

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«БАЛТИЙСКИЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ ТЕХНИКУМ»**

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР АНО ПО «БИТ»  
В.В. СЕРГЕЕВ  
« 01 » 06 20 22 ГОДА  
М.П.




**ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
БД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Калининград  
2022г.

Программа учебной дисциплины БД.07 «Основы безопасной жизнедеятельности» дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее — ФГОС) по специальности среднего профессионального образования 09.02.06 «Сетевое и системное администрирование», 09.02.07 «Информационные системы и программирование», 10.02.05 «Обеспечение информационной безопасности автоматизированных систем», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 9 декабря 2016 года № 1553 и Примерной основной образовательной программы СПО, разработанной ФУМО 2017 г.

Организация-разработчик: АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «БАЛТИЙСКИЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ ТЕХНИКУМ»

Разработчик:  Зыкова Ирина Анатольевна, преподаватель

Рекомендовано:  методист учебного отдела АНО ПО «БИТ»  
«27» 05 2022г. Мельникова Юлия Владимировна


**Рассмотрена**

методической комиссией,

протокол № 8

от «31» 05 2022 г.

секретарь

 Дорофеева Е.Е.

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4
2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	9
5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО- ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»	10
6. ПЕРСПЕКТИВНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	12

# 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Основы безопасности жизнедеятельности

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами среднего профессионального образования.

Программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения основ безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена.

Программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413; на основе Примерной программы общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением "Федеральный институт развития образования", протокол № 3 от 21 июля 2015 г., регистрационный номер рецензии 376.

Программа может использоваться другими профессиональными образовательными организациями, реализующими образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования; программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих; программы подготовки специалистов среднего звена (ППКРС, ППССЗ).

**Содержание программы «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих целей:**

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

- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

### **Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования. Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС, ППССЗ).

## **2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**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 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;

### 3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### Введение

Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности. Формирование и пропаганда знаний, направленных на снижение смертности и потерь здоровья людей от внешних факторов и причин. Создание защиты человека в техносфере от внешних негативных воздействий антропогенного, техногенного и естественного происхождения. Объектом защиты является человек.

#### 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. Факторы, влияющие на укрепление здоровья. Факторы, разрушающие здоровье. Репродуктивное здоровье. Правила личной гигиены. Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем.

Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током, переломах, кровотечениях; навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств).

#### 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

Основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации.

Чрезвычайные ситуации природного (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические), техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) и социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера.

Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС).

Гражданская оборона, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.

Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника.

Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Государственные службы по охране здоровья и обеспечению безопасности населения.



### **3. Основы медицинских знаний**

Инфекционные заболевания и их классификация. Кишечные инфекции (дизентерия, сальмонеллёз и ботулизм), причины их возникновения и профилактика. Инфекции дыхательных путей (дифтерия, грипп, туберкулёз), причины их возникновения и профилактика.

Неинфекционные заболевания (ишемическая болезнь сердца, диабет, инсульт). Основные факторы риска их возникновения, меры профилактики.

Значение первой помощи по снижению тяжести последствий для пострадавшего. Оказание первой помощи при ушибах, вывихах и растяжениях. Оказание первой помощи при ранениях. Методы остановки кровотечения. Травматические переломы, правила оказания первой помощи при переломах. Виды повязок и правила их наложения.

Оказание первой помощи при отравлении лекарственными препаратами. Оказание первой помощи при отравлении психоактивными веществами. Оказание первой помощи при отравлении препаратами бытовой химии. Оказание первой помощи при отравлении угарным газом. Оказание первой помощи при отравлении аварийно химически опасными веществами (АХОВ).

Оказание первой помощи при термических ожогах. Оказание первой помощи при отморожении. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах. Оказание первой помощи при электротравме.

Особенности оказания первой помощи в условиях массовых поражений. Индивидуальное медицинское оснащение.

### **4. Основы обороны государства и воинская обязанность**

Защита Отечества - долг и обязанность граждан России. Основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан. Вооруженные силы Российской Федерации - основа обороны государства. История создания Вооруженных сил. Виды Вооруженных сил. Рода войск. Обязательная подготовка к военной службе. Требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности. Первоначальная постановка на воинский учет, медицинское освидетельствование. Призыв на военную службу. Общие обязанности и права военнослужащих. Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву и контракту. Альтернативная гражданская служба. Государственная и военная символика Российской Федерации, традиции и ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации. Военно-профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в Вооруженных силах Российской Федерации.

