

МИНОБРНАУКИ РОССИИ



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Российский государственный гуманитарный университет»
(ФГБОУ ВО «РГУ»)
Гуманитарный колледж

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

БД.07 Основы безопасности жизнедеятельности

специальности 43.02.10 Туризм

(социально-экономического профиля)

2021 г.

ОДОБРЕНА
Предметной (цикловой) комиссией по
Физической культуре, Основам безопасности
жизнедеятельности и Безопасности
жизнедеятельности

Протокол
№ 1 от «10» сентября 2021 г.

Разработана на основе
– требований федерального
государственного образовательного
стандарта государственного
образовательного стандарта среднего общего
образования (утвержден приказом
Минобрнауки России от 17.05.2012 г. № 413),
– примерной программы
общеобразовательной дисциплины Основы
безопасности жизнедеятельности,
рекомендованной ФГАУ «ФИРО» для
реализации основной профессиональной
образовательной программы СПО на базе
основного общего образования с получением
среднего общего образования (протокол №3
от 21.07.2015г).

Разработчик: Бочаров Б.В., к. воен. наук, профессор, преподаватель ГК РГГУ

Рецензент: Нецветаев А.Г., к. биол. н., преподаватель Гуманитарного колледжа РГГУ

Содержание

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	8
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	17
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	19

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности является частью основной образовательной программы среднего общего образования в пределах освоения основной образовательной программы среднего профессионального образования – программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ), относящейся к социально-экономическому профилю.

Рабочая программа может использоваться другими образовательными организациями, реализующими образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ППССЗ на базе основного общего образования.

Рабочая программа учебного предмета может быть адаптирована для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

1.2. Место предмета в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Учебный предмет Основы безопасности жизнедеятельности является частью предметной области Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности ФГОС среднего общего образования. Учебный предмет Основы безопасности жизнедеятельности является базовым предметом БД 07 и изучается в общеобразовательном цикле ППССЗ.

1.3. Цели и задачи предмета - требования к результатам освоения предмета:

Реализация учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности направлена на достижение следующих **целей**:

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

В результате изучения учебного предмета обучающийся должен **уметь**:

- формировать представления о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- формировать представления о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- формировать представления о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- владеть основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

В результате изучения учебного предмета обучающийся должен **знать**:

- основы государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- распространенные опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера;
- факторы, пагубно влияющие на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);
- основные меры защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- основы обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- основные виды военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- основы медицинских знаний.

1.4. Количество часов на освоение программы учебного предмета:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 105 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 70 часов;
- самостоятельной работы обучающегося 35 часов.

1.5. Результаты освоения программы учебного предмета

Освоение содержания учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

личностных:

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

метапредметных:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;
- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и 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.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	105
Работа обучающихся во взаимодействии с преподавателем	70
в том числе:	
лекции, уроки	70
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	35
подготовка рефератов	25
подготовка к занятиям, промежуточной и итоговой аттестации	6
подготовка к контрольным работам	4
Формы промежуточной аттестации: 1 семестр - аттестация с оценкой, 2 семестр - дифференцированный зачет	

2.2. Тематический план и содержание учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и их характеристики		16	
Тема 1. Чрезвычайные ситуации и их современная классификация. Введение в предмет, термины и определения	Содержание учебного материала Классификация опасных и чрезвычайных ситуаций по происхождению (природные, техногенные и социальные).	2	1
Тема 2. Характеристика опасных природных явлений, техногенных аварий и катастроф, также опасностей возникающих при ведении военных действий или вследствие военных действий	Содержание учебного материала Общая характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, возможные последствия, принимаемые меры по их предупреждению и снижению ущерба. Защита населения территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	2	1
Тема 3. ЧС природного и техногенного характера. Правила поведения при ЧС природного и техногенного характера	Содержание учебного материала Влияние хозяйственной деятельности человека на атмосферу, гидросферу и биосферу. Общие требования к экологической и производственной безопасности технических систем и технологических процессов.	2	1
Тема 4. Характеристика опасных ситуаций социального характера. Возможная криминогенная обстановка, правила безопасного поведения	Содержание учебного материала Краткая характеристика опасных ситуаций социального характера. Возможная криминогенная обстановка в местах проживания, правила безопасного поведения в местах повышенной криминогенной опасности (на рынке, стадионе, вокзале и др.).	2	1

