

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ  
БАРАБИНСКИЙ ФИЛИАЛ  
ГОСУДАРСТВЕННОГО АВТОНОМНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ  
«НОВОСИБИРСКИЙ ОБЛАСТНОЙ КОЛЛЕДЖ КУЛЬТУРЫ И ИСКУССТВ»

**Рабочая программа учебной дисциплины**  
**ОУП.09. Основы безопасности жизнедеятельности**  
по специальности  
53.02.05 Сольное и хоровое народное пение  
Углубленная подготовка

Барабинск 2023

Рассмотрена на заседании  
предметно-цикловой  
комиссии гуманитарных и  
социально-экономических  
дисциплин  
протокол № 6 от  
14.06.2023г.

Рабочая программа по  
дисциплине разработана на  
основе Федерального  
Государственного  
образовательного стандарта по  
специальности 53.02.05  
Сольное и хоровое народное  
пение, утвержденного приказом  
Министерства образования и  
науки Российской Федерации  
от 27.10.2014N1388  
(ред. от 17.05.2021)

**СОГЛАСОВАНО:**

Заведующий  
учебной частью  
Смык Т.В.  
«14» июня 2023 г.

**Разработчики:**

Евтютлова А.Ю., преподаватель основ безопасности жизнедеятельности ГАПОУ НСО «НОККиИ»;

Трофименко Л.В. преподаватель Барабинского филиала ГАПОУ НСО «НОККиИ»

**Рецензенты:** Галай И.А., преподаватель кафедры педагогики Куйбышевского филиала Новосибирского государственного педагогического университета, доцент;

Горбачева А.А., преподаватель высшей категории основ безопасности жизнедеятельности ГАПОУ НСО «Новосибирский педагогический колледж №1 им. А.С. Макаренко»

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>14</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>16</b>

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **ОУП.09.Основы безопасности жизнедеятельности**

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

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена (далее – ППСЗ) в соответствии с ФГОС СПО по специальности 53.02.05 Сольное и хоровое народное пение. Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в рамках специальности в 53.02.05 Сольное и хоровое народное пение, а также в дополнительном профессиональном образовании при реализации программ повышения квалификации и переподготовки по направлению «Сольное и хоровое народное пение» в рамках специальности СПО 53.02.05 Сольное и хоровое народное пение (по видам), углубленная подготовка.

### **1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Интегрированная учебная дисциплина ОУП.09 Основы безопасности жизнедеятельности является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

Данная учебная дисциплина входит в обязательную часть циклов ППСЗ, общеобразовательный учебный цикл (ОД.00) специальности 53.02.05 Сольное и хоровое пение.

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

Изучение дисциплины обеспечивает: ИЗ ФГОС

- сформированность экологического мышления, навыков здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни, понимание рисков и угроз современного мира;
- знание правил и владение навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного

характера;

- владение умением сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях, а также навыками оказания первой помощи пострадавшим;
- умение действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося **114 часов**, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **76 часов**;  
самостоятельной работы обучающегося **38 часов**.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 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>114</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>76</b>
в том числе:	
лабораторные работы	<i>не предусмотрены</i>
практические занятия	<b>10</b>
контрольные работы	<b>9</b>
курсовая работа (проект)	<i>не предусмотрены</i>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>38</b>
в том числе:	-
Реферат (доклад)	10
Внеаудиторная самостоятельная работа	28
Итоговая аттестация в <i>форме дифференцированного зачета</i>	
<b>Итого</b>	<b>114</b>

**2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины  
ОУП.09.Основы безопасности жизнедеятельности**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Введение	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины	2	1
<b>Раздел 1.Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>		<b>16</b>	
<b>Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>
	1. Общие понятия о здоровье и здоровом образе жизни.	1	
	2. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Взаимосвязь общей культуры обучающихся и их образа жизни	1	
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>(не предусмотрены)</i>	
	<b>Контрольная работа</b>	<i>(не предусмотрены)</i>	
	<b>Практические занятия</b>	<i>(не предусмотрены)</i>	
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Чтение литературы, самостоятельное знакомство с темой по плану: 1.Современное состояние здоровья молодежи. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни. 2.Двигательная активность. Активный отдых. 3.Влияние экологических факторов на здоровье человека. Влияние наследственных заболеваний в формировании здорового образа жизни. 4.О вреде и профилактике курения, алкоголизма, наркомании.	1		
<b>Тема 1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
	1. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья.	1	

	Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья		
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Практические занятия №1</b> Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Чтение литературы, самостоятельное знакомство с темой по плану: 1. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. 2. Правила личной гигиены и здоровье человека. 3. Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания	1	
<b>Тема 1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
	1   Основные источники загрязнения окружающей среды.	1	
	2   Техносфера как источник негативных факторов.	1	
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Практические занятия</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Повторная работа над учебным материалом	1	
<b>Тема 1.4. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	<b>2</b>
	1.   Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя.	1	
	2.   Курение и его влияние на состояние здоровья. Влияние курения на нервную систему, сердечно - сосудистую систему.	1	
	3   Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам.	1	



	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа №1</b> Ответы на контрольные вопросы	1	
	<b>Практические занятия</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Подготовка рассказа-презентации по темам: 1.Алкоголь и его влияние на здоровье человека, снижение умственной и физической работоспособности. 2.Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. 3.Профилактика наркомании.	2	
<b>Тема 1.5. Правила и безопасность дорожного движения</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	Правила поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	1	
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа №2</b> Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения	0,5	
	<b>Практические занятия №2</b> Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения	0,5	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Повторная работа над учебным материалом: Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.	1	
<b>Тема 1.6. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
	1 Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него.	1	
	2.Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья	1	
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Практические занятия</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Чтение литературы, самостоятельное знакомство с темой: «Материнство и здоровье».	1	

<b>Тема 1.7. Правовые основы взаимоотношения полов</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
	1.Брак и семья. Основы семейного права в Российской Федерации.	1	1
	2. Права и обязанности родителей	1	1
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Практические занятия</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Работа с нормативными документами: Конвенция ООН «О правах ребенка».	1	
<b>Раздел 2 Государственная система защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций</b>			
<b>Тема 2.1 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Безопасное поведение человека в опасных и</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	<b>1</b>
	1.Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам.	2	
	2.Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1	
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа №3</b> Действия в чрезвычайных ситуациях. Ответы на контрольные вопросы.	0,5	
	<b>Практическое занятие №3</b> Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии	0,5	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Повторная работа над учебным материалом: Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС. Работа с нормативными документами: Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных федеральными конституционными законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ) // СЗ РФ. — 2009.; Федеральный закон «О защите населения и	2	

<b>чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.</b>	территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»		
<b>Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Предназначение, структура, задачи гражданской обороны.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	3	
	1. Характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС). Раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени	1	<b>1</b>
	2. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	1	<b>1</b>
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа №4</b> Действия в чрезвычайных ситуациях. Ответы на контрольные вопросы. Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.	0,5	
	<b>Практическое занятие №4</b> Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).	0,5	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Работа с нормативными документами: Федеральный закон «О гражданской обороне»; Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах Составление тезисов ответов на вопросы для самопроверки.	2	
<b>Тема 2.3. Современные средства поражения и их поражающие факторы.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4	
	1. Современные средства поражения, их виды, наносимый ущерб, методы защиты. Мероприятия по защите населения.	2	<b>1</b>
	2. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций	1	<b>1</b>
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа №5</b> Ответы на вопросы тестового задания	0,5	
	<b>Практическое занятие №5</b> Изучение первичных средств пожаротушения.	0,5	

	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Работа с нормативными документами: Права и обязанности граждан Российской Федерации в области безопасности, определенные Федеральными законами «О гражданской обороне», «Об обороне»; Организация мероприятий гражданской обороны в образовательном учреждении в соответствии с Федеральным законом «О гражданской обороне». Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997.	2	
<b>Тема 2.4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	3	
	Инженерная защита, виды защитных сооружений.	1	<b>1</b>
	Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях	1	<b>1</b>
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа №6</b> Ответы на вопросы тестового задания	0,5	
	<b>Практическое занятие №6</b> Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени	0,5	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Повторная работа над учебным материалом: Использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени. Работа с нормативными документами: Права и обязанности граждан Российской Федерации в области безопасности, определенные Федеральными законами «О гражданской обороне», «Об обороне»; Организация мероприятий гражданской обороны в образовательном учреждении в соответствии с Федеральным законом «О гражданской обороне». Составление тезисов ответов на вопросы для самопроверки	1	
<b>Тема 2.5. Аварийно-</b> <b>Содержание учебного материала</b>	2		

спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.	Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения. 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	1	1
	Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.	0,5	1
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Практическое занятие №7</b> Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте	0,5	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Повторная работа над учебным материалом: Изучение первичных средств пожаротушения. Санитарная обработка людей на территории радиоактивного, химического и бактериологического заражения. Работа с нормативными документами: Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных федеральными конституционными законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ) // СЗ РФ. — 2009.; Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»	1	
<b>Тема 2.6.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	3	
<b>Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Безопасное поведение человека в опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера.</b> Государственные службы по охране	1. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.	1	1
	2. МЧС России, Полиция Российской Федерации, Служба скорой медицинской помощи, Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России), другие государственные службы в области безопасности	1	1
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа</b>	<i>не предусмотрены</i>	

здоровья и безопасности граждан.			
	<b>Практическое занятие №8</b> Моделирование поведения населения и оценка ситуаций, опасных для жизни и здоровья.	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Работа с нормативными документами: Федеральный закон «О противодействии терроризму». Подготовка рассказа - презентации о правилах поведения людей, захваченных террористами. Повторная работа над учебным материалом: Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени	1	
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>		22	
<b>Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	6	
	1. 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.	1	<b>1</b>
	2. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.	2	<b>1</b>
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа №7</b> Ответы на вопросы тестового задания	1	
	<b>Практическое занятие №9</b> Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации.	2	

	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Работа со справочными материалами по истории создания ВС РФ: подготовка доклада по темам: «История создания Сухопутных войск», «История создания ВВС», «История ВМФ». Повторная работа над учебным материалом: Различать основные понятия: военной и национальной безопасности; освоение функций и основных задач современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России. Работа с нормативными документами: Федеральный закон от 31.05.1996г. № 61-ФЗ «Об обороне»; Общевоинские уставы вооруженных сил Российской Федерации; Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. Выполнение заданий для обучения в тестовой форме	3	
<b>Тема 3.2.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	6	
<b>Воинская обязанность: обязательная подготовка граждан к военной службе, призыв к военной службе; прохождение военной службы по контракту; альтернативная гражданская служба</b>	1.Основные понятия о воинской обязанности: Воинский учет. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы	3	<b>1</b>
	2.Основные условия прохождения военной службы по контракту. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы	1	<b>2</b>
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа №8</b> Ответы на вопросы тестового задания	1	
	<b>Практическое занятие №10</b> Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Повторная работа над учебным материалом: Формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих. Добровольная подготовка граждан к военной службе: занятия военноприкладными 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. Подготовить доклад по темам: «Размещение,	3	

	жизнь и быт военнослужащих». «Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих». Составление тезисов ответов на вопросы для самопроверки.		
<b>Тема 3.2.</b> <b>Воинская обязанность: обязательная подготовка граждан к военной службы, призыв к военной службе; прохождение военной службы по контракту; альтернативная гражданская служба</b>			
<b>Тема 3.3. 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.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>1.</b> Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).	1	1
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа №9</b> Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества	0,5	
	<b>Практическое занятие №11</b> Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции	0,5	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Повторная работа над учебным материалом: Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников	1	
<b>Тема 3.4. Воинская</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	



<b>дисциплина и ответственность. Как стать офицером Российской армии.</b>	<b>1. Единоначалие</b> — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).	1	1
	<b>2. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования.</b> Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	1
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Практическое занятие</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Подготовить доклад по теме: «Военная дисциплина»; «Военно-учебные заведения». Повторная работа над учебным материалом: 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. Составление тезисов ответов на вопросы для самопроверки.	1	
<b>Тема 3.5. Боевые традиции Вооруженных Сил России.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	3	
	<b>1. Патриотизм и верность воинскому долгу</b> — основные качества защитника Отечества. Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества.	1	1
	<b>2. Дни воинской славы России</b> — дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.	1	1
	<b>3. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.</b> Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.	1	1
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Практическое занятие</b>	<i>не предусмотрены</i>	

