

РОСЖЕЛДОР  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ростовский государственный университет путей сообщения»  
(ФГБОУ ВО РГУПС)  
Волгоградский техникум железнодорожного транспорта  
(ВТЖТ – филиал РГУПС)

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

для специальностей

- 13.02.07 Электроснабжение (по отраслям)
- 23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог
  - 27.02.03 Автоматика и телемеханика на транспорте  
(железнодорожном транспорте)
  - 08.02.10 Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство
- 23.02.01 Организация перевозок и управление на транспорте (по видам)

ОДОБРЕНО

УТВЕРЖДАЮ

Цикловой комиссией общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин

Председатель ЦК

\_\_\_\_\_ Л.Г.Алейникова

«24» октября 2022 г.

\_\_\_\_\_

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20

г.

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20

г.

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20

г.

Заместитель директора

\_\_\_\_\_ *Собина* Е.В. Собина

«24» октября 2022 г.

\_\_\_\_\_

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20 г.

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20 г.

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20 г.

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

**Организация-разработчик:** Волгоградский техникум железнодорожного транспорта - филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Ростовский государственный университет путей сообщения»

**Разработчик:** Гасусуалиев А.М., преподаватель организатор ОБЖ

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

## УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### Основы безопасности жизнедеятельности

#### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является обязательной частью общеобразовательного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальностям:

- 23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог (локомотивы, вагоны);
- 13.02.07 Электроснабжение (по отраслям);
- 08.02.10 Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство;
- 27.02.03 Автоматика и телемеханика на транспорте (железнодорожном транспорте);
- 23.02.01 Организация перевозок и управление на транспорте (по видам).

#### 1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины:

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих компетенций по специальностям 23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог (локомотивы, вагоны), 08.02.10 Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство, 23.02.01 Организация перевозок и управление на транспорте (по видам):

Коды	Планируемые результаты освоения дисциплины
ОК 1	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам
ОК 2	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности
ОК 3.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях
ОК 4.	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
ОК 5	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста
ОК 6.	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения
ОК 7.	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого

	производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
ОК 8.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
ОК 9.	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках

**В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются личностные (ЛР), метапредметные (МР), предметные для базового уровня изучения (ПРБ) результаты в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования**

<b>Коды результатов</b>	<b>Планируемые результаты освоения дисциплины включают</b>
ЛР 03	Готовность к служению Отечеству, его защите
ЛР 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
ЛР 12	Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь
ЛР 13	Осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем
ЛР 14	Сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности
МР 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
МР 02	Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты
МР 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
МР 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
МР 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

МР 06	Умение определять назначение и функции различных социальных институтов
МР 07	Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей
ПР6 01	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
ПР6 02	Знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз
ПР6 03	Сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения
ПР6 04	Сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности
ПР6 05	Знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера
ПР6 06	Знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.)
ПР6 07.	Знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций
ПР6 08	Умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники
ПР6 09	Умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях
ПР6 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
ПР6 11	Знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе
ПР6 12	Владение 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

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем в часах</b>
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	<b>78</b>
<b>1. Основное содержание</b>	<b>52</b>
в т. ч.:	
теоретическое обучение	44
практические занятия	8
<b>2. Профессионально ориентированное содержание</b>	<b>24</b>
в т. ч.:	
теоретическое обучение	12
практические занятия	12
<b>Промежуточная аттестация (дифференцированный зачёт)</b>	<b>2</b>

**2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины  
ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1</b>	<b>Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья</b>	<b>20</b>	
<b>Тема 1.1</b> Введение в дисциплину «ОБЖ»	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО.	2	ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05 ЛР 12, ЛР 13, МР 01, МР 02 ОК ...
<b>Тема 1.2</b> Здоровье и здоровый образ жизни	<b>Продолжение жизни как закон и смысл человека и общества</b> (бинарное теоретическое занятие). Смысл Живого мира – не прекращение процесса Жизни. Прогресс и регресс: условия и признаки процессов. Смысл жизни Человека как части Живого мира. Определение смысла жизни в мировых религиях. Понимание смысла жизни человека в философии и психологии. Понятия о реализации и самореализации Человека (А. Маслоу, пирамида Дилтса и др.) Важнейшие аспекты самореализации: жизненные Цели, Мечта. Творчество, раскрытие способностей. Любовь к Делу. Профессиональная самореализация. Примеры из жизни известных людей, преодолевших массу преград на пути к Мечте и самореализации в своем Деле. Смысл и реальность ограничивающих факторов в самореализации: Время и жизненная энергия. Понятие «Тайминга» - все вовремя. Понятие жизненного норматива как сбережения ресурса времени. Характеристики и отличие Взрослого человека и Ребенка. Характеристики подросткового и периода. Нарушения и сбои в развитии. Глубокое планирование собственной жизни как признак взрослого человека. Разветвленное, комбинированное планирование, допуск худших сценариев и понимание подготовки к ним	2	ПР6 01, ПР6 04, ПР6 05 ЛР 12, ЛР 13, МР 01, МР 02 ОК ...

