

Министерство культуры Нижегородской области  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Нижегородское театральное  
училище (колледж) имени Е.А. Евстигнеева»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**ОУП.01.09 Основы безопасности жизнедеятельности**

Специальность 52.02.01 Искусство балета

углубленной подготовки

Нижегород  
2023 г.

## Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета ОУП.01.09 Основы безопасности жизнедеятельности разработана на основе требований федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (ФГОС СОО) и федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (ФГОС СПО), с учетом Рабочей программы воспитания по специальности 52.02.01 Искусство балета.

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Нижегородское театральное училище (колледж) имени Е.А. Евстигнеева»

Разработчик:  
Кобякова И.А., преподаватель высшей квалификационной категории.

## Оглавление

|   |    |
|---|----|
| 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....   | 3  |
| ОУП.01.09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ .....   | 3  |
| 1.1. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы: ..... | 3  |
| 1.2. Цели и задачи учебного предмета:.....  | 3  |
| 1.3. Планируемые результаты   |    |
| 1.4.Рекомендуемое количество часов на освоение программы предмета .....                             | 4  |
| 1.5. Основные виды учебных занятий: .....   | 4  |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОУП.01.09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ .....                     | 5  |
| 2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы .....  | 5  |
| 2.2 Тематический план .....   | 5  |
| 2.3.Содержание учебного предмета ОУП.01.09 Основы безопасности жизнедеятельности .....              | 7  |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....  | 13 |
| 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.....                            | 13 |
| 3.2 Информационное обеспечение обучения .....   | 13 |
| 3. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ .....   | 13 |
| УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА .....   | 13 |
| 5.МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....  | 14 |
| студентам по выполнению самостоятельной работы.....   | 14 |

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ОУП.01.09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ (базовый уровень)

**1.1. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы:** учебный предмет ОУП.01.09. Основы безопасности жизнедеятельности входит в предметную область «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности».

**1.2. Цели и задачи учебного предмета:**

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

**1.3. Планируемые результаты освоения предмета**

Освоение содержания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение обучающимися следующих метапредметных результатов (М.00) и предметных результатов (П.00):

| Код М,<br>П | Формулировка результатов  |
|-------------|---|
| М.01        | Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях |
| М.02        | Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты  |
| М.03        | Владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания  |
| М.04        | Готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников     |
| М.05        | Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности               |
| М.06        | Умение определять назначение и функции различных социальных институтов  |
| М.07        | Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей  |
| М.08        | Владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства  |

|      |  |
|------|--|
| М.09 | Владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения. |
| П.01 | Формирование экологического мышления, навыков здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни, понимание рисков и угроз современного мира.  |
| П.02 | Знание правил и владение навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера.   |
| П.03 | Умение сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях, а также навыками оказания первой помощи пострадавшим.  |
| П.04 | Умение действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях.  |

В результате освоения учебного предмета студент *должен уметь*:

- оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;
- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

В результате освоения учебного предмета студент *должен знать*:

- о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- о здоровье и здоровом образе жизни;
- о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- предназначение, структуру, задачи гражданской обороны.

По окончании изучения предмета, выпускник должен овладеть следующей компетенцией:

| Код компетенции | Наименование результата обучения   |
|-----------------|--|
| ОК 11.          | Использовать в профессиональной деятельности умения и знания, полученные обучающимися в ходе освоения учебных предметов и профильных учебных предметов федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования. |
| ПК 1.7.         | Владеть культурой устной и письменной речи, профессиональной терминологией   |

#### **1.4.Рекомендуемое количество часов на освоение программы предмета**

максимальной учебной нагрузки обучающегося -108 часов,

в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 72 часа;

самостоятельной работы обучающегося - 36 часов;

Форма итоговой аттестации – зачет (I), дифф. зачёт (II).