Тема 5. Роль несовершеннолетних в возникновении опасных ситуаций социального характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних	Содержание учебного материала Роль несовершеннолетних в возникновении опасных ситуаций социального характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Хулиганство, вандализм, грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества, насилие над личностью. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.	2	1
Тема 6. РСЧС, история ее создания, предназначения, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала РСЧС, история ее создания, предназначения, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций.	4	1
Тема 7. Права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала Права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.	2	1
Раздел 2. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны		18	
Тема 8. Гражданская оборона, история ее создания, предназначения и задачи по обеспечению защиты населения	Содержание учебного материала Гражданская оборона, история ее создания, предназначения и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при введении боевых действий или вследствие этих действий.	2	1
Тема 9. Структура управления и органы управления гражданской обороной	Содержание учебного материала Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной. Организационная структура гражданской обороны в организации, ее задачи на мирное и военное время.	2	1
Тема 10. Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва	Содержание учебного материала Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.	2	1
Тема 11. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм	Содержание учебного материала Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.	2	1

Тема 12. Бактериологическое (биологическое) оружие, способы и признаки его применения. Современные обычные средства поражения, их поражающие факторы	Содержание учебного материала Бактериологическое (биологическое) оружие, способы и признаки его применения. Современные обычные средства поражения, их поражающие факторы. Проводимые мероприятия по защите населения от современных средств поражения.	2	1
Тема 13. Порядок оповещения населения при ЧС. Действия населения и персонала объектов по сигналам оповещения	Содержание учебного материала Порядок оповещения населения при ЧС. Действия населения и персонала объектов по сигналам оповещения.	2	1
Тема 14. Защитные сооружения ГО, их предназначения, виды сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях	Содержание учебного материала Защитные сооружения ГО, их предназначения, виды сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.	2	1
Тема 15. Средства индивидуальной защиты населения	Содержание учебного материала Средства индивидуальной защиты населения. Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики.	2	2
Тема 16. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зонах чрезвычайных ситуаций. Эвакуация населения	Содержание учебного материала Организация проведения аварийно-спасательных работ в зонах чрезвычайных ситуаций. Эвакуация населения. Организация и проведение эвакуации. Назначение и работа эвакуационных комиссий. Обязанности и правила поведения населения при эвакуации.	2	2
Самостоятельная работа студентов включает в себя: систематическую проработку конспектов занятий, литературы, подготовку к занятиям, промежуточной аттестации, к контрольным работам.		17	
Примерная тематика рефератов: 1. Безопасность жизнедеятельности в жизни современного общества. 2. Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения: группы и виды. 3. Аварии и катастрофы с выбросом химически опасных веществ и очаги поражения (поражающие признаки). 4. Аварии с выбросом радиоактивных веществ и очаги поражения. 5. Аварии (катастрофы) на пожаро-взрывоопасных объектах и очаги поражения. 6. Аварии на гидродинамически опасных объектах и очаги поражения. 7. Аварии и катастрофы на транспорте.		12	

