверка по образцу итоговая аттестация тестирование опрос по парам практические занятия</p>