<b>Тема 1.3</b>	Общие понятия о здоровье. Значение здоровья при допуске к профессиональным работам. Медицинский осмотр. Особенности и профилактика профессиональных заболеваний. Риск профессиональных заболеваний и способы их профилактики. Рациональное питание и его значение для здоровья. Забота о жизни и здоровье специалистов при проведении работ на производственных участках. Региональные условия для занятия спортом и оздоровления граждан. Влияние вредных привычек на профессиональное долголетие	2	ПР6 04, ПР6 08, ЛР 11, ЛР 12 МР 04, МР 05 ОК ...
	<i>Практическое занятие № 1.</i> Планирование действий на ближайшие 5-10 лет <i>Практическое занятие № 2.</i> Составление научно обоснованного пищевого рациона для работника по специальности/профессии	4	ПР6 04, ПР6 08, ЛР 11, ЛР 12, ЛР 13 МР 01 ОК ...
<b>Тема 1.4</b> Психологическое здоровье	Угроза снижения психологического здоровья населения, роста психических расстройств и заболеваний. Рост преступлений на основе психических отклонений, в том числе в молодежной среде. Инфантилизм молодого поколения. Требования к психическим и морально-этическим качествам человека. Основные понятия о психологической совместимости членов группы, бригады, коллектива. Диагностика и доврачебная помощь при истерии, шоке, панической атаке. Влияние психоактивных веществ на здоровье человека. Профилактика употребления психоактивных веществ. Влияние двигательной активности на эмоциональное состояние человека. Личная гигиена и ее значение для психологического здоровья человека. Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.	2	ПР6 06, ПР6 08, ЛР 11, ЛР 12, МР 02 ОК ...
<b>Тема 1.5</b> Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов	Окружающая среда: природная, техногенная, социальная, производственная. Виды негативных факторов по происхождению: природные, биологические, экологические, техногенные, социальные и антропогенные. Воздействие негативных факторов на человека и среду обитания. Глобальное и региональное загрязнение среды (водной, воздушной, почв) объектами экономики (энергетики, промышленности, транспорта, сельского хозяйства). Биологические опасности. Техногенные аварии. Социальные и антропогенные факторы техногенных аварий. Глобальная инфантилизация, низкий профессионализм персонала как фактор ЧС разного происхождения Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.	4	ПР6 01, ПР6 05, ПР6 08 ЛР 14, МР 04 ОК ...
	<i>Практическое занятие № 3.</i> Изучение комплекса опасностей на рабочем месте специалиста (мастерской, учебном полигоне, производстве)	2	ПР6 01, ПР6 05, ПР6 08, ЛР 13, ЛР 14, МР 04 ОК ...

<p><b>Тема 1.6</b> Правила и безопасность дорожного движения. Безопасное пользование всеми средствами передвижения</p>	<p>Правила содержания и эксплуатации техники. Техника безопасности. Правила и безопасность дорожного движения. Отработка моделей поведения при ЧС на транспорте, на производстве, в цеху, при транспортировке и настройке инфокоммуникационных сетей. Средства и методы самообороны. Отработка навыков самообороны при нападении в подъезде, в лифте, в замкнутом пространстве, на улице.</p> <p>Модели поведения пешехода, велосипедиста, пассажира и водителя транспортного средства при организации дорожного движения. Отработка моделей поведения при ЧС на транспорте, на производстве, в цеху, при транспортировке и настройке инфокоммуникационных сетей.</p> <p>Средства и методы самообороны. Отработка навыков самообороны при нападении в подъезде, в лифте, в замкнутом пространстве, на улице.</p>	<p>2</p>	<p>ПРб 05, ПРб 07, ПРб 09 ЛР 14, МР 01, МР 03, ОК ...</p>
<p><b>Раздел 2.</b></p>	<p><b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b></p>	<p><b>14</b></p>	<p>ПРб 02, ПРб 05, ПРб 07, ПРб 08, ПРб 09 ЛР 11, МР 02, МР 03, МР 05 ОК ...</p>
<p><b>Тема 2.1</b> Изучение и отработка моделей поведения при ЧС</p>	<p>Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характер, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайной ситуации. Отработка поведения при ЧС. Умение организовать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии: ЧС или катастрофа. Вынос пострадавшего из задымленного помещения</p>	<p>2</p>	<p>ПРб 07, ПРб 09, ЛР 11, МР 05, МР 03 ОК ...</p>
<p><b>Тема 2.2</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</p>	<p>История создания единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС: ее предназначение, структура, задачи. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Структура и органы управления гражданской обороны. Изучение первичных средств пожаротушения. Отработка навыков оказания помощи пострадавшим при асфиксии, ожогах. Отработка порядка и правил действий при пожаре с использованием первичных средств пожаротушения</p> <p><i>Практическое занятие № 4.</i> Отработка порядка и правил действий при пожаре с использованием первичных средств пожаротушения в условиях профессиональной деятельности специалиста</p>	<p>2</p>	<p>ПРб 07, ПРб 09, ЛР 11, МР 05, МР 07  ОК ...</p> <p>ПРб 07, ПРб 09, ЛР 11, МР 05, МР 07 ОК ...</p>

