

ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ИРКУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПУТЕЙ СООБЩЕНИЯ»  
СИБИРСКИЙ КОЛЛЕДЖ ТРАНСПОРТА И СТРОИТЕЛЬСТВА

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

(очной и заочной формы обучения)

БД.07 Основы безопасности жизнедеятельности

для специальности

21.02.05 Земельно-имущественные отношения

*базовая подготовка  
среднего профессионального образования*

Иркутск, 2022

Рабочая учебная программа разработана в соответствии с ФГОС среднего общего образования (далее ФГОС СОО) (приказ Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. N 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (ред. от 29.12.2014) и рекомендациями Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО (письмо от 17 марта 2015 г. N 06-259), с учетом профиля профессионального образования.

РАССМОТРЕНО:  
Цикловой методической  
комиссией ОБЖ, БЖД и охраны труда  
«08» июня 2022 г.  
Председатель: И.М. Жарова И.М.

СОГЛАСОВАНО:  
Заместитель директора по УВР  
А.П. Ресельс  
«09» июня 2022 г.

Разработчик: Жарова И.М. преподаватель высшей квалификационной категории, Сибирский колледж транспорта и строительства ФБГОУ ВО «Иркутский государственный университет путей сообщения».

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
5. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (БД.07 Основы безопасности и жизнедеятельности)**

### **1.1 Область применения рабочей программы**

Рабочая программа дисциплины БД.07 Основы безопасности и жизнедеятельности разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования 21.02.05 Земельно-имущественные отношения базовой подготовки для специальностей среднего профессионального образования.

Рабочая программа разработана для очной формы обучения.

### **1.2 Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена**

Дисциплина БД.07 Основы безопасности жизнедеятельности относится к циклу базовых учебных дисциплин.

Содержание дисциплины БД.07 Основы безопасности жизнедеятельности ориентировано на подготовку обучающихся к освоению дисциплин: физическая культура, экология.

### **1.3 Требования к результатам освоения дисциплины**

Требования к предметным результатам освоения базового курса БД.07 Основы безопасности жизнедеятельности должны отражать:

- 1) сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- 2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- 3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- 4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- 5) знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- 6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);
- 7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- 8) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- 9) умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- 10) знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- 11) знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- 12) владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекциях.

Реализация программы Воспитания по личностным результатам освоения дисциплины

- 2.1 Российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн).
- 2.2 Гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности.
- 2.3 Готовность к служению Отечеству, его защите.
- 2.4 Сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире.
- 2.5 Сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности.
- 2.6 Толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям.
- 2.7 Навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.
- 2.8 Нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей.

2.9 Готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности.

2.10 Эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений.

2.11 Принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно - оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков.

2.12 Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь.

2.13 Осознанный выбор профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем.

2.14 Сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности.

2.15 Ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

### 3. Реализация комплексных задач воспитания личности обучающегося:

3.1 Формирование личности обучающегося, способной к принятию ответственных решений, мотивации на освоение образовательной программы и выполнение научно-исследовательской работы, нацеленной на интеллектуальное развитие и профессиональное становление, жизненное самоопределение, развитие профессионально значимых качеств, в том числе путем формирования общих компетенций и достижения личностных результатов обучения.

3.2 Патриотическое, гражданское и правовое воспитание, формирование у обучающегося лидерских и социально-значимых качеств, социальной ответственности и дисциплинированности, развитие самостоятельного опыта общественной деятельности, чувства воинского долга.

3.3 Воспитание духовно-нравственной, толерантной личности обучающегося, обладающей антикоррупционным мировоззрением, нравственными качествами, способной к творчеству, открытой к восприятию других культур независимо от их национальной, социальной, религиозной принадлежности, взглядов, мировоззрения, стилей мышления и поведения.

3.4 Формирование у обучающегося экологической культуры и культуры здоровья, безопасного поведения, стремления к здоровому образу жизни и занятиям спортом, воспитание психически здоровой, физически развитой и социально-адаптированной личности.

Результаты выполнения индивидуального проекта должны отражать:

- 1) сформированность навыков коммуникативной, учебно-исследовательской деятельности, критического мышления;

- 2) способность к инновационной, аналитической, творческой, интеллектуальной деятельности;
- 3) сформированность навыков проектной деятельности, а также самостоятельного применения приобретенных знаний и способов действий при решении различных задач, используя знания одного или нескольких учебных предметов или предметных областей;
- 4) способность постановки цели и формулирования гипотезы исследования планирования работы, отбора и интерпретации необходимой информации, структурирования аргументации результатов исследования на основе собранных данных, презентации результатов.

