

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Восточно-Сибирский государственный университет технологий и управления»  
Технологический колледж

СОГЛАСОВАНО:

Зам. директора по УМР ТК ВСГУТУ

  
В.В. Пойдонова

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ТК ВСГУТУ

  
С.Н. Сахаровский

«01» 09 2016 г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»  
для обучающихся специальности 43.02.10 «Туризм»

Рабочая программа дисциплины (РПД) «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана в Технологическом колледже ВСГУТУ и является частью программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ), разработанной в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, 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).

  
\_\_\_\_\_  
Составители:  
О.А. Перевалова  
  
\_\_\_\_\_  
Т.В. Ахаржанова  
  
\_\_\_\_\_  
И.Е. Тыскинеева

Рабочая программа рассмотрена, обсуждена и одобрена на заседании ЦМК по общеобразовательным дисциплинам.

Протокол от « 31 » 08 20 16 г. № 1  
Председатель ЦМК  \_\_\_\_\_ Ким.С.В.

### Аннотация

#### **1.1 Место в учебно-воспитательном процессе**

Учебная дисциплина ОУД.05 «Основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ)» входит в общеобразовательный цикл учебного плана ППССЗ по специальности 43.02.10 «Туризм», реализуется на 1-м году обучения (1 и 2 семестры) на базе основного общего образования. Содержание дисциплины состоит из четырех основных разделов:

- Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья;
- Государственная система обеспечения безопасности населения;
- Основы обороны государства и воинская обязанность;
- Основы медицинских знаний

#### **1.2. Цели изучения планируемые результаты освоения дисциплины**

Изучение дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих целей:

- освоение знаний 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; об обязанностях граждан по защите государства;

- воспитание ответственности за личную безопасность и безопасность общества; отношения к здоровью и человеческой жизни как главной ценности; уважения к героическому наследию России, государственной символике и традициям;

- развитие эмоционально-волевых черт личности, обеспечивающих безопасное поведение в опасных и чрезвычайных ситуациях; бдительности по предотвращению актов экстремизма и терроризма; потребности ведения здорового образа жизни; необходимых физических и психологических качеств личности при подготовке к защите Отечества;

Задачи изучения заключаются в следующем: овладение умениями действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим; оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья.

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих результатов:

##### **• личностных:**

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

##### **• метапредметных:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях; освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

- формирование установки на здоровый образ жизни; развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• **предметных:**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

### **1.3. Структура и содержание дисциплины**

*Структура дисциплины:*

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Объём часов очное</i>
<b>Максимальная учебная нагрузка</b>	117
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	78
в том числе:	
практические занятия	39
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	39
Промежуточная аттестация	ДФК/Диф.зач

*Содержание дисциплины состоит из нескольких основных разделов:*

- Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья;
- Государственная система обеспечения безопасности населения;
- Основы обороны государства и воинская обязанность;
- Основы медицинских знаний

### **1.4. Список авторов рабочей программы.**

Перевалова Ольга Алексеевна, доцент, к.г.н. кафедры «ЭБЖ» ВСГУТУ  
 Ахаржанова Туяна Викторовна, доцент, к.г.н. кафедры «ЭБЖ» ВСГУТУ  
 Тыскинеева Ирина Евгеньевна, преподаватель кафедры «ЭБЖ» ВСГУТУ

## Содержание

1	Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	7
2	Структура и содержание дисциплины	12
2.1.	Распределение учебного времени дисциплины	12
2.2.	Тематический план учебной дисциплины	13
3	Самостоятельная работа обучающихся	29
4	Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	30
5	Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины	31
6	Контроль и оценка результатов освоения дисциплины	31

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Основы безопасности жизнедеятельности

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

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена специальности 43.02.10 «Туризм». Программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «ОБЖ», 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).

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

Учебная дисциплина ОУД.05 «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в общеобразовательный цикл и относится к базовым общепрофессиональным дисциплинам, изучается в общеобразовательном цикле учебного плана на базе основного общего образования с получением среднего общего образования ППССЗ.

Знания, умения и навыки, приобретенные в результате освоения дисциплины ОУД.05 «Основы безопасности жизнедеятельности», необходимы для освоения следующих дисциплин учебного плана:

- ОП.10 Безопасность жизнедеятельности.