<ol style="list-style-type: none"> 8. Аварии и катастрофы на коммунально-энергетических сетях. 9. Возможные чрезвычайные ситуации (аварии, катастрофы) техногенного характера в пределах г. Москвы и Московской области. 10. История крупных аварий и катастроф на территории Москвы и Московской области. 11. Основные источники и причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера. 12. Крупнейшие техногенные ЧС на территории России (стран СНГ) в последнее десятилетие 20-го века и их последствия. 13. Классификация и характеристики чрезвычайных ситуаций (катастроф) природного характера: группы и виды. 14. Стихийные бедствия геофизического и геологического характера и их возможные последствия. 15. Стихийные бедствия метеорологического характера и их последствия. 16. Стихийные бедствия гидрологического характера и их последствия. 17. Крупнейшие природные катастрофы 20-го и 21-го века и их последствия. 18. Биолого-социальные ЧС и их последствия для людей и окружающей среды. 19. Последствия космических катастроф и основные поражающие факторы от воздействия космических объектов (техногенного происхождения). 20. Чрезвычайные ситуации экологического характера и их влияние на изменение состояния окружающей среды. 21. Влияние техногенных аварий и катастроф на экологическое состояние окружающей среды. 22. Современные средства (системы) вооруженной борьбы: общая классификация. 23. Обычные средства поражения и основные поражающие факторы от их воздействия. 24. Оружие массового поражения и основные поражающие факторы от его воздействия. 25. Нетрадиционные средства (системы) поражения и их последствия для окружающей среды. 26. Современные ядерные средства вооружения и опасность их применения для человечества. 27. Возможные экологические последствия войн и военных конфликтов. 28. Способы борьбы с лесными и торфяными пожарами. 29. Действия человека, оказавшегося в зоне лесного пожара. 30. Поведение человека, оказавшегося в зоне наводнения. 31. Поведение и действие человека при землетрясении. 32. Меры защиты человека при урагане. 33. Предназначение, задачи и организационная структура РСЧС. 34. Задачи и структура МЧС России. 35. Общие положения по защите населения, требования к защите населения, принципы и способы защиты населения в ЧС. 36. Укрытие населения (персонала объектов) в защитных сооружениях ГО. 37. Эвакуация населения, сущность и способы рассредоточения и эвакуации. 38. Применение средств индивидуальной защиты. 39. Правила поведения и действия населения в очаге ядерного поражения. 40. Правила поведения и действия населения в очаге химического поражения. 41. Поведение в очаге бактериологического (биологического) поражения. 42. Правила поведения и действия населения в очаге комбинированного поражения. 		
---	--	--

		Всего за 1 семестр:	51	
Раздел 3. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи			16	
Тема 17. Ранения, их виды. Кровотечения, их виды. Первая помощь при кровотечениях	Содержание учебного материала Ранения, их виды. Первая помощь при ранениях. Профилактика осложнения ран. Правила наложения повязок на голову, верхние и нижние конечности. Кровотечения, их виды. Первая помощь при кровотечениях. Способы временной остановки кровотечений. Точки пальцевого прижатия артерий. Правила наложения кровоостанавливающего жгута.		2	2
Тема 18. Переохлаждение и обморожение, первая медицинская помощь при обморожении	Содержание учебного материала Переохлаждение и обморожение, первая медицинская помощь при обморожении.		2	2
Тема 19. Первая помощь при остановке сердца	Содержание учебного материала Первая помощь при остановке сердца. Понятия клинической смерти и реанимация. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.		2	2
Тема 20. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	Содержание учебного материала Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.		2	2
Тема 21. Характеристика ситуаций, при которых возможно массовое поражение людей	Содержание учебного материала Характеристика ситуаций, при которых возможно массовое поражение людей.		2	2
Тема 22. Особенности оказания первой помощи при радиационном поражении	Содержание учебного материала Особенности оказания первой помощи при радиационном поражении в сочетании с травматическими повреждениями.		2	2
Тема 23. Первая помощь при отравлении опасными химическими веществами (ОХВ)	Содержание учебного материала Первая помощь при отравлении опасными химическими веществами (ОХВ).		2	2

Тема 24. Правила оказания само- и взаимопомощи в различных чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера	Содержание учебного материала Правила оказания само- и взаимопомощи в различных чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера (землетрясения, наводнения, пожары, промышленные катастрофы).	2	2
Раздел 4. Основы здорового образа жизни		20	
Тема 25. ЗОЖ. Основные критерии здоровья	Содержание учебного материала Здоровый образ жизни как средство сохранения и укрепления индивидуального здоровья. Основные критерии здоровья.	2	1
Тема 26. Общие понятия о режиме жизнедеятельности человека, пути обеспечения высокого уровня работоспособности	Содержание учебного материала Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе его жизнедеятельности. Общие понятия о режиме жизнедеятельности человека, пути обеспечения высокого уровня работоспособности.	2	1
Тема 27. Режим труда и отдыха. Влияние биологического режима на уровне жизнедеятельности человека	Содержание учебного материала Значение режима труда и отдыха для гармоничного развития человека. Влияние биологического режима на уровне жизнедеятельности человека. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой.	2	1
Тема 28. Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека	Содержание учебного материала Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека. Правила использования факторов окружающей природной среды для закаливания. Необходимость системного выполнения закаливающих процедур.	2	1
Тема 29. Общая характеристика режима питания и его роль в обеспечении здоровья и работоспособности человека	Содержание учебного материала Питание – основные понятия и его роль в жизни человека.	2	1
Тема 30. Сбалансированное питание, раздельное питание, видовое питание, основные определения и подходы	Содержание учебного материала Сбалансированное питание, раздельное питание, видовое питание, основные определения и подходы. Понятия о вегетарианском, диетическом, лечебном питании. Общая характеристика режима питания и его роль в обеспечении здоровья и работоспособности человека.	2	1