<b>Тема 2.3</b> Современные средства поражения и их поражающие факторы	Классификация средств поражения. Химическое, ядерное, бактериологическое оружие. Средства коллективной и индивидуальной защиты: порядок и правила их использования. Виды защитных сооружений. Эвакуация населения. Умение определять количество необходимого оборудования для защиты коллектива от поражающих факторов. Отработка навыков пользования СИЗ. Сдача нормативов по надеванию противогаза, общевойскового защитного костюма, средств индивидуальной защиты	2	ПРб 05, Прб 07, МР 02 ОК ...
	<i>Практическое занятие № 5.</i> Отработка навыков пользования СИЗ: противогаз (ватно-марлевая повязка, респиратор). Сдача нормативов по надеванию противогаза, общего защитного костюма, средств индивидуальной защиты при работе с животными	2	ПРб 05, Прб 07, ЛР 11, ЛР 12 ОК ...
<b>Тема 2.4</b> Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта	Понятие о терроре, террористическом акте. Опасности террористического акта. Психология террористов. Модели поведения при стрельбе, при захвате в качестве заложника.	2	Прб 01, Прб 03, ПРб 05, ПРб 08, МР 02 ЛР 11, ЛР 12 ОК ...
<b>Тема 2.5</b> Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Структура и порядок работы МЧС, МВД, Росгвардии, службы скорой медицинской помощи, службы медицины катастроф. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор). Правовые основы взаимодействия граждан с органами защиты населения	2	ПРб 02, ЛР 11, МР 02, МР 06 ОК ...
<b>Раздел 3</b>	<b>Основы обороны государства и воинская обязанность</b>	<b>16</b>	
<b>Тема 3.1</b> История создания Вооруженных Сил России	Организация вооруженных сил Московского государства. Военные реформы: Ивана Грозного; Петра I; Реформа 19 века. Советские вооруженные силы их структура и предназначение. Современная военная реформа. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации: виды ВС РФ (сухопутные войска, воздушно-космические силы, военно-морской флот); рода войск (ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска). Их предназначение. Воинские звания. Знаки отличия	2	ПРб 02, ПРб 10, ПРб 11, ЛР01, ЛР02, ЛР03, МР 05 ОК ...
<b>Тема 3.2</b> Воинская обязанность и воинский учет	Основные понятия воинской обязанности и воинского учета. Постановка граждан на воинский учет. Категории годности. Медицинское освидетельствование граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Альтернативная гражданская служба. Служба по контракту	2	ПРб 10, ПРб 11 ЛР 03, МР 01, МР 04 ОК ...

<p><b>Тема 3.3.</b> Обязательная подготовка граждан к военной службе</p>	<p>Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.</p>	2	<p>ПР6 02, ПР6 10, ПР6 11, ЛР01, ЛР02, ЛР03, МР 05 ОК ... ПР6 10, ПР6 11 ЛР 03, МР 01, МР 04 ОК ...</p>
	<p><b>Практическое занятие № 6</b> Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки. Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова АК-74</p>	2	<p>ПР6 02, ПР6 10, ПР6 11, ЛР01, ЛР02, ЛР03, МР 05 ОК ... ПР6 10, ПР6 11 ЛР 03, МР 01, МР 04 ОК ...</p>
<p><b>Тема 3.4.</b> Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба</p>	<p>Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.</p>	2	<p>ПР6 02, ПР6 10, ПР6 11, ЛР01, ЛР02, ЛР03, МР 05 ОК ...</p>
<p><b>Тема 3.5.</b> Качества личности военнослужащего как защитника Отечества</p>	<p>Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).</p>	2	<p>ПР6 10, ПР6 11 ЛР 03, МР 01, МР 04 ОК ...</p>

<b>Тема 3.6.</b> Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации	Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права	2	ПР6 02, ПР6 10, ПР6 11, ЛР01, ЛР02, ЛР03, МР 05 ОК ...
<b>Тема 3.7.</b> Как стать офицером Российской армии	Как стать офицером Российской армии. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.	2	ПР6 10, ПР6 11 ЛР 03, МР 01, МР 04 ОК ...
<b>Раздел 4.</b>	<b>Основы медицинских знаний</b>	<b>24</b>	ПР6 07, ПР6 12, ЛР 12, МР 01 ОК ...
<b>Тема 4.1</b> Понятие первой помощи	Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации»	2	ПР6 07, ПР6 12 ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 05 ОК ...
<b>Тема 4.2</b> Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственная вентиляция легких	Порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим. Алгоритм оказания первой помощи при остановке сердца и асфиксии	2	ПР6 07, ПР6 12 ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03 ОК ...
	<i>Практическое занятие № 7.</i> Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственной вентиляции легких	2	ПР6 07, ПР6 12 ЛР 12, МР 01 ОК ...
<b>Тема 4.3</b> Понятие травм и их виды	Отработка навыков наложения повязок. Оказание помощи при ранениях. Работа в группах. Наложение шин. Первая помощь при проникающих ранениях грудной клетки, брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах, травматизме на производстве. Помощь при электротравмах и ударах молнией.	2	ПР6 07, ПР6 12 ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03 ОК ...