#### **1.5. Основные виды учебных занятий:** уроки, практические занятия.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОУП.01.09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### 2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

| Вид учебной работы                               | Объём часов |
|--|-------------|
| Максимальная учебная нагрузка (всего)            | 108         |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) | 72          |
| Самостоятельная работа обучающегося (всего)      | 36          |
| Итоговая аттестация в форме зачета, дифф. зачёта |             |

### 2.2 Тематический план

| п/н | Наименование тем   | Кол – во часов |
|-----|--|----------------|
|     | <b>1 курс 1 семестр</b>  | <b>30</b>      |
|     | <b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства в современной среде обитания</b>                                  | <b>20</b>      |
| 1   | Здоровье и здоровый образ жизни  | 2              |
| 2   | Экологическая безопасность воздуха   | 2              |
| 3   | Экологическая безопасность воды  | 2              |
| 4   | Экологическая безопасность почвы   | 2              |
| 5   | Значение рационального питания   | 2              |
| 6   | Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания  | 2              |
| 7   | Факторы риска неинфекционных заболеваний, профилактика   | 2              |
| 8   | Инфекционные заболевания, профилактика   | 2              |
| 9   | Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.  | 2              |
| 10  | Основные средства планирования семьи   | 2              |
|     | <b>Раздел 2. Безопасное поведение человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера</b> | <b>10</b>      |
| 11  | Безопасное поведение человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера.   | 2              |
| 12  | Безопасное поведение человека в опасных и чрезвычайных ситуациях экологического характера.   | 2              |
| 13  | Безопасное поведение человека в опасных и чрезвычайных ситуациях техногенного характера.   | 2              |
| 14  | Безопасное поведение человека в опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера.  | 2              |
| 15  | Зачет  | 2              |
|     | <b>1 курс 2 семестр</b>  | <b>42</b>      |
|     | <b>Раздел 3. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>  |                |
| 1   | Государственные службы в области безопасности граждан  | 2              |
| 2   | Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах ЧС  | 2              |
| 3   | Ядерное оружие   | 2              |
| 4   | Бактериологическое оружие.   | 2              |
| 5   | Химическое оружие.   | 2              |

|  |  |           |
|--|--|-----------|
| 6  | Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера                       | 2         |
| 7  | Обучение населения защите при чрезвычайных ситуациях.  | 2         |
| 8  | Средства индивидуальной защиты   | 2         |
| 9  | Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. | 2         |
| <b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b> |  |           |
| 1.   | Понятие травм и их виды  | 2         |
| 2.   | Виды кровотечений  | 2         |
| 3.   | Первая помощь при утоплении.   | 2         |
| 4.   | Первая помощь при обмороке, тепловом и солнечном ударе.  | 2         |
| <b>Раздел 5. Основы военной службы</b>     |  |           |
| 1.   | История создания ВС РФ   | 2         |
| 2.   | Организация и структура ВС РФ  | 2         |
| 3.   | Всеобщая воинская обязанность граждан РФ   | 2         |
| 4.   | Призыв на военную службу   | 2         |
| 5.   | Альтернативная служба  | 2         |
| 6.   | Боевые традиции, ритуалы, символы ВС РФ  | 2         |
| 7.   | Задачи и основные мероприятия гражданской обороны.   | 2         |
| 8.   | Дифф. зачет  | 2         |
|  | <b>Всего</b>   | <b>72</b> |