	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Подготовка рассказа – презентации: «Боевые традиции Вооруженных Сил России». «Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений». Составление тезисов ответов на вопросы и задания для самоконтроля	2	
<b>Тема 3.6. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	3	
	<b>1</b> 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.	1	1
	<b>2.</b> 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	1	1
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа №10 Ответы на вопросы тестового задания</b>	1	
	<b>Практическое занятие</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Повторная работа над учебным материалом: Составление тезисов ответов на вопросы для самопроверки.	1	
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>		18	
<b>Тема 4.1. Понятие первой помощи.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	1. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни.	1	1
	2. Общие правила оказания первой помощи	1	1
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Практическое занятие</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Повторная работа над учебным материалом. Работа с нормативными документами: Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».	1	

	Составление тезисов ответов на вопросы для самопроверки.		
<b>Тема 4.2. Понятие травм и их виды. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	3	
	<b>1.</b> Первая помощь при переломах, электротравмах, сотрясениях и ушибах головного мозга. Правила первой помощи при ранениях.	1	1
	<b>2.</b> Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза	1	2
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Практическое занятие №12</b> Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи пострадавшим	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Повторная работа над учебным материалом: Первая помощь при закрытых травмах опорно-двигательного аппарата Составление тезисов ответов на вопросы для самопроверки	1	
<b>Тема 4.3. Понятие и виды кровотечений.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	3	
	<b>1.</b> Виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном и венозном кровотечениях, основные признаки внутреннего кровотечения.	1	1
	<b>2.</b> Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки.	1	2
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа №11</b> Ответы на вопросы тестового задания	0,5	
	<b>Практическое занятие №13</b> Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях	0,5	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Повторная работа над учебным материалом: Виды кровотечения. Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений. Методика оказания первой помощи при кровотечении. Составление тезисов ответов на вопросы для самопроверки	2	
<b>Тема 4.4. Первая помощь при ожогах. Первая помощь при воздействии низких температур.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	<b>1.</b> Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур.	1	1
	<b>2.</b> Основные степени отморожений. Первая помощь при отморожениях	1	2

	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Практическое занятие</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Повторная работа над учебным материалом: Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. Составление тезисов ответов на вопросы для самопроверки	1	
<b>Тема 4.5. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при отсутствии сознания</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	3	
	<b>1. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.</b>	0,5	1
	<b>2. Острое и хроническое отравление.</b>	0,5	2
	<b>3. 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.</b>	1	
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Контрольная работа №12</b> Оказание реанимационной помощи пострадавшим	0,5	
	<b>Практическое занятие №14</b> Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.	0,5	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Повторная работа над учебным материалом: Оказание первой помощи при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Характеристика основных признаков жизни. Составление тезисов ответов на вопросы для самопроверки	2	
<b>Тема 4.6. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	3	
	<b>1. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней.</b>	1	1
	<b>2. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика</b>	1	2
	<b>Лабораторные работы</b>	<i>не предусмотрены</i>	

	<b>Контрольная работа №13</b> Ответы на вопросы тестового задания	1	
	<b>Практическое занятие</b>	<i>не предусмотрены</i>	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Повторная работа над учебным материалом: Составление тезисов ответов на вопросы для самопроверки	1	
<b>Тема 4.7. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основы ухода за младенцем.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	1.Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей.	1	1
	2.Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами.	1	2
	<b>Лабораторные работы</b>	не предусмотрены	
	<b>Контрольная работа</b>	не предусмотрены	
	<b>Практическое занятие</b>	не предусмотрены	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> <b>Повторная работа над учебным материалом:</b> Методы определения здоровья будущих родителей. Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи. Составление тезисов ответов на вопросы для самопроверки	1	
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>			
<b>Итого</b>		114	

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

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

Реализация программы дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предполагает наличие учебного кабинета для проведения групповых занятий, библиотеки, читального зала с выходом в сеть Интернет.

**Оборудование учебного кабинета:** рабочие места по количеству обучающихся, рабочее место преподавателя, доска; УМК учебной дисциплины (учебники, учебно-методические рекомендации, ЭОР и т.п.).

