



***РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ***

2019 г.



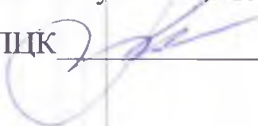
ОДобрено  
Протоколом Методического совета  
СОГБПОУ ВПТ  
«29» августа 2019 г. № 1



УТВЕРЖДЕНО  
Протоколом Педагогического совета  
СОГБПОУ ВПТ  
«30» августа 2019 г. № 1

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана в соответствии с требованиями ФГОС СОО, 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, на основе примерной рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» и является частью основной профессиональной образовательной программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих (ППКРС) по профессии СПО 43.01.09 Повар, кондитер.

Организация-разработчик: смоленское областное государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Вяземский политехнический техникум»  
Разработчик: Полякова И.С., преподаватель СОГБПОУ ВПТ

Рассмотрена на заседании ПЦК «Общеобразовательных дисциплин, ОГСЭ и ЕН»  
Протокол от «28» августа 2019 г. № 1  
Председатель ПЦК  О.В. Каспарович

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	3
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Основы безопасности жизнедеятельности

### 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины предназначена для изучения «Основ безопасности жизнедеятельности» с целью реализации ППКРС среднего профессионального образования по профессии СПО 43.01.09 Повар, кондитер.

### 1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина входит в цикл общеобразовательных дисциплин (базовый уровень)

### 1.3. Результаты освоения учебной дисциплины

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

#### *личностных:*

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

#### *метапредметных:*

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки.

***предметных:***

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

**1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины и промежуточная аттестация:**

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 74 часа, в том числе:  
обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 72 часов;  
самостоятельная работа обучающегося не предусмотрено  
промежуточная аттестация 2 часа (2 семестр - дифференцированный зачет)

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	<b>74</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	46
практические занятия и лабораторные работы	26
индивидуальный проект	-
самостоятельная работа	-
промежуточная аттестация - дифференцированный зачет	2

## 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)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Введение в дисциплину</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Задачи и содержание дисциплины. Значение и основная цель. Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности». Связь с другими дисциплинами.	2	1
	<b>Практические занятия и лабораторные работы:</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	-	
<b>РАЗДЕЛ I. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ</b>		14	
<b>Тема 1.1 Здоровье и здоровый образ жизни</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	4	
	Здоровье и здоровый образ жизни. Основные понятия о здоровье. Факторы, влияющие на здоровье. Физическое здоровье. Психическое здоровье. Нравственное здоровье.	2	2
	<b>Практические занятия и лабораторные работы:</b> <i>Практическое занятие 1 «Факторы, способствующие укреплению здоровья»</i>	2	2,3
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	-	
<b>Тема 1.2 Вредные привычки</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	8	
	Вредные привычки. Причины злоупотребления. Процесс привыкания к вредным привычкам. Классификация вредных привычек.	2	2
	<b>Практические занятия и лабораторные работы:</b> <i>Практическое занятие 2 «Влияние алкоголя на организм человека»</i> <i>Практическое занятие 3 «Курение и его влияние на организм человека»</i> <i>Практическое занятие 4 «Наркотики и их влияние на организм человека»</i>	6	2,3
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	-	
<b>Тема 1.3 Правовые основы взаимоотношения полов</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Социальная роль женщины в современном обществе. Семейный кодекс Российской Федерации. Условия и порядок заключения брака. Прекращение брака. Права и обязанности родителей.	2	2
	<b>Практические занятия и лабораторные работы:</b> <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	- -	
<b>РАЗДЕЛ II. ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ</b>		12	
<b>Тема 2.1</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	