	<i>Практическое занятие № 8. Оказание первой помощи при электротравмах в работе специалиста</i>	2	
<b>Тема 4.4</b> Понятие и виды кровотечений	Отработка навыков оказания первой помощи при кровотечениях. Наложение повязок, жгута, закрутки. Правила оказания помощи при кровотечениях. Личная безопасность при оказании помощи. Оказание помощи при венозном, капиллярном, артериальном, смешанном и внутреннем кровотечении.	2	Прб 07, ПРБ12, ЛР 12, МР 01, МР 03 ОК ...
	<i>Практическое занятие № 9. Решение ситуационных задач</i>	<b>2</b>	
<b>Тема 4.5</b> Первая помощь при ожогах, при воздействии низких температур	Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах, при химических ожогах. Основные признаки теплового удара. Основные степени отморожений. Порядок оказания помощи	2	Прб 07, ПРБ 12, ЛР 12, МР 01 ОК ...
<b>Тема 4.6</b> Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути	Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Отработка навыков выполнения приема Геймлиха. Оказание помощи при удушье детей. Отработка мероприятий по оказанию помощи при отравлении. Острое и хроническое отравление	2	Прб 07, ПРБ 12, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03 ОК ...
	<i>Практическое занятие № 10. Отработка основных приемов удаления инородных тел из верхних дыхательных путей</i>	2	Прб 07, ПРБ 12, ЛР 12, МР 01 ОК ...
<b>Тема 4.7</b> Первая помощь при инсульте, инфаркте, эпилепсии	Первая помощь при отсутствии сознания. Алгоритм оказания помощи при инсульте. Диагностика инсульта. Виды инсультов. Помощь при предынфарктном состоянии, алгоритм помощи пострадавшему. Виды эпилепсии, оказание помощи при эпилептическом припадке	2	Прб 07, ПРБ 12, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03 ОК ...
<b>Тема 4.8</b> Первая помощь на воде. Помощь при утоплении	Помощь пострадавшему на воде, правила транспортировки пострадавшего. Оказание помощи при утоплении	2	Прб 07, ПРБ 12, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03 ОК ...
<b>Промежуточная аттестация (дифференцированный зачёт)</b>		<b>2</b>	
<b>Всего:</b>		<b>78</b>	

Индивидуальные проекты		6
<b>Темы индивидуальных проектов (рефератов, докладов, презентаций):</b>		
1.	Эволюция среды обитания, переход к техносфере.	
2.	Взаимодействие человека и среды обитания.	
3.	Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.	
4.	Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.	
5.	Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.	
6.	Факторы, способствующие укреплению здоровья.	
7.	Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.	
8.	Роль физической культуры в сохранении здоровья	
9.	Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.	
10.	Алкоголь и его влияние на здоровье человека.	
11.	Табакокурение и его влияние на здоровье.	
12.	Наркотики и их пагубное воздействие на организм.	
13.	Компьютерные игры и их влияние на организм человека.	
14.	Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.	
15.	Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.	
16.	Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.	
17.	Терроризм как основная социальная опасность современности.	
18.	Космические опасности: мифы и реальность.	
19.	Современные средства поражения и их поражающие факторы.	
20.	Оповещение и информирование населения об опасности.	
21.	Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.	
22.	Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.	
23.	МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	
24.	Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.	
25.	Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.	
26.	Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.	
27.	Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.	
28.	Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.	
29.	Символы воинской чести.	
30.	Патриотизм и верность воинскому долгу.	
31.	Дни воинской славы России.	
32.	Города-герои Российской Федерации.	
33.	Города воинской славы Российской Федерации.	
34.	Профилактика инфекционных заболеваний.	

35.	Первая помощь при острой сердечной недостаточности.		
36.	СПИД — чума XXI века.		
37.	Оказание первой помощи при бытовых травмах.		
38.	Духовность и здоровье семьи.		
39.	Здоровье родителей — здоровье ребенка.		
40.	Формирование здорового образа жизни с пеленок.		
41.	Как стать долгожителем?		
42.	Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.		
43.	Политика государства по поддержке семьи.		
44.	Оказание первой помощи при бытовых травмах.		
45.	Духовность и здоровье семьи.		
46.	Здоровье родителей — здоровье ребенка.		
47.	Формирование здорового образа жизни с пеленок.		
48.	Как стать долгожителем?		
49.	Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.		
50.	Политика государства по поддержке семьи.		
	Всего:		<i>72 часа</i>

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**3.1.** Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «*Основы безопасности жизнедеятельности*», оснащенный оборудованием<sup>1</sup>:

многофункциональный комплекс преподавателя;

наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов, портретов выдающихся ученых в области обеспечения безопасной жизнедеятельности населения и др.);

тренажер для отработки действий при оказании помощи в воде;

имитаторы ранений и поражений;

образцы аварийно-спасательных инструментов и оборудования (АСИО), средств индивидуальной защиты (СИЗ): противогаз ГП-7, респиратор Р-2, защитный костюм Л-1, общевойсковой защитный костюм, общевойсковой прибор химической разведки, компас-азимут; дозиметр бытовой (индикатор радиоактивности);

учебно-методический комплект «Факторы радиационной и химической опасности» для изучения факторов радиационной и химической опасности; •

образцы средств первой медицинской помощи: индивидуальный перевязочный пакет ИПП-1; жгут кровоостанавливающий;

аптечка индивидуальная АИ-2; комплект противоожоговый; индивидуальный противохимический пакет ИПП-11; сумка санитарная; носилки плащевые;

образцы средств пожаротушения (СП);

макеты: встроенного убежища, быстровозводимого убежища, противорадиационного укрытия, а также макеты местности, зданий и муляжи;

макет автомата Калашникова;

электронный стрелковый тренажер;

обучающие и контролирующие программы по темам дисциплины;

комплекты технической документации, в том числе паспорта на средства обучения, инструкции по их использованию и технике безопасности;

библиотечный фонд,

техническими средствами обучения:

информационно-коммуникативные средства;

экранно-звуковые пособия;

тренажеры для отработки навыков оказания сердечно-легочной и мозговой реанимации с индикацией правильности выполнения действий на экране компьютера и пульте контроля управления — роботы-тренажеры типа «Гоша» и др.;

### 3.2. Информационное обеспечение реализации программы

#### 3.2.1. Основные издания

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489702> (дата обращения: 22.08.2022).