**Технические средства обучения:** компьютер, проектор.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

##### **Основная литература**

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учебное пособие для общеобразовательных учреждений (базовый уровень) / [В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский]; под ред. В.Н. Латчука.- 6-е изд., стер. – Москва: Дрофа, 2020.- 238, [2] с.: ил. - (Российский учебник). - Текст: непосредственный.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник (базовый уровень) / Н. В. Латчук, В. В. Марков, С. К. Миронов и др. ; под редакцией В. Н. Латчука.- 8-е изд. пресмотр.- Москва : Дрофа, 2019.- 255 с.: ил.- (Российский учебник).- Текст: непосредственный.

##### **Дополнительная литература**

1. Беляков, Г. И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях: учебник для среднего профессионального образования / Г. И. Беляков. - 3-е изд., перераб. и доп.- Москва: Юрайт, 2020. - 354 с. ;

2. Безопасность жизнедеятельности: учебник для среднего профессионального образования / Э.А. Арустамов, Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко, Г.В. Гуськов.- 20-е изд., стер.- Москва: Академия, 2023.- 208 с.- (Профессиональное образование).
3. Микрюков В. Ю. Основы безопасности жизнедеятельности с электронным приложением : учебник для среднего профессионального образования / В.Ю. Микрюков.- Москва : КноРус, 2020.- 296 с. - Текст : непосредственный.
4. Основы здорового образа жизни в образовательной организации: учебное пособие для среднего профессионального образования / А. А. Зайцев [и др.] ; под общей редакцией А. А. Зайцева. - 2-е изд., перераб. и доп.- Москва : Юрайт, 2020. - 137 с. - (Профессиональное образование).
5. Шимановская Я. В. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф : учебник для среднего профессионального образования / Я. В. Шимановская, А. С. Сарычев, К. А. Шимановская. - Москва : КноРус, 2020. - 480 с.- (Среднее профессиональное образование).- Текст :
6. Абраменко, М. Н. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / М. Н. Абраменко, А. В. Завьялов. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2020. - 97 с. : ил.;табл. - Текст: электронный.- Доступ из ЭБС Университетская библиотека онлайн.
7. Дыхан, Л. Б. Меры защиты и действия населения в чрезвычайных ситуациях социального характера: учебное пособие / Л. Б. Дыхан ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Южный федеральный университет». - Ростов-на-Дону; Таганрог: Южный федеральный университет, 2019. - 117 с.: ил. - Текст: электронный.- Доступ из ЭБС Университетская библиотека онлайн.

8. Семехин, Ю. Г. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие для ссузов / Ю. Г. Семехин, В. И. Бондин. –2-е изд., стер. Москва : Берлин: Директ-Медиа, 2019. - 413 с.: ил. – Текст : электронный.- Доступ из ЭБС Университетская библиотека онлайн.
9. Федорян, А. В. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие для среднего профессионального образования [12+] / А. В. Федорян. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2022. – 188 с. : ил., табл., схем. – (СПО). – Текст: электронный.- Доступ из ЭБС Университетская библиотека онлайн.

**Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети  
«Интернет», включая профессиональные базы данных**

ЭБ «Лань». <https://e.lanbook.com/>

school-collection.edu - Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов. Коллекция включает в себя разнообразные цифровые образовательные ресурсы, методические материалы, тематические коллекции, инструменты (программные средства) для поддержки учебной деятельности и организации учебного процесса.

fcior.edu.ru - Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов. Обеспечивает доступность и эффективность использования электронных образовательных ресурсов для всех уровней и объектов системы образования РФ. Реализует концепцию "единого окна" для доступа к любым электронным образовательным ресурсам системы образования РФ.

**Информационно-справочные системы:**

Консультант+ [Электронный ресурс]: информационно-правовой портал: сайт. –

Режим доступа: <http://www.consultant.ru> свободный

КОДЕКС (справочно-правовая система) [Электронный ресурс]: сайт / Информ.-



правовой консорциум «КОДЕКС». –Режим доступа: <http://www.kodeks.ru> , свободный.