В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на 1-м году обучения (1 и 2 семестр). Общая трудоёмкость освоения по очному обучению составляет 117 часов, в том числе аудиторная учебная нагрузка – 78 часа и СРС – 39 часов, по заочному обучению составляет 117 часов, в том числе аудиторная учебная нагрузка – 10 часов и СРС – 107 часов.

Дисциплина имеет теоретическую (лекционные занятия) и практическую часть (практические занятия). Обучающиеся применяют теоретические положения для идентификации опасностей и оценивания рисков, а также разработки конкретных мер по обеспечению безопасности в профессиональной деятельности.

Учебная дисциплина логически и содержательно методически взаимосвязана с последующими теоретическими дисциплинами математического и общего естественнонаучного, а также общепрофессионального циклов.

### **1.3. Цели изучения и планируемые результаты освоения дисциплины**

Изучение дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих **целей**:

- освоение знаний 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; об обязанностях граждан по защите государства;
- воспитание ответственности за личную безопасность и безопасность общества; отношения к здоровью и человеческой жизни как главной ценности; уважения к героическому наследию России, государственной символике и традициям;
- развитие эмоционально-волевых черт личности, обеспечивающих безопасное поведение в опасных и чрезвычайных ситуациях; бдительности по предотвращению актов экстремизма и терроризма; потребности ведения здорового образа жизни; необходимых физических и психологических качеств личности при подготовке к защите Отечества;

Задачи изучения заключаются в овладении умениями действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим; оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья.

В результате освоения данной дисциплины обучающиеся должны:

**знать**

- основы здорового образа жизни и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту; альтернативной гражданской службы;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

**уметь**

- выполнять последовательно действия при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!» и комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей, ценностей и продуктов питания в случае эвакуации населения;
- применять элементарные способы самозащиты в конкретной ситуации криминогенного характера;
- правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- ориентироваться на местности, подавать сигналы бедствия, добывать огонь, воду и пищу в случае автономного существования в природной среде;
- правильно пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, индивидуальной медицинской аптечкой);

**использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:**

- вести здоровый образ жизни;
- правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- уметь пользоваться бытовыми приборами, лекарственными препаратами и средствами бытовой химии, бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- соблюдать общие требования безопасности при пользовании транспортными средствами, при нахождении на улице, правила поведения на воде, меры пожарной и инфекционной безопасности;
- оказывать первую медицинскую помощь в неотложных ситуациях;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих результатов:

**• личностных:**

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

• **метапредметных:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях; освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

- формирование установки на здоровый образ жизни; развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• **предметных:**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и

государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

### *Характеристика основных видов деятельности обучающихся*

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
<b>Введение</b>	Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности. Анализ влияния современного человека на окружающую среду,
<b>1. Обеспечение личной безопасности здоровья населения</b>	<p>Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни.</p> <p>Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха.</p> <p>Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя.</p> <p>Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.</p> <p>Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам.</p> <p>Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения.</p>

<p><b>2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b></p>	<p>Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.</p> <p>Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.</p> <p>Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.</p> <p>Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.</p> <p>Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.</p> <p>Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности.</p>
<p><b>3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b></p>	<p>Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России. Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации;</p>
	<p>формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих.</p> <p>Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества. Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическими профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки.</p> <p>Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести.</p>

<b>4. Основы медицинских знаний</b>	Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. Характеристика основных признаков жизни. Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара. Определение основных средств планирования семьи. Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины
-------------------------------------	--

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ДИСЦИПЛИНЫ

Содержание раздела выполнено в виде выписки из УП. В таблице 1 представлена информация о распределении общей трудоемкости обучения в часах по семестрам, видов и объемов учебной работы в часах (лекции (Л), практические занятия (Пр), о распределении форм СРС – самостоятельной работы студентов, расчетно-графические работы (РГР), контрольные (КР), индивидуальные задания (ИЗ), а также форм ПА – промежуточной аттестации студентов по дисциплине: экзамен (Э), дифференцированный зачет (ДЗ), другие формы контроля (ДФК):