---

<sup>1</sup> Письмо Министерства образования и науки РФ от 24.11.2011 № МД-1552/03 «Об оснащении общеобразовательных учреждений учебным и учебно-лабораторным оборудованием».

2. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 313 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-04629-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489671> (дата обращения: 22.08.2022).

3. Беляков, Г. И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях : учебник для среднего профессионального образования / Г. И. Беляков. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 354 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-03180-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491016> (дата обращения: 22.08.2022).

4. Курдюмов, В. И. Безопасность жизнедеятельности: проектирование и расчет средств обеспечения безопасности : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. И. Курдюмов, Б. И. Зотов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 249 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09351-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492056> (дата обращения: 22.08.2022).

5. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 639 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13550-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495884> (дата обращения: 22.08.2022).

6. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 1 : учебник для среднего профессионального образования / С. В. Белов. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 350 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-9962-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/472009> (дата обращения: 22.08.2022).

7. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 2 : учебник для среднего профессионального образования / С. В. Белов. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 362 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-9964-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/492045> (дата обращения: 22.08.2022).

#### **Дополнительная:**

1. Гасусуалиев, А. М. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]: методич. указания (рабочая тетрадь) по практическим занятиям студентов 1-го курса спец. 13.02.07 Электроснабжение (по отраслям), 23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог, 27.02.03 Автоматика и телемеханика на транспорте (железнодорожном транспорте), 08.02.10 Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство /авт. А. М. Гасусуалиев, преп. ВТЖТ – филиала РГУПС. – Волгоград: ВТЖТ – филиал ФГБОУ ВО РГУПС, 2021. – 106 с. – Режим доступа: ЭОР ВТЖТ – филиала РГУПС.

2. Гасусуалиев, А. М. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]: методич. рекомендации по выполнению самостоятельной работы студентов 1-го курса спец. 13.02.07 Электроснабжение (по отраслям), 23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог, 27.02.03 Автоматика и телемеханика на транспорте (железнодорожном транспорте), 08.02.10 Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство /авт. А. М. Гасусуалиев, преп. ВТЖТ – филиала РГУПС. – Волгоград: ВТЖТ – филиал ФГБОУ ВО РГУПС, 2021. – 33 с. – Режим доступа: ВТЖТ – филиала РГУПС.

3. Гасусуалиев, А. М. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учеб. пособие для студентов 1-го курса / А. М. Гасусуалиев, преп. ВТЖТ – филиала РГУПС. – Волгоград: ВТЖТ – филиал ФГБОУ ВО РГУПС, 2021. – 273 с. – Режим доступа: ЭОР ВТЖТ – филиала РГУПС.

4. Суворова, Г. М. Методика обучения безопасности жизнедеятельности : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. М. Суворова, В. Д. Горичева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 212 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09079-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491731> (дата обращения: 22.08.2022).

### **3.2.2. Дополнительные источники**

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993)
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.
4. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.
5. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.
6. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.
7. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.
8. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.
9. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.
10. Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.
11. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.
12. Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2011. — № 47.
13. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2012.
14. Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. — М., 2013.
15. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. — М., 2012.
16. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2013.
17. Микрюков В.Ю. Основы военной службы: учебник для учащихся старших классов сред. образовательных учреждений и студентов сред. спец. учеб. заведений, а также преподавателей этого курса. — М., 2014

18. Назарова Е.Н., Жилов Ю.Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.
19. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2013 <http://anty-crim.boxmail.biz> Искусство выживания
20. <http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь
21. <http://www.meduhod.ru> Портал детской безопасности
22. <http://www.spas-extreme.ru> Россия без наркотиков
23. <http://www.obzh.info> информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).
24. <http://www.school-obz.org/> Информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности
25. <http://kombat.com.ua/stat.html> Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях
26. <http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1132/index.htm> Автономное существование в природе – детям
27. <http://www.mnr.gov.ru> Министерство природных ресурсов и экологии Российской Федерации (Минприроды России)
28. <https://www.gosnadzor.ru> Федеральная служба по экологическому, технологическому и атомному надзору (Ростехнадзор)
29. <http://www.mchs.gov.ru> Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России)
30. <http://www.mzsrrf.ru> Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации (Минздравсоцразвития России)
31. <http://www.rostrud.info> Федеральная служба по труду и занятости (Роструд)
32. <http://www.gsen.ru> Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор)
33. <http://www.safety.ru> ОАО НТЦ «Промышленная безопасность».
34. <http://www.risot.safework.ru> Российская Информационная Система Охраны Труда (РИСОТ)
35. <http://www.mspbsng.org> Межгосударственный совет по промышленной безопасности
36. <http://www.ilo.org> Международная организация труда (МОТ)

## Результаты обучения, регламентированные ФГОС СОО

Содержание общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» (базовый уровень) направлено на достижение всех личностных (далее – ЛР), метапредметных (далее – МР) и предметных (далее – ПР) результатов обучения, регламентированных ФГОС СОО и с учетом примерной основной образовательной программы среднего общего образования (ПООП СОО).

### Личностные результаты отражают:

ЛР 01. Проявлять 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).

ЛР 02. Проявлять 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.

ЛР 03. Готовность к служению Отечеству, его защите.

ЛР 04. 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;

ЛР 05. Сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности.

ЛР 06. 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;

ЛР 07. Навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.