### 2.3. Содержание учебного предмета ОУП.01.09 Основы безопасности жизнедеятельности

| Наименование разделов и тем   | Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся   | Объем часов | Уровень освоения |
|---|---|-------------|------------------|
|   | <b>1 курс 1 семестр</b>   | <b>30</b>   |                  |
| <b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства в современной среде обитания</b> |   |             |                  |
| Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни   | Подходы к пониманию сущности здоровья. Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья. Социальная обусловленность здоровья человека в среде обитания. Что такое здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье. Основные составляющие здорового образа жизни человека. | 2           | 2                |
| Тема 1.2. Экологическая безопасность воздуха  | Химические, физические и механические свойства воздуха. Микроклимат, погода. Самоочищение атмосферы. Борьба с загрязнением воздуха.   | 2           | 2                |
| Тема 1.3. Экологическая безопасность воды   | Значение гидросферы. Физиологическое, гигиеническое, эпидемиологическое значение. Требования, предъявляемые к воде. Методы обработки воды.  | 2           | 2                |
| Тема 1.4. Экологическая безопасность почвы  | Гигиеническое, эпидемиологическое значение почвы. Химическое загрязнение почвы. Самоочищение почвы. Задачи санитарной охраны почвы.   | 2           | 2                |
| Тема 1.5. Значение рационального питания  | Значение питания для здоровья и работоспособности человека. Понятие о рациональном питании. Значение жиров, белков, углеводов, витаминов и минеральных веществ.   | 2           | 2                |
|   | <b>Самостоятельная работа 1.</b> Оформление презентации на тему: «Водорастворимые витамины», «Жирорастворимые витамины», «Микроэлементы и продукты питания», «Макроэлементы и продукты питания» (по выбору).  | 4           | 2                |
| Тема 1.6. Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания         | Психические процессы и состояния человека. Антропогенные опасности, особые психические состояния. Экология психики личности, методы повышения безопасности  | 2           | 2                |
| Тема 1.7. Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики                         | Факторы риска основных неинфекционных заболеваний. Факторы риска сердечно - сосудистых заболеваний. Меры профилактики сердечно - сосудистых заболеваний.  | 2           | 2                |
| Тема 1.8. Инфекционные  | Основные инфекционные болезни: классификация, механизмы передачи  | 2           | 2                |

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| заболевания, меры профилактики   | инфекции, меры медицинской помощи. Источники инфекционных заболеваний и факторы риска. Меры профилактики инфекционных заболеваний и иммунитет.  |   |   |
| Тема 1.9. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.  | Факторы риска заболеваний, передающихся половым путем. Культура полового поведения юноши и девушки. Симптомы, последствия и меры профилактики заболеваний, передающихся половым путем.  | 2 | 2 |
| Тема 1.10. Основные средства планирования семьи  | Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.  | 2 | 2 |
|  | <b>Самостоятельная работа 2.</b> Оформление презентации на тему: «Современные контрацептивные средства».  | 4 | 2 |
| <b>Раздел 2. Безопасное поведение человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера</b> |   |   |   |
| Безопасное поведение человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера.   | Опасные природные явления. Подготовка объектов к переводу на аварийный режим работы, подготовка к восстановлению нарушенного производства. безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке; Правила поведения в случае возникновения чрезвычайных ситуаций геологического происхождения (землетрясения, извержения вулкана), чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения (ураганы, бури, смерчи), гидрологического происхождения (наводнения, сели, цунами, снежные лавины), природных пожаров (лесные, торфяные, степные). Правила безопасного поведения на природе. | 2 | 2 |
| Безопасное поведение человека в опасных и чрезвычайных ситуациях экологического характера.   | Организация и выполнение эвакуационных мероприятий. Организация аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах ЧС.   | 2 | 2 |
| Безопасное поведение человека в опасных и чрезвычайных ситуациях техногенного характера.   | Техногенные опасности и угрозы (радиационно-опасные объекты, химически опасные объекты, пожаро- и взрывоопасные объекты, газо- и нефтепроводы, транспорт, гидротехнические сооружения, объекты коммунального хозяйства).  | 2 | 2 |
| Безопасное поведение человека в  | Характеристика ситуаций криминогенного и антиобщественного характера  | 2 | 2 |