#### 1.4 Количество часов на освоение дисциплины

Максимальная учебная нагрузка 119 часов,

в том числе:

Обязательная аудиторная учебная нагрузка 78 часов,

Самостоятельная работа обучающегося 41 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебной работы	Объем часов**	
	Очная форма	Заочная форма
I Обязательная аудиторная учебная нагрузка:	78	8
в том числе:		
Теоретическое обучение ( уроки)	64	6
практические занятия (если предусмотрено учебным планом)	14	2
лабораторные занятия (если предусмотрено учебным планом)		
II Самостоятельная работа обучающегося	41	70
Максимальная учебная нагрузка (всего)	119	78

(обязательная аудиторная и самостоятельная)		
---	--	--

Выполнение индивидуального проекта	<u>2</u>	
Консультации (если форма промежуточной аттестации экзамен)	-	
Форма промежуточной аттестации:	дифференцированный зачет	

Экзамен или дифференцированный зачет, указать согласно УП (если экзамен, указывается количество часов, отведенное в УП).

Количество часов указать в соответствии с УП

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины БД.07 Основы безопасности жизнедеятельности  
 (для очной формы обучения)

Наименование тем	Номер занятия	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов
1	2	3	4
		I курс, I семестр	в т. ч. связанных с профессиональной деятельностью
Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья		Содержание учебного материала	8

Тема 1.1 Здоровье. Здоровый образ жизни	1	Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	2	
	2	<b>Практическое занятие №1</b> Составление паспорта здоровья. Сбор антропометрических данных.	2	
		<i>Самостоятельная работа:</i> Повторение пройденного материала, выполнение заданий по учебнику.	2	
Тема 1.2 Факторы, способствующие укреплению здоровья.	3	Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья.	2	
	4	Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.		
	5	<b>Практическое занятие №2</b> Составить рацион здорового питания для среднестатистического студента первого курса.	1	1
		<i>Самостоятельная работа:</i> Составление конспекта по учебнику на тему «Значение двигательной активности и физической культуры», учебник .	2	
Тема 1.3 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	6	Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов	2	
		<i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить кроссворд по теме «Здоровый образ жизни»		

Тема 1.4 Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков и их профилактика)	7	Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части, снижение умственной и физической работоспособности. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения.	2	
	8	Обосновать последствия вредных привычек на здоровье человека и социальные последствия их употребления, сформулировать и записать в дневник безопасности и следовать им	2	
	<i>Самостоятельная работа</i> Подготовить кроссворд по теме «Вредные привычки»			
Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения	Содержание учебного материала			9
Тема 2.1 Классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера: землетрясения, наводнения, цунами, смерч, аварии, взрывы, пожары.	2	
	2	Составить план действий обеспечения личной безопасности в случае чрезвычайной ситуации природного характера (землетрясение, наводнение, смерч).	2	
	<i>Самостоятельная работа:</i> Повторение пройденного материала. Подготовить сообщение, используя средства массовой информации и Интернет, на тему «Катастрофы природного характера, произошедшие в			2

	мире за последние 100 лет»			
Тема 2.2 Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	3	Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).	2	
	4	<b>Практическое занятие № 3</b> Составить план действий обеспечения личной безопасности в случае чрезвычайной ситуации техногенного характера (взрыв, угроза химической атаки, радиации).	1	1
		<i>Самостоятельная работа:</i> Повторение пройденного материала. Подготовить сообщение, используя средства массовой информации и Интернет, на тему «Крупные техногенные катастрофы, произошедшие в мире»	3	
Тема 2.3 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	5	История РСЧС создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций.	2	
	6	Подготовить рекомендации по мерам безопасности для жителей вашего района на случай затопления.	2	
		<i>Самостоятельная работа:</i> Повторение пройденного материала, выполнение заданий по учебнику.	3	
Тема 2.4 Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны	7	Основные задачи гражданской обороны. Этапы создания гражданской обороны. Защита населения от ЧС мирного и военного времени	2	

Тема 2.5 Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	8	Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.	2	
		<i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить кроссворд по теме «ЧС техногенного характера»	2	
Тема 2.6 Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций	9	Основные направления по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.	2	
		<i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить сообщение на тему «Возрастание роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России на современном этапе»	3	
	Итого за семестр (в т. ч. связанных с профессиональной деятельностью):			2
	В т. числе теоретическое обучение Практическое обучение		28 6	
I курс, II семестр				
Раздел 3 Основы обороны государства и воинская обязанность	Содержание учебного материала			16
Тема 3.1 История создания Вооружённых Сил России	1	Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.	2	

