



*Обособленное структурное подразделение  
«Волго-Каспийский морской рыбопромышленный колледж»  
федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
"Астраханский государственный технический университет"  
Система менеджмента качества в области образования и воспитания сертифицирована DQS  
по международному стандарту ISO 9001*

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебной дисциплины

### **БД.07 Основы безопасности жизнедеятельности**

для специальностей:

- 26.02.03 Судовождение (углубленная подготовка)**
- 26.02.05 Эксплуатация судовых энергетических установок  
(углубленная подготовка)**
- 26.02.06 Эксплуатация судового электрооборудования  
и средств автоматике (базовая подготовка)**
- 26.02.02 Судостроение (базовая подготовка)**
- 15.02.01 Монтаж и техническая эксплуатация промышленного  
оборудования (по отраслям) (базовая подготовка)**

Астрахань  
2020

Одобрена цикловой комиссией  
естественных дисциплин  
Протокол № 1 от 31.08.2020г.

Составлена в соответствии с требованиями:  
федерального государственного образова-  
тельного стандарта среднего (полного) об-  
щего образования (Приказ Минобрнауки  
России № 413 от 17.05.2012 г. (с изменени-  
ями)); письмом Департамента государ-  
ственной политики и в сфере подготовки  
рабочих кадров и ДПО Минобрнауки РФ от  
17.03.2015 г. №06-259 «Рекомендациями по  
организации получения среднего общего  
образования в пределах освоения образова-  
тельных программ среднего профессио-  
нального образования на базе основного  
общего образования с учетом требований  
федеральных государственных образова-  
тельных стандартов, и получаемой профес-  
сии или специальности среднего професси-  
онального образования»; примерной про-  
граммы Основы безопасности жизнедея-  
тельности

**Председатель цикловой комиссии**  
**О.В. Чернявская**

**Зам. директора по учебной работе**  
**А.Ю. Кузьмин**

***Автор:***

**Баранкулов А.Г.** – преподаватель ФГБОУ ВО «АГТУ» ОСП «ВКМРПК» ФГБОУ  
ВО «АГТУ»

***Рецензенты:***

**Алдохин А.П.** – преподаватель ФГБОУ ВО «АГТУ» ОСП «ВКМРПК» ФГБОУ  
ВО «АГТУ»

**Смирнов О.Б.** - преподаватель «АГПК»

## 1. Пояснительная записка

Рабочая 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 программы подготовки специалистов среднего звена СПО (ППССЗ СПО) на базе основного общего образования.

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

### 1.1. Общая характеристика учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»

В современных условиях глобализации развития мировой экономики, усложнения, интенсификации и увеличения напряженности профессиональной деятельности специалистов существенно возрастает общественно-производственное значение состояния здоровья каждого человека. Здоровье становится приоритетной социальной ценностью. В связи с этим исключительную важность приобретает высокая профессиональная подготовка специалистов различного профиля к принятию решений и действиям по предупреждению чрезвычайных ситуаций (ЧС), а при их возникновении — к проведению соответствующих мероприятий по ликвидации их негативных последствий, и прежде всего, к оказанию первой помощи пострадавшим.

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучает риски производственной, природной, социальной, бытовой, городской и других сред обитания человека, как в условиях повседневной жизни, так и при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного, природного и социального характера. Данная дисциплина является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности.

Рабочая программа состоит из введения и следующих разделов:

- Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья;
- Государственная система обеспечения безопасности населения;
- Основы обороны государства и воинская обязанность;

- Основы медицинских знаний.

Междисциплинарные связи прослеживаются с дисциплинами “Физическая культура” и “Экология”.

Самостоятельная работа включает в себя: подготовку сообщений и рефератов, разработку схем, самостоятельное изучение и конспектирование учебного материала.

В процессе изучения дисциплины используются следующие активные методы обучения: деловые игры, решение ситуационных задач, проблемная лекция, семинар, дискуссия, самостоятельная работа обучающихся с литературой. Используемые интерактивные методы обучения: анализ конкретных ситуаций, проблемное обучение.

## 1.2. Место учебной дисциплины в учебном плане

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в общеобразовательную подготовку как базовая дисциплина.