|   |   |           |   |
|---|---|-----------|---|
| опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера.                                   | (кража, грабеж, мошенничество, хулиганство, ксенофобия). Правила поведения в ситуациях криминогенного и антиобщественного характера. Правила информирования экстренных служб.   |           |   |
| Зачет   |   | 2         | 2 |
| <b>1 курс 2 семестр</b>   |   | <b>42</b> |   |
| <b>Раздел 3. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>               |   |           |   |
| <b>Тема 3.1.</b> Государственные службы в области безопасности граждан                    | МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени | 2         | 1 |
| <b>Тема 3.2.</b> Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах ЧС  | Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций. Санитарная обработка людей. Организация и ведение разведки в зоне ЧС. Санитарная обработка людей: а) частичная. б) полная. Пункты специальной обработки. Дезактивация. Дегазация. Дезинфекция.   | 2         | 1 |
| <b>Тема 3.3.</b> Ядерное оружие   | Современные средства поражения и их поражающие факторы.   | 2         | 1 |
| <b>Тема 3.4.</b> Бактериологическое оружие.   | Современные средства поражения. Виды бактериологического (биологического) оружия. Объекты применения бактериологического (биологического) оружия. Признаки применения бактериологического (биологического) оружия. Очаг бактериологического поражения, карантин и обсервации. Современные обычные средства поражения.   | 2         | 2 |
| <b>Тема 3.5.</b> Химическое оружие.   | Виды химического оружия. Объекты применения химического оружия. Признаки применения химического оружия.   | 2         | 2 |
| <b>Тема 3.6.</b> Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера | Оповещение населения о ЧС. Организация инженерной защиты населения от порождающих факторов ЧС мирного и военного времени. Убежища. Классификация и характеристики. Устройство противорадиационных укрытий. Простейшие укрытия   | 2         | 1 |
| <b>Тема 3.7.</b> Обучение населения   | Средства индивидуальной защиты. Средства защиты органов дыхания, их   | 2         | 2 |

|   |  |   |   |
|---|--|---|---|
| защите при чрезвычайных ситуациях.  | назначение и правила пользования. Гражданский противогаз ГП -7<br>Определение размера маски противогаза. Надеваем противогаз. Положения противогаза: «походное», «боевое», «наготове». Средства защиты кожи, их назначение и правила пользования (общевойсковой защитный комплект).<br>Медицинские средства индивидуальной защиты.   |   |   |
| <b>Тема 3.8.</b> Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. | Что необходимо делать, чтобы не стать жертвой преступников. Понятие терроризма индивидуального, организованного и международного. Примеры терроризма и их виды. Телефонный терроризм. Конституция РФ о безопасности.   | 2 | 2 |
|   | <b>Самостоятельная работа 3.</b> Решение задач на тему: «ЧС природного и техногенного характера, их классификация»<br><i>Приложение 1</i>  | 3 | 2 |
| <b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>  |  |   |   |
| <b>Тема 4.1.</b> Понятие травм и их виды  | Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией. Способы транспортировки при травмах различных областей тела | 2 | 2 |
|   | <b>Самостоятельная работа 4.</b> Законспектировать Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».  | 4 | 2 |
| <b>Тема 4.2.</b> Виды кровотечений  | Виды наружного кровотечения. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении.   | 2 | 2 |
|   | <b>Самостоятельная работа 5.</b> Наложение мягких повязок на голову, руки, ноги.   |   |   |
| <b>Тема 4.3.</b> Первая помощь при утоплении  | 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>Самостоятельная работа 6.</b> Просмотр видеороликов по оказанию первой  |   |   |

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
|  | помощи. <i>Приложение 3.</i>  |   |   |
| <b>Тема 4.4.</b> Первая помощь при обмороке, тепловом и солнечном ударе. | Признаки обморока. Признаки теплового и солнечного удара. Первая помощь   | 2 | 2 |
|  | <b>Самостоятельная работа 7.</b> Тестирование с использованием конспектов лекций на тему: «Основы медицинских знаний». <i>Приложение 4.</i>   | 3 | 2 |
| <b>Раздел 5. Основы военной службы</b>                                   |   |   |   |
| <b>Тема 5.1.</b> История создания ВС РФ                                  | Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских 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 | 2 | 1 |
| <b>Тема 5.2.</b> Организация и структура ВС РФ                           | Состав и структура Вооружённых Сил России. РВСН - основная составляющая всех стратегических ядерных сил России. Космические войска и их предназначения. Сухопутные войска и их состав. Военно-воздушные Силы. Военно-морской флот. Воздушно-десантные войска.   | 2 | 1 |
| <b>Тема 5.3.</b> Всеобщая воинская обязанность граждан РФ                | Реформа ВС. Права и обязанностей военнослужащих. Законодательные основы социальной защиты военнослужащих. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.  | 2 | 1 |
| <b>Тема 5.4.</b> Призыв на военную службу                                | Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего   | 2 | 1 |