ЛР 08. Нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей.

ЛР 09. 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.

ЛР 10. Эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений.

ЛР 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.

ЛР 12. Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь.

ЛР 13. Осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности

участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем.

ЛР 14. Сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности.

ЛР 15. Ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

### **Метапредметные результаты отражают:**

МР 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.

МР 02. Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.

МР 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.

МР 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.

МР 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.

МР 06. Умение определять назначение и функции различных социальных институтов.

МР 07. Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей.

МР 08. Владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства.

МР 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.

### **Предметные результаты на базовом уровне отражают:**

ПР6.01. 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 защищённость личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

ПР6.02. Знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

ПР6.03. Сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

ПР6.04. Сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

ПР6.05. Знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- ПРБ.06. Знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- ПРБ.07. Знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- ПРБ.08. Умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- ПРБ.09. Умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- ПРБ.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;
- ПРБ.11. Знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- ПРБ.12. Владение 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.

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Фонды оценочных средств (далее – ФОС) представлены в виде междисциплинарных заданий, направленные на контроль качества и управление процессами достижения ЛР, МР и ПР, а также создание условий для формирования ОК и (или) ПК у обучающихся посредством промежуточной аттестации. ФОС разрабатываются с опорой на синхронизированные образовательные результаты, с учетом профиля обучения, уровня освоения общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» и профессиональной направленности образовательной программы по специальности

**«23.02.01 Организация перевозок и управление на транспорте (по видам)».**

Таблица 1

№ раздела, темы	Коды образовательных результатов (ЛР, МТР, ПР, ОК, ПК)	Варианты междисциплинарных заданий
<p><b>Раздел № 1.</b> Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья</p> <p>Тема № 1 Здоровье и здоровый образ жизни</p>	<p>ЛР 06, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03, ПРб.01, ПРб.03, ПРб.05, ПРб.07, ПРб.08, ПРб.09, ПРб.12, ОК 3, ОК 6, ОК 8, ПК 1.2, ПК 2.2</p>	<p>Продолжение жизни как закон и смысл человека и общества.</p> <p>Смысл Живого мира – не прекращение процесса Жизни.</p> <p>Прогресс и регресс: условия и признаки процессов. Смысл жизни Человека как части Живого мира.</p> <p>Определение смысла жизни в мировых религиях. Понимание смысла жизни человека в философии и психологии.</p> <p>Понятия о реализации и самореализации Человека (А. Маслоу, пирамида Дилтса и др.) Важнейшие аспекты самореализации: жизненные Цели, Мечта. Творчество, раскрытие способностей. Любовь к Делу.</p> <p>Профессиональная самореализация. Примеры из жизни известных людей, преодолевших массу преград на пути к Мечте и самореализации в своем Деле.</p> <p>Планирование действий на ближайшие 5-10 лет.</p>

<p>Тема № 2 Психологическое здоровье</p>	<p>ЛР 06, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03, ПРБ.01, ПРБ.03, ПРБ.05, ПРБ.07, ПРБ.08, ПРБ.09, ПРБ.12, ОК 3, ОК 6, ОК 8, ПК 1.2, ПК 2.2</p>	<p>Осознанность как фактор повышения безопасности личности и общества. Реальность и несправедливость Мира. Требования к человеку в сфере психологической и морально-волевой устойчивости, а также физической готовности к жизненным ситуациям. Понятие осознанности. Осознанность – необходимое условие развития, саморазвития, реализации и самореализации человека. Осознанность начинается в мышлении. Факторы, мешающие развитию осознанности: когнитивные искажения (в том числе мифы, стереотипы и др.), страх, лень, стремление к максимуму комфорта через минимум усилий. Рефлексия как инструмент появления осознанности. Пути преодоления негативных факторов и практика осознанного образа жизни. Связь осознанности в жизни человека с безопасностью.</p>
<p>Тема № 3 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.</p>	<p>ЛР 06, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03, ПРБ.01, ПРБ.03, ПРБ.05, ПРБ.07, ПРБ.08, ПРБ.09, ПРБ.12, ОК 3, ОК 6, ОК 8, ПК 1.2, ПК 2.2</p>	<p>Изучение основных положений организации рационального питания техника и освоение методов его гигиенической оценки Практическое задание. Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. На основе особенностей труда и затрат энергии в будущей профессиональной деятельности (техник) рассчитать калории, необходимые для эффективной работы. Выявить достоинства и недостатки представленного меню на день. Выяснить, есть ли продукты питания, назначенные за вредность производства. Представить отчет о проделанной работе.</p>