Последовательность изучения тем программы раскрываются в тематическом плане. По каждой учебной теме приводятся обобщенные требования к личностным, метапредметным и предметным результатам.

## 1.3. Результаты освоения учебной дисциплины

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

- 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 выработать 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 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 завершении раздела “Основы обороны государства и воинская обязанность” проводится контрольная работа. Программа рассчитана на 101 час, в том числе 14 часов практических занятий, 5 часов консультаций, 32 часа самостоятельной работы. Промежуточной формой аттестации является дифференцированный зачет в первом семестре.

## 2. Тематический план

Наименование разделов и тем	Максимальная нагрузка обучающихся, час	Кол-во аудиторных часов при очной форме обучения			Самостоят. Работа обучающихся, час
		Всего	Лаб. Раб.	Практ. Зан.	
<b>Введение</b>	1	1			
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения</b>	<b>17</b>	<b>11</b>		<b>2</b>	<b>6</b>
Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни	2	1			1
Тема 1.2. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика	3	2			1
Тема 1.3. Правила и безопасность дорожного движения	5	4		2	1
Тема 1.4. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества	3	2			1
Тема 1.5. Правовые основы взаимоотношения полов	3	2			1
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	<b>33</b>	<b>22</b>		<b>6</b>	<b>11</b>
Тема 2.1. Общие понятия и классификация природных и техногенных ЧС	3	2			1
Тема 2.2. Автономное существование человека в природе	6	4		2	2
Тема 2.3. Противопожарная безопасность	6	4		2	2
Тема 2.4. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	3	2			1
Тема 2.5. Современные средства поражения и их поражающие факторы	3	2			1
Тема 2.6. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени	3	2			1
Тема 2.7. Обучение населения защите от ЧС	6	4		2	2
Тема 2.8. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	3	2			1
<b>Раздел 3. Основы обороны госу-</b>	<b>20</b>	<b>13</b>		<b>2</b>	<b>7</b>

<b>дарства и воинская обязанность</b>					
<b>Тема 3.1.</b> История создания ВС России	4	2			1
<b>Тема 3.2.</b> Организационная структура ВС РФ. Виды и рода ВС РФ	4	2			1
<b>Тема 3.3.</b> Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности	4	2			1
<b>Тема 3.4.</b> Строевая подготовка	6	4		2	2
<b>Тема 3.5.</b> Воинская дисциплина и ответственность	3	2			1
<b>Тема 3.6.</b> Боевые традиции ВС России	2	1			1
<b>Контрольная работа по разделам 1-3</b>	<b>1</b>	<b>1</b>			
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>	<b>23</b>	<b>15</b>		<b>4</b>	<b>8</b>
<b>Тема 4.1.</b> Понятие первой помощи. Общие правила оказания первой медицинской помощи	6	4		2	2
<b>Тема 4.2.</b> Понятие и виды кровотечений	6	4		2	2
<b>Тема 4.3.</b> Первая помощь при ожогах и воздействии низких температур	3	2			1
<b>Тема 4.4.</b> Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути	3	2			1
<b>Тема 4.5.</b> Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика	3	2			1
<b>Тема 4.6.</b> Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка	2	1			1
<b>Зачетное занятие</b>	<b>1</b>	<b>1</b>			
<b>Консультации</b>	<b>5</b>				
<b>Максимальная нагрузка</b>	<b>101</b>	<b>64</b>		<b>14</b>	<b>32</b>



### **3. Содержание учебной дисциплины**

#### **Введение**

Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении специальностей СПО.

#### **Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения**

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

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

Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.

Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.

##### **Тема 1.2. 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 его влияние на здоровье.

Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.

##### **Тема 1.3. Правила и безопасность дорожного движения**

Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств, при организации дорожного движения.

##### **Практическое занятие №1**

Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

##### **Тема 1.4. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества**

Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщи-

ны и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.

### **Тема 1.5. Правовые основы взаимоотношения полов**

Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в РФ. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка». Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в РФ. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».