|   |   |                               |   |
|---|---|-------------------------------|---|
|   | профессионального образования; обучение программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Размещение и быт военнослужащих. Казарма. Боевая подготовка. Солдатская столовая  |                               |   |
| <b>Тема 5.5.</b> Альтернативная служба                              | Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.   | 2                             | 1 |
|   | <b>Самостоятельная работа 8.</b> Подготовка мультимедиа-презентации на тему «Основы военной службы» с использованием учебных материалов.<br><i>Приложение 3</i>   | 4                             | 2 |
| <b>Тема 5.6.</b> Боевые традиции, ритуалы, символы ВС РФ            | Принятие присяги. Боевое знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы. Знамёна петровских времён. Боевые знамёна воинских частей. Боевые знамёна партизанских отрядов. Пленённые знамёна. Почётный караул у Кремля. Организация караульной службы, обязанности часового. «Устав ратных, пушечных и других дел, касающихся воинской науки...» Положение Боевого Знамени воинской части в строю, вынос и относ его. Военно-морские флаги России. День Военно-морского флота - День Нептуна. | 2                             | 1 |
|   | <b>Самостоятельная работа 9.</b> Составить реферативное сообщение по теме «Протекание чрезвычайной ситуации на производстве продовольственных товаров, на транспорте, электростанциях, при транспортировке, хранении и эксплуатации различной продукции и их последствия для человека, производственной и бытовой среды» (индивидуальные задания по каждой чрезвычайной ситуации)   | 4                             | 2 |
| <b>Тема 5.7.</b> Задачи и основные мероприятия гражданской обороны. | Международный и внутригосударственный терроризм. Мероприятия по предупреждению возникновения и развития чрезвычайных ситуаций. Гражданская оборона, её структура и задачи по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.   | 2                             | 1 |
| Дифференцированный зачет.   |   | 2                             | 2 |
|   | <b>Всего</b>  | <b>CP36+</b><br><b>72=108</b> |   |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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

Кабинет «Социально – экономических и гуманитарных дисциплин».

имеет:

1. доска одноэлементная,
2. парты и стулья по количеству учащихся,
3. телевизор,
4. компьютерный стол
5. ноутбук.
6. 6 шт. системных блоков и мониторов

#### 3.2 Информационное обеспечение обучения

*Основные источники:*

Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности. (7-е изд.), (в эл. форм.), 2020.

*Дополнительная литература:*

Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 2015

### 3. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

| Результаты обучения<br>(освоенные умения, усвоенные знания)  | Формы и методы контроля и<br>оценки результатов обучения  |
|--|---|
| <b>Умения:</b><br>- оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях;<br>- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; - оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;<br>- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. | Оценка результатов выполнения практической работы.<br>Оценка в рамках текущего контроля результатов, выполнения индивидуальных контрольных заданий. |
| <b>Знания:</b><br>- о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;<br>- о здоровье и здоровом образе жизни;<br>- о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;<br>- предназначение, структуру, задачи гражданской обороны.      | Оценка за устный индивидуальный опрос<br>Тестирование.  |

## **5.МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

### **студентам по выполнению самостоятельной работы**

*Создание презентаций* - вид самостоятельной работы студентов по созданию наглядных информационных пособий, выполненных с помощью мультимедийной компьютерной программы PowerPoint. Этот вид работы требует координации навыков студента по сбору, систематизации, переработке информации, оформления ее в виде подборки материалов, кратко отражающих основные вопросы изучаемой темы, в электронном виде. Слайды позволяют значительно структурировать содержание материала и, одновременно, заостряют внимание на логике его изложения. Происходит постановка проблемы, определяются цели и задачи, формулируются вероятные подходы её разрешения. Каждый слайд должен быть аннотирован, то есть он должен сопровождаться краткими пояснениями того, что он иллюстрирует. Во время презентации студент имеет возможность делать комментарии, устно дополнять материал слайдов. Роль студента: изучить материалы темы, выделяя главное и второстепенное; установить логическую связь между элементами темы; представить характеристику элементов в краткой форме; выбрать опорные сигналы для акцентирования главной информации и отобразить в структуре работы; оформить работу и предоставить к установленному сроку.