Таблица 1 – Распределение учебного времени дисциплины

Форма обучения	Семестр и его продолжительность (нед.)	РАСПРЕДЕЛЕНИЕ							Формы промежуточной аттестации
		Общей трудоемкости (час)	В том числе						
			На аудиторные занятия (час)			На СРС			
			Всего / в интерактивной форме	В том числе			(час)	Формы СРС	
Л	Лб	Пр							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Очная (О)	1 семестр, 16 недель	48	32	16	-	16	16	ИЗ	КР
	2 семестр, 23 недели	69	46	23	-	23	23	ИЗ	ДЗ
<b>Всего:</b>		<b>117</b>	<b>78</b>	<b>39</b>		<b>39</b>	<b>39</b>		

## 2.2. Тематический план учебной дисциплины

Таблица 2.

Учебный год Семестр	Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов очно	Уровень освоения
	Введение	Содержание учебного материала	2	
		Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности		1
	<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>		<b>24</b>	
	Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни	Содержание учебного материала	2	
		Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.		1
		Изучение факторов, способствующих укреплению здоровья. Изучение роли двигательной активности, закаливания организма и занятий физической культуры в укреплении здоровья.		2
		<b>Практические занятия</b>	2	
		Способы закаливания организма		
		Влияние двигательной активности на здоровье человека.		
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
Выполнение реферата по темам: 1. Здоровье и здоровый образ жизни. 2. Способы закаливания организма.				

		3. Физическая культура и спорт в системе обеспечения здоровья. 4. Физические факторы, способствующие формированию, росту и укреплению здоровья человека.		
Тема 1.2. Вредные привычки и их профилактика	Содержание учебного материала		2	
	Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика			1
	Изучение влияния алкоголя на здоровье человека, социальных последствий употребления алкоголя и снижения умственной и физической работоспособности.			2
	Изучение влияния курения на состояние здоровья. Изучение составных частей табачного дыма. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.			
	Наркотики. Наркомания и токсикомания. Социальные последствия пристрастия к наркотикам, Профилактика наркомании.			
	<b>Практические занятия</b>		2	
	Влияние курения на здоровье человека			2
	Алкоголь и социальные последствия. Влияние алкоголя на здоровье человека.			
	Влияние наркотиков на здоровье человека. Распространение ВИЧ. Социальные последствия наркомании.			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		2	
	Выполнение реферата по темам: 1. Что мы знаем о табачном дыме.			

		<ul style="list-style-type: none"> <li>2. Можно ли побороть вредные привычки.</li> <li>3. Алкоголь – причина многих бед.</li> <li>4. Вредные привычки в моей семье.</li> <li>5. Вредные привычки и наше будущее.</li> <li>6. Детство и алкоголь.</li> <li>7. Последствия наркомании.</li> <li>8. Наркомания – привычка или болезнь?</li> <li>9. Как противостоять среде?</li> </ul>		
Тема 1.3. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	Содержание учебного материала		2	
	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества			1
	<b>Практические занятия</b>			
	Репродуктивное здоровье населения. Современные средства контрацепции		2	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		2	
	Выполнение докладов по темам: <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Современные средства контрацепции.</li> <li>2. Аборт и его последствия?</li> <li>3. Здоровое поколение</li> </ul>			
Тема 1.4. Основные инфекционные болезни.	Содержание учебного материала		2	
	Основные инфекционные болезни. Классификация и профилактика			1
	<b>Практические занятия</b>			
	Кишечные инфекции. Инфекции дыхательных путей. Кровяные инфекции		2	2

	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
	Подготовка докладов по темам: 1. Пути передачи кишечных инфекций. 2. Инфекции, передаваемые половым путем. 3. Профилактика инфекционных болезней. 4. Туберкулез. Пути передачи последствия. 5. Вирусные гепатиты. 6. ВИЧ-инфекция. 7. Как лечить инфекционного больного? 8. Чем опасна дизентерия? 9. Роль социально-бытовых факторов в распространении инфекционных заболеваний		
	<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	<b>22</b>	
Тема 2.1. Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера.	Содержание учебного материала	2	
	Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.		
	<b>Практические занятия</b>	4	2
	Правила поведения при пожарах, взрывах, наводнениях и землетрясении. Правила поведения в ЧС техногенного характера		
	Правила поведения при буре, урагане, смерчи		
Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация)			