		<p>Экскурсия в учебную мастерскую, на учебный полигон или предприятие транспорта, где в условиях будущих рабочих мест обратить внимание на комплекс опасностей и мер по защите от них.</p> <p>Задание: необходимо выявить все возможные опасности. Описать, какое воздействие данные опасности могут оказать на здоровье. Укажите способы предотвращения реализации опасностей. Предложите коррекцию действий и расскажите алгоритм оказания помощи пострадавшему в случае реализации опасностей.</p>
<p>Тема №4 Правила и безопасность дорожного движения. Безопасное пользование всеми средствами передвижения.</p>	<p>ЛР 06, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03, ПРб.01, ПРб.03, ПРб.05, ПРб.07, ПРб.08, ПРб.09, ПРб.12, ОК 3, ОК 6, ОК 8, ПК 1.2, ПК 2.2</p>	<p>Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешехода, велосипедиста, пассажира и водителя транспортного средства. Изучите основные требования к работникам по документам, регламентирующим безопасность движения на транспорте; классификацию опасных грузов; меры безопасности при перевозке грузов, особенно опасных</p> <p>Отработка навыков самообороны при нападении в подъезде, в лифте, в замкнутом пространстве, на улице. Изучите законодательную базу по вопросу допустимой самообороны. Приведите примеры самообороны. Проанализируйте ситуацию и предложите алгоритм действий при самообороне. Ситуация: на остановке общественного транспорта на малолетнего ребенка напал мужчина 50 лет. Крепко держит ребенка, избивает его. Ребенок кричит и плачет. Окружающие не вмешиваются, думая, что это родственник, выясняет отношения. Девушка подросток вмешалась в ситуацию. Вызвала полицию, одновременно с этим пыталась</p>

		оттащить мужчину от ребенка, била его и отвлекла его на себя. Приехавший наряд выяснил, что эти люди не родственники. Девушка спасла жизнь ребенку. Отработка навыков самообороны при нападении в подъезде, в лифте, в замкнутом пространстве, на улице.
<p><b>Раздел № 2.</b> Государственная система обеспечения безопасности населения</p> <p>Тема № 1 Изучение и отработка моделей поведения при ЧС.</p>	<p>ЛР 06, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03, ПРБ.01, ПРБ.03, ПРБ.05, ПРБ.07, ПРБ.08, ПРБ.09, ПРБ.12, ОК 3, ОК 6, ОК 8, ПК 1.2, ПК 2.2</p>	<p>Изучение и отработка моделей поведения при ЧС на транспорте</p> <p>1) Бинарное занятие. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Ситуация. Вы находитесь в темный период времени на берегу водоема, вокруг лес, роща. Вам необходимо сориентироваться и добраться до ближайшего населенного пункта. Вам автомобиль не заводится, но в нем есть карта или навигатор. Вас двое. Повреждений нет. На улице туман и холодно.</p> <p>2) Отработайте алгоритм действий при ЧС или катастрофе. Вы выехали в туристическую поездку в горы. Одна из девушек во время экскурсии сошла с туристической тропы и заблудилась в лесу. Гид предложил вашей группе организовать поиски пропавшей туристки своими силами. Вы нашли девушку. Она травмировала ногу, сильный ушиб с вывихом. Какова последовательность ваших действий?</p> <p>3) Вынос пострадавшего из задымленного помещения. На основе смоделированной ситуации возникновения пожара на предприятии транспорта отработайте алгоритм оказания помощи пострадавшему.</p>
<p>Тема № 2 Единая государственная система</p>	<p>ЛР 06, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03, ПРБ.01, ПРБ.03,</p>	<p>Отработка порядка и правил действий при пожаре с использованием первичных средств пожаротушения на предприятии транспорта.</p>

<p>предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</p>	<p>ПРб.05, ПРб.07, ПРб.08, ПРб.09, ПРб.12, ОК 3, ОК 6, ОК 8, ПК 1.2, ПК 2.2</p>	<p>Работа по выявлению опасности пожаров и средств пожаротушения на предприятии транспорта. Изучение первичных средств пожаротушения. Вам необходимо пройти по коридору 2го этажа управления транспорта, изучить план эвакуации этажа, научиться правильно его читать, ориентироваться в здании. Изучить, где расположены средства пожаротушения. Укажите, есть ли нарушения безопасности в здании. Вам необходимо разработать план действий при возгорании. Отработка навыков оказания помощи пострадавшим при асфиксии, ожогах. Вы должны самостоятельно эвакуироваться и использовать средства защиты. Объясните алгоритм своих действий. Укажите их порядок.</p>
<p>Тема № 3 Современные средства поражения и их поражающие факторы.</p>	<p>ЛР 06, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03, ПРб.01, ПРб.03, ПРб.05, ПРб.07, ПРб.08, ПРб.09, ПРб.12, ОК 3, ОК 6, ОК 8, ПК 1.2, ПК 2.2</p>	<p>Отработка навыков пользования СИЗ при работе с химическими веществами.</p> <p>7. Изучите список потенциально опасных химических элементов. Список биологического, бактериологического оружия. Способы их воздействия на организм и средства борьбы с ними. Проанализируйте ситуацию, как эпидемия или пандемия влияет на экономику страны. По симптомам из карточек-заданий, определите, какое вещество воздействовало на человека. Проведите сравнительный анализ внешних признаков химических соединений, определите, на какие вещества они похожи.</p> <p>8. Расскажите правила пользования средствами индивидуальной и коллективной защиты. Отработка навыков пользования СИЗ. Сдача нормативов по надеванию противогаза, общего защитного костюма, средств</p>