#### **Самостоятельная работа (внеаудиторная):**

1. Подготовка сообщений на тему: «Основные источники загрязнений окружающей среды в атмосфере, гидросфере и на Земле» (по выбору)
2. Подготовка сообщений на тему: «Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую системы», «Алкоголизм и его социальные последствия. Особенности женского алкоголизма и его социальные последствия», «Классификация наркотиков, их характеристика и поражающее действие», «Влияние курения и алкоголя на умственную и физическую работоспособность человека» (по выбору)
3. Подготовка сообщений на тему: «Модель поведения пешеходов», «Модель поведения велосипедистов», «Модель поведения пассажиров» (по выбору)
4. Подготовка сообщений на тему: «Ранние половые связи подростков и последствия для их здоровья», «ВИЧ-инфекции и СПИД», «Заболевания, передающиеся половым путем», «Роль физической культуры в сохранении здоровья», «Пути сохранения репродуктивного здоровья общества» (по выбору)
5. Письменное изложение вопроса: «Семья и ее значение в жизни человека».

## **Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения**

### **Тема 2.1. Общие понятия и классификация природных и техногенных ЧС**

Характеристика ЧС природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о ЧС согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

### **Тема 2.2. Автономное существование человека в природе**

Автономное существование человека. Модель поведения в условиях вынужденной природной автономии.

#### **Практическое занятие №2**

Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии

### **Тема 2.3. Противопожарная безопасность**

Противопожарная безопасность. Первичные средства пожаротушения.

#### **Практическое занятие №3**

Изучение первичных средств пожаротушения.

#### **Тема 2.4. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)**

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от ЧС.

Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование ЧС.

#### **Тема 2.5. Современные средства поражения и их поражающие факторы**

Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.

#### **Тема 2.6. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени**

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.

Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах ЧС. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.

#### **Тема 2.7. Обучение населения защите от ЧС**

Обучение населения защите от ЧС. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств РФ по защите населения и территорий от ЧС: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.

#### **Практическое занятие №4**

Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени

#### **Тема 2.8. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан**

Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от ЧС. Полиция РФ — 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 России от ЧС мирного времени.

### **Самостоятельная работа (внеаудиторная):**

1. Подготовка сообщений на тему: «Объект “Вега” – источник радиационной опасности в Астраханской области», «Предприятия “Газпрома” – потенциальный источник техногенных ЧС в Астраханской области», «Южные очистные сооружения – потенциальный источник химического заражения в Астрахани», «Военный полигон “Ашулук” – вероятный источник ЧС военного характера», «Объекты ЖКХ – вероятный источник ЧС техногенного характера» (по выбору).
2. Письменное изложение вопросов: «Ориентирование на местности», «Добывание огня, воды и пищи», «Обустройство ночлега».
3. Составление схемы: Модель поведения человека в условиях вынужденной природной автономии.
4. Письменное изложение вопросов: «Определение пожара», «Классификация пожаров», «Опасные факторы при пожаре».
5. Составление схемы: «Правила и последовательность действий при тушении пожаров пенными и углекислотными огнетушителями».
6. Письменное изложение вопроса: Задачи структурных подразделений ГО и организация АСНДР в колледже.
7. Подготовка рефератов на тему: «Термоядерное, нейтронное, химическое, бактериологическое, радиологическое, метеорологическое и сейсмическое виды оружия - история создания, принцип действия и поражающие факторы» (по выбору).
8. Составление схемы: Убежище тяжелого типа и его оснащение.
9. Составление схемы: Принцип работы фильтрующего и изолирующего противогазов.
10. Составление таблицы: Средства индивидуальной защиты: виды, типы, назначение и комплексность.
11. Подготовка сообщений на тему: – Назначение и общие задачи по охране здоровья и безопасности граждан, защите населения и территорий от ЧС: Роспотребнадзор, МВД, МЧС (ГИМС, войска ГО, государственная противопожарная служба) (по выбору).

## **Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность**

### **Тема 3.1. История создания ВС России**

Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских ВС, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы ВС РФ на современном этапе. Функции и основные задачи современных ВС РФ, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.

### **Тема 3.2. Организационная структура вооруженных сил Российской Федерации. Виды и рода ВС РФ.**

Виды и рода вооруженных сил Российской Федерации (ВС РФ). Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. ВВС: история создания, предназначение, структура. ВМФ: история создания, предназначение, структура. РВСН: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. ВДВ: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска ФСБ РФ, внутренние войска МВД РФ, Железнодорожные войска РФ, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение.