		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	4	
		Подготовка докладов по темам: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Правила поведения при наводнении.</li> <li>2. Правила поведения при ДТП.</li> <li>3. Правила поведения при пожаре и обрушении здания.</li> <li>4. Правила поведения при землетрясении.</li> <li>5. Правила поведения при химической аварии.</li> <li>6. Правила поведения при радиационной аварии.</li> <li>7. Правила поведения при отравлении аварийными химически опасными веществами.</li> </ol>		
	Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	Содержание учебного материала	4	
РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций		1		
Определение гражданской обороны как составной части обороноспособности страны. Изучение задач гражданской обороны, структуры и органов управления гражданской обороной. Изучение современных средств поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.		2		
Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений.		1		
Изучение организации и основного содержания аварийно-спасательных работ. Изучение назначения и правил санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения. Изучение правовых основ организации защиты населения РФ от чрезвычайных ситуаций мирного времени.		2		
Основные направления деятельности государственных организаций и		1		

	ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.		
	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.		1
	<b>Практические занятия</b>	3	2
	Оповещение и информирование населения об опасностях, - возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Правила поведения в защитных сооружениях		
	Организация гражданской обороны в общеобразоват. учреждении, ее предназначение. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.		
	МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.		
	Милиция в Российской Федерации - система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств.		
	Служба скорой медицинской помощи.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
	Подготовка докладов по темам:		

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. История создания РСЧС.</li> <li>2. Органы управления гражданской обороны.</li> <li>3. Защитные сооружения и правила поведения в них.</li> <li>4. МЧС России</li> <li>5. Служба скорой помощи.</li> <li>6. Оповещение населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях</li> <li>7. Милиция как орган защиты населения от противоправных действий.</li> </ol>		
	Контрольная работа № 1	1	
	Дифференцированный зачет по всем разделам программы (1 семестр)	2	
	<b>Итого за первый семестр</b> <b>В том числе: Теоретического обучения</b> <b>Практических занятий</b> <b>Самостоятельной работы</b>	<b>48</b> <b>16</b> <b>16</b> <b>16</b>	
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>		<b>45</b>	
Тема 3.1. История Вооруженных сил России	Содержание учебного материала	3	
	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.		1
	Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки		1

		проведения военной реформы		
		<b>Практические занятия</b>	3	
		Военные реформы Ивана Грозного, Петра I, реформы XIX века.		
		Структура советских Вооруженных Сил		
		Вооруженные Силы Российской Федерации		
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	3	
		Подготовка рефератов по темам: 1. Вооруженные силы Московского государства в XIV—XV веках. 2. Военная реформа Ивана Грозного I. 3. Военные реформы в России во второй половине XIX века 4. Создание советских Вооруженных Сил.		
	Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных сил России	Содержание учебного материала	3	
		Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.		1
		Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформа Вооруженных Сил.		1
		<b>Практические занятия</b>	3	2
		Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура.		
		Военно-Воздушные Силы: история создания, предназначение; структура.		
		Военно-Морской Флот, история создания, предназначение,		

	структура.		
	Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура.		
	Космические войска: история создания, предназначение, структура.		
	Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.		
	Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	3	
	Подготовка докладов по темам: 1. Геральдика Вооруженных сил РФ. 2. Сухопутные войска. 3. Военно-воздушные силы. 4. Военно-Морской флот. 5. Ракетные войска стратегического назначения. 6. Космические войска. 7. Командование Вооруженными Силами. 8. Железнодорожные войска 9. Войска гражданской обороны МЧС.		
Тема 3.3. Военная обязанность	Содержание учебного материала	3	
	Основные понятия о военной обязанности. Военный учет. Организация военного учета и его предназначение. Обязанности граждан по военному учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на		1

	<p>воинский учет.</p> <p>Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части</p> <p>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.</p> <p>Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.</p> <p>Общие права и обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).</p>		
	<b>Практические занятия</b>	3	
	<p>Назначение и организация первоначальной постановки граждан на воинский учет.</p> <p>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</p>		2