*Приложение 1*

### **Самостоятельная работа**

Общая характеристика ЧС природного и техногенного характера, их классификация.  
Прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Чрезвычайные ситуации военного характера.  
Федеральные законы и другие нормативно-правовые акты РФ в области безопасности жизнедеятельности.

#### ***Решить следующие задачи:***

1. Находясь дома, вы почувствовали запах горящей электропроводки. Что надо сделать в первую очередь?
2. В результате аварии на Чернобыльской АЭС 26 апреля 1986 г., по информации главного государственного санитарного врача РФ, академика РАМН, обнародованной к 20-летию трагедии, сразу погибли 31 человек, ликвидаторов получили высокие дозы радиации, почти 8 человек подверглись облучению, около переселили, были загрязнены км<sup>2</sup>. Повышение уровня радиации выше допустимого наблюдалось и в России, Белоруссии, Прибалтике и некоторых государствах. И через 20 лет миллионы людей вынуждены жить там, где остаточное воздействие чревато опасными последствиями, в зоне радиоактивного загрязнения - 4343 населенных пункта 14 субъектов РФ, в которых проживают 1,5 млн человек. Основная острота отрицательного воздействия последствий аварии на ЧАЭС исчезнет в 2056 г., прекратится оно лет через 300.

#### **Как правильно назвать аварию на ЧАЭС?**

**Если бы вы оказались в подобной ситуации, опишите ваши действия для защиты себя.**

3. В одном из цехов химически опасного объекта произошел выброс хлора, который плотным облаком распространялся в направлении соседнего цеха. Его начальник, услышав крики людей, бежавших вдоль облака, посмотрел на соседнюю заводскую трубу и указал своим рабочим направление эвакуации, а сам пытался спасти тех, кто из-за паники потерял ориентировку. В итоге ни один человек из цеха, возглавляемого этим начальником, не получил поражения, а в цехе, где произошла авария, пострадали более 200 человек.

**Дайте оценку действиям начальника цеха. Что помогло ему выбрать направление эвакуации? Какое направление эвакуации он выбрал и почему?**

4. Предположите, что произошел взрыв дома. Взрыв произошел в соседнем подъезде Вашего дома. Во время взрыва вы находились дома, одни в квартире, которая находится на втором этаже пятиэтажного дома. Здание получило серьезные повреждения, частично разрушено. Вы попали под завал, и вам придавило ногу упавшей конструкцией. Ногу вы освободили,

шевелить пальцами и ступней ноги можете. В помещении есть немного свободного пространства. Выход из помещения заблокирован упавшими конструкциями. Начинается дождь, темнеет.

**Задание: Найти возможные проблемы (с чем связана, по каким причинам могло произойти разрушение здания), предложить свои пути решения данной проблемы (дальнейшие действия и их очередность).**

## Приложение 2

### Самостоятельная работа по теме:

Здоровье человека и здоровый образ жизни. Вредные привычки и их профилактика.

*Прохождение тестов* - вид самостоятельной работы студента по закреплению изученной информации путем ее конкретизации, сравнения и уточнения в контрольной форме (вопроса, ответа). Тесты могут быть различных уровней сложности.

#### *Тестирование.*

**1. Передача каких инфекций осуществляется воздушно-капельным или воздушно-пылевым путем?**

- 1) инфекции дыхательных путей
- 2) кишечные инфекции
- 3) кровяные инфекции
- 4) кожные заболевания

**2. Возбудитель каких инфекций передается через укусы кровососущих насекомых?**

- 1) инфекции наружных покровов
- 2) кишечные инфекции
- 3) кровяные инфекции
- 4) кожные инфекции

**3. Что такое инкубационный период? Из приведенных определений выберите правильный ответ:**

- 1) промежуток времени от момента начала заболевания до выздоровления
- 2) время от заражения до первых клинических проявлений
- 3) время от начала заболевания до момента активного проявления болезни
- 4) период времени от внедрения микроорганизмов до полного выздоровления

**4. Какой метод можно использовать для остановки кровотечения из сосудов кисти или предплечья? Выберите правильный вариант ответа:**