	2	<b>Практическое занятие № 4</b> Составить таблицу на тему Военные реформы в России во второй половине XIX века.	2	
	3	Состав Вооруженных сил Российской федерации, используя дополнительный материал учебника.	2	
	4	Изучить рекомендации по правилам безопасного поведения в различных ситуациях террористического характера и составить памятку личной безопасности.	2	
	5	Изучение примеров героизма и воинского товарищества, используя дополнительный материал учебника*стр.238-245.	2	
	6	<b>Практическое занятие № 5</b> Решение ситуационных задач на тему «Обеспечение безопасности населения при ЧС мирного и военного времени».	1	1
		<i>Самостоятельная работа:</i> Повторение пройденного материала, выполнение заданий по учебнику.	3	
Тема 3.2 Воинская обязанность.	7	Основные понятия о воинской обязанности. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет.	2	
	8	Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки	2	
Тема 3.3 Государственные отделы по охране здоровья	9	Деятельность гос. служб по охране здоровья и безопасности граждан (МЧС России, полиция, служба скорой помощи, другие службы в области безопасности).	2	

и безопасности граждан (МЧС, Полиция и т.д.)	10	<b>Практическое занятие № 6</b> Составить таблицу основных задач МЧС, Полиции, Скорой помощи.  <i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить конспект на тему «Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта».	1	1
	11	Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.  <i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить доклад на тему «Значение обучения по военно-учетной специальности для подготовки к военной службе»	2	
Тема 3.4 Призыв на военную службу	12	Составить таблицу «Сходные воинские должности по трем видам ВС»  <i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить конспект на тему «Основные виды оружия»	3	
	13	Сравнительный анализ по показателям: 1. Сфера деятельности общества и государства 2. Национальные интересы 3. Угрозы национальной безопасности	2	
	14	Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.).	2	

		<i>Самостоятельная работа</i> Подготовить конспект на тему «Оснащение Вооруженных сил РФ современными видами вооружения и специальной техникой»	2	
	15	Выписать из Устава внутренней службы ВС РФ основные обязанности военнослужащих	2	
Тема 3.6 Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	16	Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники <i>Самостоятельная работа:</i> Повторение пройденного материала, выполнение заданий по учебнику	2	
Раздел 4 Основы медицинских знаний		Содержание учебного материала	7	
Тема 4.1 Понятие первой помощи	1	Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».	2	
	2	<b>Практическое занятие №7</b> Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. <i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить сообщение на тему «Последовательность оказания первой помощи при ранениях».	2	
Тема 4.2 Основы первой медицинской помощи при ранениях, травмах, ожогах	3	Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах, укусах.	2	

	4	Оказание первой медицинской помощи при ранениях, ушибах, травмах, ожогах	2	
	5	Первая помощь при капиллярном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.	2	
Тема 4.3 Первая помощь при наружных кровотечениях. Понятие и виды кровотечений. Инфекционные заболевания		<i>Самостоятельная работа:</i> Подготовить конспект на тему “Профилактика инфекционных заболеваний”	2	
	6	Заполнить таблицу мероприятий по профилактике инфекционных заболеваний.	2	
	7	Оказание первой медицинской помощи при артериальном кровотечении, при венозном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Дифференцированный зачет	2	
		<del>Итого за семестр (в т. ч. связанных с профессиональной деятельностью):</del>	<del>2</del>	
		В т. числе теоретическое обучение Практическое обучение	36 8 64	
		Теоретическое обучение (уроки) Практические занятия Самостоятельная работа	64 14 41	
Индивидуальный проект – 2 часа				
Дифференцированный зачет				
Итого:			119	

2.2.1 Тематический план и содержание учебной дисциплины БД.07 Основы безопасности жизнедеятельности  
 (для заочной формы обучения)

Наименование тем	Номер занятия	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)		Объем часов
1	2	3	4	
I курс, I семестр				
Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья		Содержание учебного материала		в т. ч. связанных с профессиональной деятельностью
Тема 1.1 Здоровье. Здоровый образ жизни	1	Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	2	

	2	<b>Самостоятельная работа №1</b> Составление паспорта здоровья. Сбор антропометрических данных.	3	
Тема 1.2 Факторы, способствующие укреплению здоровья.	3	<b>Самостоятельная работа №2</b> Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.	3	
	4	<b>Самостоятельная работа №3</b> Составить рацион здорового питания для среднестатистического студента первого курса.	2	
Тема 1.3 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	5	<b>Самостоятельная работа №4</b> Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов	3	
Тема 1.4 Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика	6	<b>Самостоятельная работа № 5</b> Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части, снижение умственной и физической работоспособности. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения.	4	