		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.		
		Военная служба. Права и обязанности военнослужащих.		2
		Военная служба по контракту.		
		Альтернативная гражданская служба.		
		Дисциплинарная и уголовная ответственность военнослужащих.		
		<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	3	
		Подготовка докладов по темам: 1. Правовая основа и стадии осуществления воинской обязанности. 2. Обязанности и права призывников. 3. Право на отсрочку. 4. Правовое положение военнообязанных. 5. Пребывание в запасе. 6. Воинская обязанность граждан в условиях мобилизации. 7. Служба по контракту. 8. Назначение и особенности альтернативной гражданской службы. Преимущество и недостатки гражданской службы. 9. Преступления против военной службы.		
	Тема 3.4. Соблюдение норм международного гуманитарного права	Содержание учебного материала	3	1
		Военнослужащий - защитник своего Отечества. Основные качества личности военнослужащего: 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 - подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Единоначалие - принцип строительства Вооруженных Сил РФ		
	Изучение воинской дисциплины, ее сущности и значения. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.		1
	Изучение видов воинской деятельности и их особенностей. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск.		2
	Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).		1
	<b>Практические занятия</b>	3	
	Военнослужащий - специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.		1
	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.)		2
	Воинская дисциплина		

		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		2
		Подготовка докладов по темам: 1. Психические и моральные этические качества призывника. 2. Анализ особенностей воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил. 3. Значение и сущность воинской дисциплины. 4. Обязанности и права призывников. 5. Качества личности военнослужащего.	3	
Тема 3.5. Как стать офицером Российской Армии		Содержание учебного материала	3	
		Изучение основных видов военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.		1,2
		Символы воинской чести. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.		2
		<b>Практические занятия</b>	3	
		Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества. Воинский долг - обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Боевые традиции Вооруженных Сил России.		2
		Дни воинской славы России — дни славных побед. Дружба, войсковое товарищество - основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и		1

	<p>подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота</p>		
	<p>Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.</p>		
	<p>Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку</p>		2
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b></p>	2	2
	<p>Подготовка докладов по темам: 1. Основные качества военнослужащего. 2. Ритуалы вооруженных сил. 3. Ритуалы вооруженных сил. 4. Дни воинской славы.</p>		
	<p><b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b></p>	<b>24</b>	
Тема 4.1. Понятие первой помощи. Общие правила оказания первой помощи.	Содержание учебного материала	2	
	Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.		1
	Признаки жизни Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации»		2
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок		

	различных типов		
	Искусственное дыхание		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
	Выполнение реферата по темам: 1. Первая помощь при травмах различных областей тела. 2. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости. 3. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга.		
Тема 4.2. Понятие и виды кровотечений	Содержание учебного материала	2	
	Первая помощь при наружных кровотечениях		1
	Первая помощь при капиллярном кровотечении, венозном артериальном		2
	<b>Практические занятия</b>	2	
	Правила наложения жгута и закрутки		2
	Основные признаки внутреннего кровотечения		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
	Выполнение реферата по темам: 1. Смешанное кровотечение 2. Первая помощи при синдроме длительного сдавливания 3. Местные и общие признаки травматического токсикоза		
Тема 4.3. Понятие, основные виды и степени ожогов	Содержание учебного материала	2	
	Первая помощь при ожогах		1

		<b>Практические занятия</b>		
		Первая помощь при химических ожогах	2	2
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	1	
		Выполнение докладов по темам: 4. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. 5. Первая помощь при воздействии высоких температур 6. Первая помощь при термических ожогах		
Тема 4.4. Отравления, виды отравлений		Содержание учебного материала		
		Острые и хронические отравления	2	1
		<b>Практические занятия</b>		
		Первая помощь при отравлениях	2	2
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
		Подготовка докладов по темам: 7. Первая медицинская помощь при отравлениях. 8. Первая медицинская помощь при обморожениях. 9. Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах. 10. Первая медицинская помощь при обмороке. 11. Первая медицинская помощь при укусах ядовитых змей. 12. Первая медицинская помощь при переломах.		
		Контрольная работа № 2	1	
		Дифференцированный зачет по всем разделам программы (2 семестр)	2	
		<b>Итого за второй семестр</b>	<b>69</b>	

		<b>В том числе: Теоретического обучения</b> <b>Практических занятий</b> <b>Самостоятельной работы</b>	<b>23</b> <b>23</b> <b>23</b>	
		<b>ВСЕГО</b> <b>В том числе: Теоретического обучения</b> <b>Практических занятий</b> <b>Самостоятельной работы</b>	<b>117</b> <b>39</b> <b>39</b> <b>39</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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

### 3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

**Самостоятельная работа студентов (СРС)** – это планируемая учебная и научная работа, выполняемая по заданию преподавателя и под его методическим и научным руководством.