### **Тема 3.3. Военная обязанность. Основные понятия о военной обязанности.**

Основные понятия о военной обязанности. Военный учет. Организация военного учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на военный учет. Обязанности граждан по военному учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на военный учет.

Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни военной части. Виды военной деятельности и их особенности. Особенности военной деятельности в различных видах ВС и родах войск.

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.

Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.

Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая военная дисциплина, верность военному 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 военной деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов военного коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство РФ, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

### **Тема 3.4. Строевая подготовка**

Строевая подготовка. Виды военной деятельности и их особенности. Особенности военной деятельности в различных видах ВС и родах войск.

#### **Практическое занятие №5.**

Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки

### **Тема 3.5. Военная дисциплина и ответственность**

Военная дисциплина и ответственность. Единоначалие — принцип строительства ВС

РФ. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.

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.

### **Тема 3.6. Боевые традиции ВС 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.

Ритуалы ВС РФ. 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. Ритуалы ВС РФ. 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.

### **Контрольная работа по разделам 1 – 3**

#### **Самостоятельная работа (внеаудиторная):**

1. Подготовка индивидуального проекта на тему: «История создания Каспийской краснознаменной флотилии (ККФ)», «Военные реформы в России после поражения в Крымской войне», «Военные реформы при Петре I», «Современные ВС РФ», «Города-герои России» (по выбору).
2. Письменное изложение вопроса: Главные задачи и назначение – Сухопутных войск, ВВС, ВМФ, специальных войск, РВСН, космических войск. Составление схемы – Организационная структура ВС РФ
3. Письменное изложение вопроса: “Содержание воинской обязанности, организация и последовательность постановки на воинский учет”.
4. Подготовка сообщений на тему: «Цели и содержание военной службы по призыву», «Военная служба как особый вид федеральной государственной службы», «Организация и порядок призыва граждан на военную службу в России» (по выбору)
5. Подготовка сообщений на тему: «Требования, предъявляемые к моральным качествам призывника», «Требования, предъявляемые к индивидуально-психологическим качествам призывника», «Требования, предъявляемые к этическим качествам призывни-

- ка», «Требования, предъявляемые к профессиональным качествам призывника» (по выбору).
6. Подготовка сообщений на тему: «Строевая подготовка, ее роль и значение в выправке военнослужащих и проведении торжественных мероприятий». «Понятие о строе», «Виды строя», «Движение строевым шагом» (по выбору).
  7. Письменное изложение вопроса: Основные элементы строя.
  8. Подготовка сообщений на тему: «Права и обязанности военнослужащих», «Ответственность военнослужащих», «Воинские поощрения и взыскания» (по выбору)
  9. Подготовка сообщений на тему: Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации (приведения к военной присяге, вручения боевого знамени воинской части, вручения личному составу вооружения и боевой техники, проводы военнослужащих в запас или в отставку) (по выбору)

## **Раздел 4. Основы медицинских знаний**

### **Тема 4.1. Понятие первой помощи. Общие правила оказания первой медицинской помощи**

Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан РФ».

Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.

Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.

### **Практическое занятие № 6**

Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.

### **Тема 4.2. Понятие и виды кровотечений**

Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смесанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.

### **Практическое занятие № 7**

Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.

### **Тема 4.3. Первая помощь при ожогах и воздействии низких температур**

Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.

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

#### **Тема 4.4. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути**

Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.

Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.

Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.

#### **Тема 4.5. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика**

Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.

#### **Тема 4.6 Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка**

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.

Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.

#### **Самостоятельная работа (внеаудиторная):**

1. Составление схемы: «Виды и типы ранений, общие правила оказания первой медицинской помощи», «Последовательность действий и правила оказания первой медицинской помощи при травмах».
2. Письменное изложение вопроса: Сердечная недостаточность, Инсульт, Эпилепсия, Утопление.
3. Составление схемы: Последовательность действий и правила оказания первой медицинской помощи при кровотечениях.
4. Письменное изложение вопроса: Капиллярное кровотечение, Венозное кровотечение, Артериальное кровотечение, Внутреннее кровотечение.
5. Составление схемы: Последовательность действий и правила оказания первой медицинской помощи при ожогах и отморожениях.
6. Письменное изложение вопроса: «Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути».
7. Подготовка сообщений на тему: «Классификация основных инфекционных болезней», «Профилактика основных инфекционных болезней», «Пути передачи возбудителей инфекционных болезней» (по выбору).
8. Подготовка сообщений на тему: «Ваш малыш может НЕ болеть», «Советы будущей маме», «Тайна здоровья ребенка», «Здоровье семьи» (по выбору).