	7	<b>Самостоятельная работа №6</b> Обосновать последствия вредных привычек на здоровье человека и социальные последствия их употребления, сформулировать и записать в дневник безопасности и следовать им	4	
Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения				
Тема 2.1 Классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	8	<b>Самостоятельная работа № 7</b> Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера: землетрясения, наводнения, цунами, смерч, аварии, взрывы, пожары.	3	1
	9	<b>Самостоятельная работа №8</b> Составить план действий обеспечения личной безопасности в случае чрезвычайной ситуации природного характера (землетрясение, наводнение, смерч).	3	
Тема 2.2 Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	10	<b>Самостоятельная работа № 9</b> Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).	2	
	11	<b>Самостоятельная работа №10</b> Составить план действий обеспечения личной безопасности в случае чрезвычайной ситуации техногенного характера (взрыв, угроза химической атаки, радиации).	3	

Тема 2.3 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	12	<b>Самостоятельная работа №11</b> История РСЧС создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций.	3	
	13	<b>Самостоятельная работа №12</b> Подготовить рекомендации по мерам безопасности для жителей вашего района на случай затопления.	3	
Тема 2.4 Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны	14	Основные задачи гражданской обороны. Этапы создания гражданской обороны. Защита населения от ЧС мирного и военного времени	2	
Тема 2.5 Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	15	<b>Самостоятельная работа №13</b> Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.	4	
Тема 2.6 Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций	16	Основные направления по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.	2	

Раздел 3 Основы обороны государства и воинская обязанность			
Тема 3.1 История создания Вооружённых Сил России	17	<b>Самостоятельная работа № 14</b> Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.	4
	18	<b>Самостоятельная работа №15</b> Составить таблицу на тему Военные реформы в России во второй половине XIX века.	4
	19	<b>Самостоятельная работа №16</b> Составить таблицу на тему Состав Вооруженных сил Российской Федерации, используя дополнительный материал учебника.	3
	20	<b>Самостоятельная работа №17</b> Изучить рекомендации по правилам безопасного поведения в различных ситуациях террористического характера и составить памятку личной безопасности.	4
	21	<b>Самостоятельная работа №18</b> Изучение примеров героизма и воинского товарищества, используя дополнительный материал учебника.	3
	22	<b>Самостоятельная работа №19</b> Решение ситуационных задач на тему «Обеспечение безопасности населения при ЧС мирного и военного времени».	4

Тема 3.2 Воинская обязанность	23	<b>Самостоятельная работа № 20</b> Основные понятия о воинской обязанности. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет.	2	
	24	<b>Самостоятельная работа №21</b> Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки		
Тема 3.3 Государственные отделы по охране здоровья и безопасности граждан (МЧС, Полиция и т.д.)	25	<b>Самостоятельная работа № 22</b> Деятельность гос. служб по охране здоровья и безопасности граждан (МЧС России, полиция, служба скорой помощи, другие службы в области безопасности).	4	
	26	<b>Самостоятельная работа № 23</b> Составить таблицу основных задач МЧС, Полиции, Скорой помощи.		
Тема 3.4 Призыв на военную службу	27	<b>Самостоятельная работа № 24</b> Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.	2	
	28	<b>Самостоятельная работа № 25</b> Составить таблицу «Сходные воинские должности по трем видам ВС»		
	29	<b>Самостоятельная работа № 26</b> Сравнительный анализ по показателям:	4	

		1. Сфера деятельности общества и государства 2. Национальные интересы 3. Угрозы национальной безопасности		
Тема 3.5 Воинская дисциплина и ответственность	30	<b>Самостоятельная работа № 27</b> Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.).	2	
	31	<b>Самостоятельная работа №28</b> Выписать из Устава внутренней службы ВС РФ основные обязанности военнослужащих	4	
Тема 3.6 Ритуаль Вооруженных Сил Российской Федерации	32	<b>Самостоятельная работа № 29</b> Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники	2	
Раздел 4 Основы медицинских знаний				
Тема 4.1 Понятие первой помощи	33	<b>Самостоятельная работа № 30</b> Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».	3	