СРС по данной дисциплине включает:

- изучение теоретического материала: проработка пройденного учебного материала по конспектам лекций, рекомендованной учебной и научной литературы;
- выполнение индивидуальных самостоятельных творческих работ и заданий (реферат)

Распределение бюджета времени на выполнение индивидуальных СРС представлено в таблице 3.

Таблица 3 – Учебно-методическая (технологическая) карта СРС

Номер раздела и темы дисциплины	Ф/О	Код и наименование индивидуального проекта – задания или вида СРС	Объем часов на СРС	Сроки вып-ния	Рекомендуемые УММ	Форма контроля СРС
1	3	4	5	6	7	8
<b>1 семестр</b>						
<b>Раздел 1</b> Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	О	Изучение теоретического материала	3	еженед.	[1,2,3,4]	Устный экспресс-опрос
		Индивидуальное задание 1 (Доклад)	4	2-6 нед.	[1,2,3,4]	Защита работы
<b>Раздел 2</b> Государственная система обеспечения безопасности населения	О	Изучение теоретического материала	3	еженед.	[1,2,3,4]	Экспресс-опрос
		Индивидуальное задание 2 (Проектное задание)	5	7-14 нед.	[1,2,3,4]	Устная защита
		Подготовка к итоговой аттестации – по семестру 1	1	15-16 нед.	[1,2,3,4]	Контрольная работа №1
<b>2 семестр</b>						
<b>Раздел 3</b> Основы обороны государства и воинская обязанность	О	Изучение теоретического материала	4	еженед.	[1,2,3,4]	Экспресс-опрос
		Индивидуальное задание 3 (Проектное задание)	5	1-4 нед.	[1,2,3,4]	Устная защита
		Индивидуальное задание 4 (Проектное задание)	5	5-7 нед.	[1,2,3,4]	Устная защита
<b>Раздел 4</b> Основы медицинских знаний	О	Изучение теоретического материала	42	еженед.	[1,2,3,4]	Контрольная работа 5, 6, 7, 8
		Индивидуальное задание 5 (Проектное задание)	4	8-14 нед.	[1,2,3,4]	Устная защита
Подготовка к итоговой аттестации по дисциплине			1	17-23 нед.	[1,2,3,4]	Контрольная работа №2 Дифференцированный зачет
<b>Общие затраты времени студентом по всем видам СРС</b>				<b>О</b>		
Изучение теоретического материала(1 семестр / 2семестр)				6/8		
Выполнение индивидуальных заданий 1 семестр				8		
Выполнение индивидуальных заданий 2 семестр				13		
Подготовка к текущей аттестации по семестру 1				2		
Подготовка к итоговой аттестации по семестру 2				2		
<b>Итого по очному обучению</b>				<b>39</b>		
Изучение теоретического материала				97		
Выполнение индивидуальных заданий, подготовка к диф.зачету				10		

#### 4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (ПО ВИДАМ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ И ФОРМАМ КОНТРОЛЯ)

Таблица 4 – Карта обеспеченности дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» учебно-методическими материалами