- 1) поместить в локтевой сустав валик из скатанной материи, согнуть руку в локтевом суставе и зафиксировать предплечье к плечу
- 2) максимально отвести плечи пострадавшего назад и зафиксировать их за спиной широким бинтом
- 3) согнуть руку в локтевом суставе и зафиксировать предплечье к плечу
- 4) наложить давящую повязку на рану, затем поднять руку вверх и ждать приезда «скорой помощи»

**5. Способ остановки кровотечения приданием возвышенного положения поврежденной конечности главным образом применяется при:**

- 1) поверхностных ранениях в случае венозного кровотечения
- 2) любых ранениях конечности
- 3) смешанном кровотечении
- 4) одновременной травме живота и возникновении кровотечения на конечности

**6. В чём заключается оказание первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах?**

- 1) промыть рану содовым раствором и обработать её спиртом

- 2) промыть рану перекисью водорода (раствором марганцовки) и обработать её йодом, заклеить рану бактерицидным пластырем или наложить стерильную повязку
- 3) смазать рану вазелином или кремом, наложить повязку
- 4) промыть рану водой и обработать её спиртом, наложить кровоостанавливающий жгут или закрутку

**7. К болезням, передаваемым половым путем, относятся следующие:**

- 1) сифилис, гонорея, трихомониаз, хламидиоз, генитальный герпес
- 2) вирусный гепатит, чесотка, дизентерия, туляремия, сибирская язва
- 3) токсоинфекция, корь, натуральная оспа, столбняк, бешенство
- 4) сибирская язва, кровяные инфекции, заболевания центральной нервной системы

**8. Первым признаком какого заболевания, передающегося половым путем, является появление пузырьковых высыпаний на коже?**

- 1) ВИЧ-инфекция
- 2) микоплазмоз
- 3) гепатит В
- 4) генитальный герпес

**9. Течение венерической болезни сифилиса делится на несколько периодов. Назовите их:**

- 1) начальный период внедрения и размножения микробов — 1-2 недели, второй период лечения заболевания — 5-6 месяцев
- 2) инкубационный период — 3-4 дня, период активной болезни — 3-4 месяца, период выздоровления
- 3) период проникновения возбудителя болезни в организм, период размножения микробов, период лечения и выздоровления
- 4) первичный период начинается с появления твёрдого шанкра и длится 1,5-2 месяца, вторичный период продолжается 3-4 года и начинается с появления сыпи, третичный период (поражаются кости, кровеносные сосуды, спинной и головной мозг) длится 10-20 лет и заканчивается параличом и слабоумием

**10. Что называется раной?**

- 1) повреждение, характеризующееся нарушением целостности кожных покровов, слизистых оболочек, глубоких тканей
- 2) выхождение крови из поврежденных кровеносных сосудов
- 3) опасное для жизни осложнение тяжелых повреждений
- 4) возникновение гематомы в результате падения

**11. Тёмно-красный или бордовый цвет крови является признаком:**

- 1) артериального кровотечения
- 2) венозного кровотечения
- 3) капиллярного кровотечения
- 4) паренхиматозного кровотечения

**12. При любой травме, за исключением открытого перелома, целесообразно прикладывать лед. Для чего это делается?**

- 1) позволяет остановить сильное кровотечение, уменьшить опухоль
- 2) помогает облегчить боль и предупреждает травматический шок
- 3) помогает облегчить боль и уменьшить опухоль
- 4) останавливается капиллярное кровотечение и предупреждаются воспалительные процессы

**Самостоятельная работа по теме:  
Основы военной службы**

***Ответить на следующие вопросы:***

1. Что представляет собой военная служба?
2. Граждане Российской Федерации проходят военную службу:
3. Заключение по результатам освидетельствования категории «Д» означает:
4. Под увольнением с военной службы понимается:
5. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации предназначен для:
6. Приоритетными задачами ВС являются:
7. Мобилизация – это
8. Уставы ВС РФ подразделяются на:
9. Боевые уставы ВС РФ содержат:
10. Общевоинские уставы ВС РФ регламентируют:
11. Началом военной службы для граждан, не пребывающих в запасе и призванных на службу, считается:
12. Какой день считается окончанием военной службы?