### **Наглядно - методические пособия**

1. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в экстремальных ситуациях с веществами : учебное пособие : [комплект плакатов] / под редакцией М. В. Чинюка, А. И. Овсяника; фото из архива «Армпресс» и ФГО ВИА.- Москва : ООО Армпресс, [?].-1 папка (10 отд.л.): офсет ; 60 х 90 см.- Изображение (неподвижное ; двухмерное) : непосредственное.
2. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы: учебное пособие : [комплект плакатов] / под редакцией М. В. Чинюка, А. И. Овсяника; рецензент П. В. Зыкин; фото из архива «Армпресс» и ГО ВИА.- Москва : ООО Армпресс, [?].-1 папка (10 отд.л.): офсет; 60 х90 см. Изображение (неподвижное ; двухмерное) : непосредственное.
3. Вооруженные силы – защитники Отечества: учебное пособие: [комплект плакатов] / редактор А. И. Докучаев.- Москва: ООО Армпресс, [?].-1 папка (10 отд. л.): офсет; 60 х 90 см. Изображение (неподвижное ; двухмерное) : непосредственное.
4. Действия населения в чрезвычайных ситуациях природного характера: учебное пособие: [комплект плакатов] / редактор А. И. Докучаев; художник В. П. Шишкнин.- Москва: ООО Армпресс, [?].-1 папка (10 отд.л.): офсет; 60 х90 см. Изображение (неподвижное; двухмерное): непосредственное.
5. Действия населения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера: учебное пособие: [комплект плакатов] / редактор А. И.

- Докучаев; художник В. П. Шишкнин.- Москва: ООО Армпресс, [?].-1 папка (10 отд.л.): офсет; 60 х90 см. Изображение (неподвижное; двухмерное) : непосредственное.
6. Действия при отравлениях ядовитыми веществами: учебное пособие : [комплект плакатов] / редактор А. И. Докучаев; художник В. П. Шишкнин.- Москва: ООО Армпресс, [?].-1 папка (10 отд.л.): офсет; 60 х90 см.- Изображение (неподвижное; двухмерное) : непосредственное.
7. Действия при пожаре: учебное пособие: [комплект плакатов] / редактор А. И. Докучаев.- Москва : ООО Армпресс, [?].- 1 папка (8 отд. л.): офсет; 60 х90см. Изображение (неподвижное; двухмерное): непосредственное.
8. Защита населения в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени : учебное пособие: [комплект плакатов] / под редакцией М. В. Чинюка, А. И. Овсяника ; рецензент П. В. Зыкин ; фото из архива «Армпресс» и ГО ВИА.- Москва: ООО Армпресс, [?].-1 папка (10 отд.л.): офсет; 60 х90см. Изображение (неподвижное; двухмерное): непосредственное.
9. Меры по противодействию терроризму: учебное пособие: [комплект плакатов] / редактор А. И. Докучаев ; фото из архива «Армпресс». – Москва: ООО Армпресс, [?].-1 папка (10 отд.л.): офсет; 60 х90см. Изображение (неподвижное ; двухмерное) : непосредственное.
10. Обеспечение личной безопасности в экстремальных ситуациях веществами : учебное пособие : [комплект плакатов] / редактор А. И. Докучаев ; художник В. П. Шишкнин.- Москва : ООО Армпресс, [?].-1

папка (10 отд.л.): офсет; 60 х90 см. Изображение (неподвижное; двухмерное) : непосредственное.

11. Организация гражданской обороны: учебное пособие: [комплект плакатов] / редактор А. И. Докучаев; фото из архива «Армпресс».- Москва: ООО Армпресс, [?].-1 папка (10 отд.л.): офсет; 60 х 90 см. Изображение (неподвижное ; двухмерное) : непосредственное.

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

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися творческих заданий.

<b>Результаты обучения</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
Предметные:	
сформированность экологического мышления, навыков здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни, понимание рисков и угроз современного мира;	письменный контроль, проектирование;
знание правил и владение навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;	наблюдение, устный и письменный опрос;
владение умением сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях, а также навыками оказания первой помощи пострадавшим;	интерпретация результатов наблюдений;
умение действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях.	защита реферата, наблюдение за деятельностью обучающихся при освоении учебной дисциплины;