Тема 31. Вредные привычки и их социальные последствия. Алкоголь, курение	Содержание учебного материала Вредные привычки и их социальные последствия. Алкоголь, влияние на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя. Курение и его влияние на состояние здоровья. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему.	2	1
Тема 32. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения	Содержание учебного материала Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика вредных привычек.	3	1
Тема 33. Болезни, передаваемые половым путем. Личная гигиена	Содержание учебного материала Болезни, передаваемые половым путем, формы передачи, причины, способствующие заражению БППП. Личная гигиена, общие понятия и определения.	3	1
Самостоятельная работа студентов включает в себя: систематическую проработку конспектов занятий, литературы, подготовку к занятиям, промежуточной аттестации, к контрольным работам.		18	
Примерная тематика рефератов: 1. Ранения, их виды. 2. Первая медицинская помощь при ранениях. 3. Профилактика осложнения ран. 4. Правила наложения повязок на голову, верхние и нижние конечности. 5. Кровотечения, их виды. Первая медицинская помощь при кровотечениях. 6. Способы временной остановки кровотечений. 7. Переохлаждение и обморожение, первая медицинская помощь при обморожении. 8. Первая медицинская помощь при остановке сердца. 9. Понятия клинической смерти и реанимация. 10. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. 11. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. 12. Инфекционные заболевания и их профилактика. 13. Особенности оказания первой медицинской помощи при радиационном поражении в сочетании с травматическими повреждениями. 14. Первая медицинская помощь при отравлении опасными химическими веществами (ОХВ). 15. Правила оказания само- и взаимопомощи в различных чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера (землетрясения, наводнения, пожары, промышленные катастрофы). 16. Здоровый образ жизни. 17. Основные критерии здоровья. 18. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе его жизнедеятельности.		13	

19. Режиме жизнедеятельности человека.		
20. Вредные привычки и их социальные последствия.		
21. Алкоголь, влияние на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя.		
22. Курение и его влияние на состояние здоровья.		
23. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему.		
24. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам.		
25. Профилактика вредных привычек.		
26. Болезни, передаваемые половым путем, формы передачи, причины, способствующие заражению БППП.		
27. Личная гигиена, общие понятия и определения.		
28. Питание и его роль в жизни человека.		
29. Сбалансированное питание, раздельное питание, видовое питание, основные определения и подходы.		
30. Вегетарианское, диетическое, лечебное питание.		
Всего за 2 семестр:	54	
Всего	105	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебного предмета требует наличия кабинета безопасности жизнедеятельности.

Учебное оборудование: Рабочие места обучающихся. Рабочее место преподавателя. Маркерная доска.

Учебно-наглядные пособия: нормативные документы, комплекс учебно-наглядных и методических пособий, стенды, плакаты

Технические средства: ноутбуки с выходом в Интернет (лицензионное программное обеспечение: 7 zip, Kaspersky endpoint security 10, K-lite codec pack, Microsoft Office 2013), аудиоколонки, переносной проектор. Электронные ресурсы в среде интернет – справочно-правовая система: Консультант Плюс, Гарант, 1С: Предприятие

Спортивная площадка (открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий): комплект элементов полосы препятствий в соответствии с оборудованием военно-прикладной полосы препятствий («Разрушенный мост», «Разрушенная лестница», «Дорожка-Змейка», «Лабиринт», «Одиночный окоп для стрельбы и метания гранат, переносной»)