### Темы сообщений:

1. Основные источники загрязнений окружающей среды в атмосфере, гидросфере и на Земле.
2. Влияние курения на нервную и сердечнососудистую системы.
3. Алкоголизм и его социальные последствия.
4. Особенности женского алкоголизма и его социальные последствия.
5. Классификация наркотиков, их характеристика и поражающее действие.
6. Влияние курения и алкоголя на умственную и физическую работоспособность человека.
7. Модель поведения пешеходов
8. Модель поведения велосипедистов.
9. Модель поведения пассажиров.
10. Ранние половые связи подростков и последствия для их здоровья.
11. ВИЧ-инфекция и СПИД.
12. Заболевания, передающиеся половым путем.
13. Роль физической культуры в сохранении здоровья.
14. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
15. Объект «Вега» - источник радиационной опасности в Астраханской области.
16. Предприятия Газпрома – потенциальный источник техногенных ЧС в Астраханской области.
17. «Южные очистные сооружения» - потенциальный источник химического заражения в Астрахани.
18. Военный полигон «Ашулук» - вероятный источник ЧС военного характера.
19. Объекты ЖКХ – вероятный источник ЧС техногенного характера.
20. Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
21. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
22. Термоядерное, нейтронное, химическое, бактериологическое, радиологическое, метеорологическое, сейсмическое виды оружия: история создания, принцип действия и поражающие факторы.
23. Назначение и общие задачи по охране здоровья и безопасности граждан, защите населения и территорий от ЧС: Роспотребнадзор, МВД, МЧС (ГИМС, войска ГО, государственная противопожарная служба).
24. Цели и содержание военной службы по призыву.
25. Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
26. Организация и порядок призыва граждан на военную службу в России.
27. Строевая подготовка, ее роль и значение в выправке военнослужащих и проведении торжественных мероприятий.
28. Понятие о строе.
29. Виды строя.
30. Движение строевым шагом.
31. Права и обязанности военнослужащих.
32. Ответственность военнослужащих.
33. Воинские поощрения и взыскания.
34. Требования, предъявляемые к моральным качествам призывника.
35. Требования, предъявляемые к индивидуально-психологическим качествам призывника.
36. Требования, предъявляемые к этическим качествам призывника
37. Требования, предъявляемые к профессиональным качествам призывника.
38. Классификация основных инфекционных болезней,

39. Профилактика основных инфекционных болезней,
40. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней.

**Темы индивидуальных проектов:**

1. Режим дня, труда и отдыха.
2. Рациональное питание и его значение для здоровья.
3. Закаливание и его влияние на здоровье.
4. Влияние двигательной активности на здоровье человека.
5. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.
6. Особенности природных ЧС.
7. Особенности техногенных ЧС.
8. Войска воздушно-космической обороны.
9. Пограничные войска ФСБ РФ.
10. Структура ВМФ.
11. Призыв на военную службу.
12. Общие правила оказания первой помощи.
13. Основные инфекционные болезни.
14. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.

#### 4. Характеристика основных видов деятельности обучающихся

<b>Содержание обучения</b>	<b>Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)</b>
<b>Введение</b>	Различие основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности. Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей, от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите
<b>Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения</b>	
Здоровье и здоровый образ жизни. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека. Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья. Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха. Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека
Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика	Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам. Обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя
Правила и безопасность дорожного движения	Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения
Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества Правовые основы взаимоотношения полов.	Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека
<b>Государственная система обеспечения безопасности населения.</b>	
Общие понятия и классификация природных и техногенных ЧС	Усвоение общих понятий ЧС, классификация ЧС природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения
Автономное существование человека	Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах
Противопожарная безопасность	Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС
Единая государственная система предупреждения и	Характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС).

ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	Раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени
Современные средства поражения и их поражающие факторы	Характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий
Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени	Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС
Обучение населения защите от ЧС	Объяснение основных правил эвакуации населения в условиях ЧС, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС
Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности
<b>Основы обороны государства и воинская обязанность</b>	
История создания ВС России	Анализ основных этапов проведения военной реформы ВС РФ на современном этапе, характеристика основных этапов создания ВС России
Организационная структура ВС РФ. Виды и рода ВС РФ	Определение организационной структуры, видов и родов ВС РФ; Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных Сил Российской Федерации
Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Призыв на военную службу. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества.	Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части. Формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих.  Сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; Анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества. Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.
Строевая подготовка	Освоение основ строевой подготовки
Воинская дисциплина и ответственность	Характеристика понятий “воинская дисциплина” и “ответственность”
Боевые традиции ВС России	Определение боевых традиций ВС России, объяснение основных понятий о ритуалах ВС РФ и символах воинской чести
<b>Основы медицинских знаний</b>	
Понятие первой помощи. Общие	Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь

правила оказания первой медицинской помощи	
Понятие и виды кровотечений	Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений
Первая помощь при ожогах и воздействии низких температур	Идентификация основных признаков теплового удара
Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути	Характеристика основных признаков жизни
Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика	Моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях
Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка	Определение основных средств планирования семьи. Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины

## **5. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»**

### **8.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы дисциплины осуществляется в кабинете безопасности жизнедеятельности и охраны труда.

Оборудование учебного кабинета безопасности жизнедеятельности и охраны труда:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- аудиторная доска: меловая;
- стенды;
- плакаты;
- методическое обеспечение дисциплины

**Технические средства обучения:** лаборатории «Информатика» и «Информатика и информационные технологии в профессиональной деятельности»

### **5.2 Информационное обеспечение обучения**

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. 2-изд. стер. — М.: изд. центр “Академия” 2017. — 368с.

#### **Интернет-ресурсы:**

1. [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
2. [www.mavd.ru](http://www.mavd.ru) (сайт МВД РФ).
3. [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).
4. [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ).

### **5.3. Рекомендации по реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

#### **5.3.1. Наличие соответствующих условий реализации дисциплины**

Для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья на основании письменного заявления обучающегося дисциплина (профессиональный модуль) реализуется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья (далее - индивидуальных особенностей); обеспечивается соблюдение следующих общих требований: использование специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего такому обучающемуся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания и помещения, где проходит учебный процесс, размещение на портале ОСП необходимых материалов для теоретической подготовки, для лабораторных работ, материалов для самопроверки знаний (компетенций) и подготовки к контролю знаний по разделам дисциплины (профессионального модуля), другие условия, без которых невозможно или затруднено обучение по дисциплине (профессиональному модулю).

### **5.3.2. Обеспечение соблюдения общих требований**

При реализации дисциплины (профессионального модуля) на основании письменного заявления обучающегося обеспечивается соблюдение следующих общих требований: проведение занятий для студентов-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в одной аудитории совместно с другими обучающимися, не имеющими ограниченных возможностей здоровья, если это не создает трудностей для обучающихся; присутствие в аудитории ассистента (ассистентов), оказывающего(их) обучающимся необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей на основании письменного заявления; пользование необходимыми обучающимся техническими средствами с учетом их индивидуальных особенностей.

### **5.3.3. Доведение информации до сведения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья**

Все локальные нормативные акты ОСП «ВКМРПК» по вопросам реализации дисциплин (профессиональных модулей) доводятся до сведения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в доступной для них форме.

### **5.3.4. Реализация увеличения продолжительности прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности для обучающегося с ограниченными возможностями здоровья**

Продолжительность прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности увеличивается по письменному заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья; продолжительность экзамена, проводимого в письменной форме увеличивается не менее чем на 0,5 часа; продолжительность подготовки обучающегося к ответу на экзамене, проводимом в устной форме, – не менее чем на 0,5 часа; продолжительность ответа обучающегося при устном ответе увеличивается не более чем на 0,5 часа