	34	<b>Самостоятельная работа № 31</b> Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	2	
Тема 4.2 Основы первой медицинской помощи при ранениях, травмах ожогах	35	<b>Самостоятельная работа № 32</b> Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах, укусах.	2	
	36	<b>Самостоятельная работа № 33</b> Оказание первой медицинской помощи при ранениях, ушибах, травмах, ожогах	2	
	37	<b>Самостоятельная работа № 34</b> Первая помощь при капиллярном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения	2	
Тема 4.3 Первая помощь при наружных кровотечениях. Понятия и виды кровотечений. Инфекционные заболевания	38	<b>Самостоятельная работа № 35</b> Заполнить таблицу мероприятий по профилактике инфекционных заболеваний.	2	
	39	<b>Самостоятельная работа № 36</b> Оказание первой медицинской помощи при артериальном кровотечении, при венозном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки.	2	
Итого:		Теоретическое обучение Практическая работа Самостоятельная работа	6 2 70 78	



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

#### **3.1 Кадровое обеспечение образовательного процесса**

Преподаватель, осуществляющий реализацию учебной дисциплины для обучающихся колледжа, должен иметь высшее профессиональное образование, соответствующие профилю преподаваемой дисциплины, дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации, в том числе в форме стажировки в профильных организациях не реже 1 раза в 3 года. Опыт деятельности в организациях соответствующей профессиональной сферы является обязательным для преподавателей

#### **3.2 Материально-техническое обеспечение**

Реализация учебной дисциплины осуществляется по требованиям ФГОС и реализуется в учебном кабинете Основы безопасности жизнедеятельности

Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места для обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект нормативных документов;
- наглядные пособия (стенды);
- учебно-методический комплекс дисциплины.

Технические средства обучения:

- переносное мультимедийное оборудование

#### **3.3 Литература, интернет- издания**

Основная литература:

1. Основы безопасности жизнедеятельности 10-11 классы: Учебник: базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. М. Просвещение 2022 г.

2. Договор № 5669 эбс от 10 января 2022 год. ЭБС-Знаниум. Основы безопасности жизнедеятельности 10-11 классы: Учебник: базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. М. Просвещение

Дополнительная литература:

1. Основы безопасности жизнедеятельности 11 класс: учеб. Для общеобразоват. Учреждений: базовый и профильн. Уровни/ А. Т. Смирнов, Б.О. Хренников/ под общ. Ред. А.Т. Смирнова- 4-е изд- М.: Просвещение, 2016 -320 с.

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

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

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Личностные	
1. Сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора.	- Фронтальный опрос; - Тестирование ; - Выполнение индивидуальных самостоятельных работ
2. Знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;	- Выполнение практических работ
3. Сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;	- Выполнение индивидуальных самостоятельных работ обучающихся
4. Сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;	- Выполнение практических работ
Метапредметные	
1. Знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;	- Выполнение индивидуальных самостоятельных работ обучающихся
2. Знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);	- Выполнение индивидуальных самостоятельных работ обучающихся; - Тестирование

3.Знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;	- Выполнение практических работ
4. Умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;	- Выполнение практических работ; - Тестирование
Предметные	
1. Умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;	- Выполнение практических работ
2. Знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;	- Выполнение индивидуальных самостоятельных работ обучающихся; - Выполнение практических работ
3. Знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;	- Тестирование
4. Владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекций	- Выполнение практических работ

#### Темы индивидуальных проектов:

- 1.Вредные факторы, влияющие на здоровье.
2. Их имена носят улицы.
3. Терроризм как основная социальная опасность современности.
4. Парк Победы Иркутской области – место встречи поколений (создание экскурсионного маршрута)
5. Паспорт профессии (*выбрать профессию*) и возможности ее освоения в Иркутской

области (*по интересам обучающихся*)

6. Малые скульптурные формы Иркутска (создание экскурсионного маршрута)
7. Книга Памяти группы (родственники – ветераны Великой Отечественной войны, локальных конфликтов, труженики тыла, дети блокадного Ленинграда)
8. Мудрость в фотографиях (создание фотоальбома об интересных моментах жизни родственников)
9. Влияние мобильного телефона на организм человека
10. Фаст – фуд: еда или беда?
11. «Профессия «блогер»
- 12 .«Профессия «фрилансер»
13. Витаминная азбука.
14. Вкусовые галлюцинации.
15. Влияние гормонов на рост и развитие человека.
16. Загадки памяти.
17. Изучение и расчет биологических ритмов.
18. Гиподинамия – проблема современности.
19. Индивидуальная программа ЗОЖ.
20. Опасные природные явления характерные для Восточной Сибири.

**5. Лист внесения изменений и дополнений, внесенных в рабочую программу учебной дисциплины**

№	Дата внесения изменения	№ страницы	До внесения изменения	После внесения изменения
1				
2				
3				