Спортивный зал: тир электронный.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности для педагогических и гуманитарных направлений: учебник и практикум для вузов / В. П. Соломин [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. - М: Юрайт, 2020. - 399 с. // URL: <https://urait.ru/bcode/450015>
2. 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. - М: Юрайт, 2020. - 354 с. // URL: <https://urait.ru/bcode/452122>
3. Мисюк М. Н. Основы медицинских знаний: учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Н. Мисюк. - 3-е изд., перераб. и доп. - М: Юрайт, 2020. - 499 с. // URL: <https://urait.ru/bcode/450861>
4. Хван Т. А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебное пособие / Т. А. Хван, П. А. Хван. - изд. 2-е. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2018. - 415 с. // URL: <https://znanium.com/catalog/product/1081525>

Дополнительная литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: Учеб. пособие для вузов / Под ред. проф. Л.А. Муравья. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. - 431 с. // URL: <https://znanium.com/catalog/product/1028923>
2. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. - 9-е изд., стер. - М: Академия, 2014. - 329 с.
3. Мельников В.П. Безопасность жизнедеятельности: учебник / В.П. Мельников, А.И. Куприянов, А.В. Назаров; под ред. проф. В.П. Мельникова. – М: КУРС, НИЦ ИНФРА-М, 2017. - 368 с. // URL: <https://znanium.com/catalog/product/780649>
4. Морозова О.Г. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие / Морозова О.Г., Маслов С.В., Кудрявцев М.Д. - Краснояр.: СФУ, 2016. - 266 с. // URL: <https://znanium.com/catalog/product/966664>
5. Никифоров Л.Л. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие; Среднее профессиональное образование / Московский государственный университет пищевых

производств; Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова. - 1. – М.: ООО "Научно-издательский центр ИНФРА-М", 2018. - 297 с.

6. Резчиков Е.А. Безопасность жизнедеятельности: учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. - 2-е изд., перераб. и доп. - М: Юрайт, 2020. - 639 с. // URL: <https://urait.ru/bcode/465937>

7. Холостова Е.И. Безопасность жизнедеятельности / Холостова Е.И., Прохорова О.Г. – М.: Дашков и К, 2017. - 456 с. // URL: <https://znanium.com/catalog/product/415043>

Профессиональные базы данных и информационные ресурсы сети Интернет:

1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам, <http://www.window.edu.ru>
2. Интернет журнал Безопасность в техносфере, <http://www.magbvt.ru>
3. Портал МЧС России «Культура безопасности жизнедеятельности», <http://www.culture.mchs.gov.ru>
4. Портал МЧС России, <http://www.mchs.gov.ru>
5. Российский портал открытого образования, <http://www.edu.ru>
6. Электронная библиотека РГГУ <https://liber.rsuh.ru/ru>
7. Электронный ресурс: ЭБС «Знаниум» <http://znanium.com>
8. Электронный ресурс: ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru>
9. Энциклопедия безопасности жизнедеятельности, <http://www.bzhde.ru>

Обмен информацией с российскими образовательными организациями:

1. ФГБОУ ВПО «Академия гражданской защиты Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий» (соглашение о сотрудничестве и совместной деятельности от 12.09.2014 г.).
2. Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы «Школа № 709» (договор о сетевой форме реализации образовательных программ от 01.09.2020 г.)

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Контроль и оценка результатов освоения учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности осуществляется в процессе проведения лекций, уроков

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения	Аттестация с оценкой, дифференцированный зачет
формировать представления о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора	подготовка рефератов, тестирование, подготовка презентаций
формировать представления о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения	подготовка рефератов, тестирование, подготовка презентаций
формировать представления о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности	подготовка рефератов, подготовка презентаций
предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники	подготовка рефератов, тестирование, подготовка презентаций
применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях	подготовка рефератов, подготовка презентаций
владеть основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике	подготовка рефератов, подготовка презентаций
Знания:	Аттестация с оценкой, дифференцированный зачет
основы государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз	устные и письменные опросы
распространенные опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера	устные и письменные опросы
факторы, пагубно влияющие на здоровье человека, исключение из своей жизни	устные и письменные опросы, подготовка рефератов

вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);	
основные меры защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций	устные и письменные опросы
основы обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка	устные и письменные опросы, подготовка рефератов
основные виды военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе	устные и письменные опросы
основы медицинских знаний	устные и письменные опросы, подготовка рефератов