Код и наименование специальности	Учебно-методический материал		Количество экземпляров	
	№№	Наименование	Всего	На 1 обучающегося, приведенного к оч. ф
	<b>Основная литература</b>			
	1	Айзман Р. И. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Р. И. Айзман, С. В. Петров, В. М. Ширшова; Новосиб. гос. пед. ун-т, Московский гос. пед. ун-т. - Новосибирск; Москва: АРТА, 2013. - 207 с.	5	
	2	Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. пособие/ М.И. Иванюков, В.С. Алексеев. - М.: Дашков и К, 2007. - 237 с.	15	
	3	Безопасность жизнедеятельности человека в условиях мирного и военного времени: учеб. для сред. спец. учеб. заведений/ В.Н. Пряхин, С.С. Соловьев. - М. : Экзамен, 2006. - 381 с.	4	
	4	Основы противодействия терроризму: учеб. пособие для вузов по спец. "Менеджмент орг." / Под ред. Я.Д. Вишнякова. - М.: Академия, 2006. - 236 с	2	
	<b>Дополнительная литература</b>			
	5	Хван Т.А. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие для вузов / Т.А. Хван, П.А. Хван. - Изд. 8-е. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2010. - 415 с.	16	
	6	Занько Н.Г. Безопасность жизнедеятельности : Учеб. для вузов / Н.Г. Занько, К.Р. Малаян, О.Н. Русак ; Под ред. О.Н. Русака. - Изд. 13-е, испр. - СПб. : Лань, 2010. - 671 с.	16	
	7	Михайлов Л.А. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и защита от них / Л.А. Михайлов, В.П. Соломин ; Под ред. Л.А. Михайлова. - СПб. : Питер, 2008. - 234 с.	5	
	8	Тимофеева И.Г. Безопасность жизнедеятельности. – Улан-Удэ: Издательство ВСГУТУ, 2014. – 61 с.	30 + ЭБС «Библиотех»	
	9	Еремина Т.В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – Улан-Удэ: ВСГУТУ, 2013. – 193 с.	20 + ЭБС «Библиотех»	
	<b>Информационные средства</b>			
		<a href="http://www.aonb.ru/iatp/guide/library.html">www.aonb.ru/iatp/guide/library.html</a>		
		<a href="http://www.mchs.gov.ru">www.mchs.gov.ru</a> (сайт МЧС РФ)		
		<a href="http://www.mvd.ru">www.mvd.ru</a> (сайт МВД РФ)		
		<a href="http://www.mil.ru">www.mil.ru</a> (сайт Минобороны)		
		<a href="http://www.fsb.ru">www.fsb.ru</a> (сайт ФСБ РФ)		
		Электронная библиотека статей по БЖД		

*Алиш (Омуртаев А.А.)*

## 5. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

В таблице 5 представлены общеуниверситетские ресурсы и ресурсы колледжа, которые должны быть использованы для полноценного изучения дисциплины.

Таблица 5 – Сведения об оснащенности образовательного процесса специализированным и лабораторным оборудованием

Используемые специализированные аудитории и лаборатории		Перечень оборудования и систем			Примечание
№	Наименование	№п/п	Наименование	Кол.	
1	Лаборатория «Безопасность жизнедеятельности»	1	Ноутбук,	1	
2		2	мультимедиапроектор	1	

## 6. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Таблица 6. Формы и методы контроля результатов обучения.

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных	Формы и методы контроля и оценки результатов
<b>Введение</b>	Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для	Устный опрос
<b>1. Обеспечение личной безопасности здоровья населения</b>	<p>Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни.</p> <p>Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха.</p> <p>Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных</p>	<p>Комбинированный метод в форме фронтального опроса и групповой самостоятельной работы</p> <p>Практическая проверка</p> <p>Индивидуальное задание 1 - доклад</p>
<b>2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	<p>Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.</p> <p>Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.</p> <p>Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.</p> <p>Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных</p>	<p>Комбинированный метод в форме фронтального опроса и групповой самостоятельной работы</p> <p>Практическая проверка</p> <p>Контрольная работа 1</p>

	<p>средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.</p> <p>Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.</p> <p>Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности.</p>	
<p><b>3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b></p>	<p>Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России. Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих. Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества. Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическими профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки.</p> <p>Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести.</p>	<p>Комбинированный метод в форме фронтального опроса и групповой самостоятельной работы</p> <p>Практическая проверка</p> <p>Индивидуальное задание</p>

<p><b>4. Основы медицинских знаний</b></p>	<p>Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. Характеристика основных признаков жизни. Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара. Определение основных средств планирования семьи. Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины</p>	<p>Комбинированный метод в форме фронтального опроса и групповой самостоятельной работы Практическая проверка Контрольная работа 2</p>
--	---	--