<b>Чрезвычайные ситуации, их понятия и классификация</b>	Чрезвычайные ситуации и их классификация. Катастрофы и их классификация. Характеристики чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Модели поведения при возникновении таких ситуаций.	2	2
	<i>Практические занятия и лабораторные работы:</i>	-	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся:</i>	-	
<b>Тема 2.2 Мониторинг, оповещение и информирование при чрезвычайных ситуациях</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	4	
	Назначение мониторинга и прогнозирования. Основные задачи прогнозирования чрезвычайных ситуаций. Средства и способы оповещения и информирования населения при чрезвычайной ситуации. Системы оповещения.	2	2
	<i>Практические занятия и лабораторные работы:</i> <i>Практическое занятие 5 «Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций»</i>	2	2,3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся:</i>	-	
<b>Тема 2.3 Инженерная защита населения</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Инженерная защита населения. Виды защитных сооружений и правила поведения в них.	2	2
	<i>Практические занятия и лабораторные работы:</i> <i>Самостоятельная работа обучающихся:</i>	- -	
<b>Тема 2.4 Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Задачи, которые ставятся перед населением. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники.	2	2
	<i>Практические занятия и лабораторные работы:</i> <i>Самостоятельная работа обучающихся:</i>	- -	
	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
<b>Тема 2.5 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан</b>	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан, их основные задачи.	2	2
	<i>Практические занятия и лабораторные работы:</i> <i>Самостоятельная работа обучающихся:</i>	- -	
<b>РАЗДЕЛ III. ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА И ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ</b>		<b>20</b>	
<b>Тема 3.1 История создания Вооруженных сил России</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	4	
	История создания Вооруженных сил Российской Федерации. Основные события в истории создания Вооруженных сил. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных сил Российской Федерации на современном этапе.	2	2
	<i>Практические занятия и лабораторные работы:</i> <i>Практическое занятие 6 «Функции и задачи современных Вооруженных сил»</i>	2	2,3
	<i>Самостоятельная работа обучающихся:</i>	-	
<b>Тема 3.2 Организационная структура</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Организационная структура Вооруженных сил российской Федерации. Обязанности структурных	2	2

Вооруженных сил	подразделений Вооруженных сил.		
	<i>Практические занятия и лабораторные работы:</i>	-	
Тема 3.3 Воинская обязанность	<i>Самостоятельная работа обучающихся:</i>	-	
	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Основные понятия о воинской обязанности. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе». Воинский учет.	2	2
	<i>Практические занятия и лабораторные работы:</i>	-	
Тема 3.4 Призыв на военную службу	<i>Самостоятельная работа обучающихся:</i>	-	
	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.	2	2
	<i>Практические занятия и лабораторные работы:</i>	-	
Тема 3.5 Прохождение военной службы	<i>Самостоятельная работа обучающихся:</i>	-	
	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Прохождение военной службы по контракту. Порядок прохождения военной службы по призыву. Альтернативная гражданская служба.	2	2
	<i>Практические занятия и лабораторные работы:</i>	-	
Тема 3.6 Права и обязанности военнослужащего	<i>Самостоятельная работа обучающихся:</i>	-	
	<b>Содержание учебного материала:</b>	4	
	Права и обязанности военнослужащего. Социально – экономические права. Политические права и свободы. Личные права и свободы	2	2
	<i>Практические занятия и лабораторные работы:</i>	2	2,3
Тема 3.7 Офицерский состав российской армии	<i>Практическое занятие 7 «Качества личности военнослужащего»</i>	2	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся:</i>	-	
	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Офицерский состав Вооруженных сил Российской Федерации. Военно-учебные заведения и их классификация. Требования к гражданам для поступления в военные ВУЗы. Льготы и преимущества для курсантов.	2	2
Тема 3.8 Ритуалы и боевые традиции Вооруженных сил Российской Федерации	<i>Самостоятельная работа обучающихся:</i>	-	
	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Классификация боевых традиций Вооруженных сил Российской Федерации. Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации. Военная присяга. Символы воинской чести.	2	2
	<i>Практические занятия и лабораторные работы:</i>	-	
РАЗДЕЛ IV. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ	<i>Самостоятельная работа обучающихся:</i>	-	
		22	
Тема 4.1 Первая помощь	<b>Содержание учебного материала:</b>	14	
	Общие правила оказания первой помощи. Состояния, при которых оказывается первая медицинская помощь. Сущность первой помощи.	2	2