		индивидуальной защиты. Покажите, как использовать средства индивидуальной защиты.
Тема № 4 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта	ЛР 06, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03, ПРб.01, ПРб.03, ПРб.05, ПРб.07, ПРб.08, ПРб.09, ПРб.12, ОК 3, ОК 6, ОК 8, ПК 1.2, ПК 2.2	Отработка навыков поведения при стрельбе, при захвате в качестве заложника. Отработка навыков поведения при стрельбе, при захвате в качестве заложника. Отработка навыков поведения в аудитории, при нештатной ситуации. Изучение путей и методов эвакуации из помещения. Отработка навыков пользования «Планом эвакуации этажа», уметь его читать.
Тема № 5 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	ЛР 06, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03, ПРб.01, ПРб.03, ПРб.05, ПРб.07, ПРб.08, ПРб.09, ПРб.12, ОК 3, ОК 6, ОК 8, ПК 1.2, ПК 2.2	Экскурсия в музей. Ознакомление с работой пожарной части, МВД (ГАИ-ГИБДД) или МЧС
<b>Раздел № 3.</b> Основы обороны государства и воинская обязанность  Тема № 1 Воинская обязанность и воинский учет	ЛР 06, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03, ПРб.01, ПРб.03, ПРб.05, ПРб.07, ПРб.08, ПРб.09, ПРб.12, ОК 3, ОК 6, ОК 8, ПК 1.2, ПК 2.2	Служба в вооруженных силах Российской Федерации. Основные понятия воинской обязанности и воинского учета. Постановка граждан на воинский учет. Категории годности. Медицинское освидетельствование граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Автомобильные войска. Дорожные войска. Альтернативная гражданская служба. Служба по контракту. Урок-игра. Сам себя готовлю к службе в армии. Определить категорию годности по своим заболеваниям. Строевая подготовка. Изучение и отработка строевых команд. Задание. 1.Выписать основные формулировки:

		<p>Что понимается под обороной? С какой целью создаются ВС РФ? Что включает в себя организация обороны? Что составляет основу военной организации государства? 3. Решение тестов по теме</p>
<p><b>Раздел № 4.</b> Основы медицинских знаний</p> <p>Тема № 1 Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственная вентиляция легких.</p>	<p>ЛР 06, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03, ПРБ.01, ПРБ.03, ПРБ.05, ПРБ.07, ПРБ.08, ПРБ.09, ПРБ.12, ОК 3, ОК 6, ОК 8, ПК 1.2, ПК 2.2</p>	<p>Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственная вентиляция легких. Отработка навыков ИВЛ, особенности декомпрессии ребенку до 1 года, ребенку до 12 лет, подростку и взрослому человеку. Отработайте алгоритм группой лиц по оказанию помощи. Например, женщине на остановке стало плохо, она резко повалилась на бок и захрипела, признаков жизни не подает. Диагностируйте состояние и отработайте алгоритм помощи с одноклассниками. Отработка навыков измерения пульса, понижение и повышение артериального давления. Его влияние на организм. Самодиагностика давления с измерением пульса. Практическая работа «Изучение приемов оказания первой помощи».</p>
<p>Тема № 2 Понятие травм и их виды.</p>	<p>ЛР 06, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03, ПРБ.01, ПРБ.03, ПРБ.05, ПРБ.07, ПРБ.08, ПРБ.09, ПРБ.12, ОК 3, ОК 6, ОК 8, ПК 1.2, ПК 2.2</p>	<p>Первая помощь при травмировании. Отработка навыков наложения повязок. Оказание помощи при ранениях. Работа в группах. Наложение шин. Первая помощь при проникающих ранениях грудной клетки, брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. При травматизме на производстве. Помощь при электротравмах и ударах молнией. Пример ситуации. Во время тушения пожара в помещении пожарный получил ожог II степени. Опишите</p>

		<p>последовательность оказания помощи пострадавшему.</p> <p>Работа в парах: наложить повязки на руку, голову, ногу, наложить шину при переломе голени.</p> <p>Контрольные вопросы.</p> <p>Перечислите виды ран.</p> <p>Назовите виды переломов, перечислите признаки переломов.</p>
<p>Тема № 3</p> <p>Понятие и виды кровотечений</p>	<p>ЛР 06, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03, ПРБ.01, ПРБ.03, ПРБ.05, ПРБ.07, ПРБ.08, ПРБ.09, ПРБ.12, ОК 3, ОК 6, ОК 8, ПК 1.2, ПК 2.2</p>	<p>Решение ситуационных задач.</p> <p>Отработка навыков оказания первой помощи при кровотечениях.</p> <p>Наложение повязок, жгута, закрутки.</p> <p>Правила оказания помощи при кровотечениях. Личная безопасность при оказании помощи. Оказание помощи при венозном, капиллярном, артериальном, смешанном и внутреннем кровотечениях. Как правильно оказать помощь? Как предотвратить заражение?</p> <p>Ответить на контрольные вопросы письменно:</p> <p>Дайте формулировку кровотечению.</p> <p>Перечислите виды кровотечений.</p> <p>Что такое асептика?</p> <p>Что такое антисептика?</p> <p>Какие способы остановки кровотечений существуют?</p> <p>Работа в парах: наложить закрутку, жгут.</p>
<p>Тема № 4</p> <p>Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути.</p>	<p>ЛР 06, ЛР 07, ЛР 09, ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03, ПРБ.01, ПРБ.03, ПРБ.05, ПРБ.07, ПРБ.08, ПРБ.09, ПРБ.12, ОК 3, ОК 6, ОК 8, ПК 1.2, ПК 2.2</p>	<p>Отработка основных приемов удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.</p> <p>Отработка навыков «Объятий жизни».</p> <p>Оказание помощи при удушье у детей.</p> <p>Отработка мероприятий по оказанию помощи при отравлении. Острое и хроническое отравление.</p> <p>Решение кейсов. Вы увидели человека. Человек размахивает руками, показывает на горло, его лицо начало краснеть и синеть. Как помочь человеку? Объясните свои действия.</p>