	<b>Практические занятия и лабораторные работы:</b> Практическое занятие 8 «Первая помощь при травмах различных областей тела» Практическое занятие 9 «Первая помощь при синдроме длительного сдавливания» Практическое занятие 10 «Первая помощь при наружных кровотечениях» Практическое занятие 11 «Первая помощь при ожогах» Практическое занятие 12 «Первая помощь при воздействии низких и высоких температур» Практическое занятие 13 «Первая помощь при отравлениях»	12	2,3
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	-	
<b>Тема 4.2</b> <b>Инфекционные болезни</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Факторы передачи инфекции. Индивидуальная профилактика инфекционных заболеваний.	2	2
	<b>Практические занятия и лабораторные работы:</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	-	
<b>Тема 4.3</b> <b>Здоровье родителей и будущего ребенка</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Здоровье родителей. Главные условия рождения полноценного ребенка. Факторы негативного воздействия на внутриутробное развитие ребенка. Опасность искусственного прерывания беременности.	2	2
	<b>Практические занятия и лабораторные работы:</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	-	
<b>Тема 4.4</b> <b>Беременность и гигиена беременности</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Беременность и ее признаки. Методика подсчета времени родов. Лабораторные исследования, которые необходимо пройти беременной женщине.	2	2
	<b>Практические занятия и лабораторные работы:</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	-	
<b>Тема 4.5</b> <b>Уход за младенцем</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Ежедневный уход за новорожденным. Еженедельный уход за новорожденным.	2	2
	<b>Практические занятия и лабораторные работы:</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	-	
<b>Зачетное занятие</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Прием дифференцированного зачета	2	2
	<b>Практические занятия и лабораторные работы:</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	-	
	<b>Промежуточная аттестация</b>	2	
	<b>Всего</b>	<b>74</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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

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

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

Реализация программы дисциплины предусматривает наличие учебного кабинета «Безопасности жизнедеятельности и охраны труда, основ безопасности жизнедеятельности».

Оборудование учебного кабинета:

Телевизор, DVD плеер, видеоматериалы к урокам, учебные плакаты по основам военной службы, оказанию первой медицинской помощи, по противодействию терроризму, по пожарной безопасности, гражданской обороне, противогазы, общевойсковой защитный костюм, журналы по ОТ, наглядные пособия, доска, столы, стулья ученические, шкаф для книг

#### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

##### **3.2.1. Печатные издания**

###### **Основные источники**

1. Косолапова Н.В. Безопасность жизнедеятельности: учебник/ Н.В.Косолапова, Н.А. Прокопенко.-М.: КНОРУС, 2017

2 Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности, М.: Издательский центр «Академия», 2014;

###### **Дополнительные источники**

1. Сапронов Ю.Т., Сыса А.В. Безопасность жизнедеятельности, М.: Среднее профессиональное образование, 2003.

2. Смирнов В.В. Армия государства Российского и защита Отечества, М.: Просвещение, 2003;

3. Смирнов А.Т., Васнев В.А., Мишин Б.И. Основы безопасности жизнедеятельности, учебное пособие; М.: Издательский дом «Дрофа», 2003

4. Фролов М.П. Основы безопасности жизнедеятельности, М.: Просвещение, 2003;

5. Гражданский кодекс Российской Федерации;

6. Конституция Российской Федерации;

7. Федеральный закон от 28.03.1998 №53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»;

8. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».

##### **3.2.2. Электронные издания и электронные ресурсы**

###### **Интернет-ресурсы**

1. [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).

2. [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).

3. [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).

4. [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ).

5. [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).

6. [www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) (Books Gid. Электронная библиотека).

7. [www.globalteka.ru/index.html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).

8. [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).

9. [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).

10. [www.school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).

11. [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
12. [www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
13. [www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).
14. [www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность).
15. [www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература)
16. [www.rusneb.ru](http://www.rusneb.ru) (НЭБ - Национальная электронная библиотека)

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1. Характеристика основных видов учебной деятельности студентов

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
<b>Введение в дисциплину</b>	<p>Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности.</p> <p>Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите</p>
<b>РАЗДЕЛ I. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ</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>Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека.</p> <p>Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья</p>
<b>РАЗДЕЛ II. 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 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>
<b>РАЗДЕЛ III. ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА И ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ</b>	<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.</p> <p>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.</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</p>

	<p>гражданской службы.</p> <p>Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества.</p> <p>Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и 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>РАЗДЕЛ IV. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ</b>	<p>Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.</p> <p>Характеристика основных признаков жизни.</p> <p>Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара.</p> <p>Определение основных средств планирования семьи.</p> <p>Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины</p>
<b>Зачетное занятие</b>	Прием дифференцированного зачета по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»

#### **4.2 Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины**

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения текущего опроса, тестирования, а также экспертной оценки выполнения обучающимися практических работ и самостоятельной работы в виде подготовки рефератов, докладов и работы с учебной литературой. По итогам освоения дисциплины выставляется дифференцированный зачет.