#### 4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

При реализации содержания общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС, ППССЗ) максимальная учебная нагрузка обучающихся составляет 40 часов.

##### Тематический план

Аудиторные занятия. Содержание обучения	Количество часов
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	6
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	6
Раздел 3. Основы медицинских знаний	14
Раздел 4. Основы обороны государства и воинская обязанность	42
Дифференцированный зачет	2
<b>Итого</b>	<b>40</b>
Самостоятельная учебная работа	
<b>Объем образовательной нагрузки</b>	<b>40</b>

#### 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета безопасности жизнедеятельности и охраны труда.

Оборудование учебного кабинета, рабочих мест кабинета и стрелкового тира:

- автоматизированное рабочее место преподавателя;
- посадочные места по количеству обучающихся;
- комплект законодательных документов;
- комплект учебно-наглядных пособий «Защита населения от ОМП»;
- образцы средств индивидуальной защиты органов дыхания, кожи и медицинские средства;
- комплект учебно-наглядных пособий, плакатов и планшетов:
- комплекты учебных таблиц, стендов, схем, в области обеспечения безопасной жизнедеятельности населения и др.;
- информационно-коммуникативные средства;
- экранно-звуковые пособия;
- образцы аварийно-спасательных инструментов и оборудования

(АСИО), средств индивидуальной защиты (СИЗ): противогаз ГП-5, респиратор Р-2, защитный костюм Л-1, общевойсковой защитный костюм, общевойсковой прибор химической разведки, компас-азимут; дозиметр;

• 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);
- автоматы Калашникова;
- стрелковый тир;
- мишени и пылеулавливатель;
- пневматические винтовки и пистолеты.

Технические средства обучения: интерактивное оборудование с лицензионным программным обеспечением.

## **Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

### **Основные источники:**

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник. Для сред. Проф. Образования. — м., 2017.
2. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: Электронное учебное издание для обучающихся по профессиям в учреждениях сред. Проф. Образования. — м., 2018.
3. Косолапова Н.В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: Электронное приложение к учебнику для учреждений сред. Проф. Образования. — м., 2014.

### **Интернет - ресурсы:**

[Www. Mchs. Gov. Ru](http://www.Mchs.Gov.Ru) (сайт МЧС РФ).

[Www. Mvd. Ru](http://www.Mvd.Ru) (сайт МВД РФ).

[Www. Mil. Ru](http://www.Mil.Ru) (сайт Минобороны).

[Www. Fsb. Ru](http://www.Fsb.Ru) (сайт ФСБ РФ).

[Www. Dic. Academic. Ru](http://www.Dic.Academic.Ru) (академик. Словари и энциклопедии).

[Www. Booksgid. Com](http://www.Booksgid.Com) (books gid. Электронная библиотека).

[Www. Globalteka. Ru/index. Html](http://www.Globalteka.Ru/index.Html) (глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).

[Www. Window. Edu. Ru](http://www.Window.Edu.Ru) (единое окно доступа к образовательным ресурсам).

[Www. Iprbookshop. Ru](http://www.Iprbookshop.Ru) (электронно-библиотечная система iprbooks).

[Www. School. Edu. Ru/default. Asp](http://www.School.Edu.Ru/default.Asp) (российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).

[Www. Ru/book](http://www.Ru/book) (электронная библиотечная система).

[Www. Pobediteli. Ru](http://www.Pobediteli.Ru) (проект «победители: солдаты великой войны»).

[Www. Monino. Ru](http://www.Monino.Ru) (музей военно-воздушных сил).

**7. ПЕРСПЕКТИВНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО  
ДИСЦИПЛИНЕ ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

№ урока	Тема урока	Самостоятельная внеаудиторная работа	д/з (ООО «Дрофа», «Основы безопасности жизнедеятельно сти» 10-11 кл., В.В.Марков, В.Н.Латчук)
1	2	3	4
<b>Раздел 1</b>			
<b>Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>			
	<b>Тема 1.2. Правила безопасного поведения</b>		
1	Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования	Проработка учебной литературы (по вопросам к параграфам)	Стр.4-8
2	Автономное существование человека в условиях природной среды	Подготовка сообщения «Способы ориентирования на местности»	Стр.9-28
3	Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера		Стр.29-39
4	Уголовная ответственность несовершеннолетних	Подготовка сообщения «Преступления средней тяжести и тяжкие»	Стр.40-52
5	Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера	Составление схемы «Правила поведения в условиях ЧС»	Стр.53-60
6	Правила безопасного поведения в условиях техногенного характера		Стр.61-63
<b>Раздел 2.</b>			
<b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b>			
	<b>Тема 2.1 Система предупреждения и ликвидации ЧС</b>		
7	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС	Подготовка сообщения «Основные задачи РСЧС»	Стр.64-75
8	Нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности личности, общества и государства	Проработка учебной литературы	Стр.76-86
9	Гражданская оборона как система мер по защите населения в	Подготовка сообщения «Основные задачи	Стр.87-96

	военное время	гражданской обороны в мирное и в военное время»»	
10	Практическое занятие: «Выполнение нормативов по использованию средств индивидуальной защиты»	Снятие нормативов	
11-12	Практическое занятие: «Изучение законодательных и нормативно-правовых документов по гражданской обороне»	Проработка учебной литературы	
	<b>Тема 2.2.</b> <b>Оружие массового поражения</b>		
13-14	Ядерное, химическое и бактериологическое оружие	Подготовка сообщения «Поражающие факторы ядерного взрыва»	Стр.97-121
15-16	Оповещение населения об опасностях	Составление схемы «Порядок оповещения населения об опасности»	Стр.122-131
17-18	Средства индивидуальной защиты	Проработка учебной литературы	Стр.132-147
19-20	Практическое занятие: «Ознакомление и использование индивидуальных медицинских средств защиты»		
<b>Раздел 3</b> <b>Основы медицинских знаний</b>			
	<b>Тема 3.1.</b> <b>Здоровый образ жизни</b>		
21-22	Первая медицинская помощь при кровотечениях и ранениях	Составление таблицы «Виды кровотечений и их характеристика»	Стр.53-74
23-24	Первая медицинская помощь при переломах и ушибах	Подготовка реферата: «ПМП при переломах опорно-двигательного аппарата»	Стр.75-88
25-26	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	Проработка учебной литературы	Стр.123-129
27-28	Практическое занятие: «Оказание первой медицинской помощи при кровотечениях, наложение резинного жгута, закрутки, шины»	Отработка практических действий при оказании ПМП	
29-30	Практическое занятие: «Изготовление ватно-марлевой повязки»	Отработка практических действий при оказании ПМП	
31-32	Практическое занятие: «Транспортировка раненых»	Отработка практических действий	

		при оказании ПМП	
33-34	Практическое занятие: «Наложение повязок при травмах опорно-двигательного аппарата»	Отработка практических действий при оказании ПМП	
<b>Раздел 4.</b>			
<b>Основы обороны государства и воинская обязанность</b>			
	<b>Тема 4.1.</b> <b>Вооруженные силы РФ</b>	9 часов	
35-36	История создания ВС РФ и их структура	Проработка учебной литературы (по вопросам к параграфам)	Стр.242-244
37-40	Воинская обязанность		Стр.130-133
41-44	Воинский учет и его предназначение	Составление таблицы «Основные мероприятия при постановке на воинский учет»	Стр.134-137
45-64	Подготовка граждан к военной службе	Подготовка сообщения «В чем заключается подготовка граждан к военной службе»	Стр.142-152
65	Правовые основы военной службы	Изучение документа «Уставы ВС РФ»	Стр.153-160
66	Воинские знаки различия ВС РФ	Составление таблицы «Воинские знаки различия»	Стр.179-183
67-68	Дифференцированный зачет	Подготовка к дифференцированный зачёту (2 часа)	
69-70	Самостоятельная работа		

## **6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета безопасности жизнедеятельности и охраны труда.

Оборудование учебного кабинета, рабочих мест кабинета и стрелкового тира:

- автоматизированное рабочее место преподавателя;
- посадочные места по количеству обучающихся;
- комплект законодательных документов;
- комплект учебно-наглядных пособий «Защита населения от ОМП»;
- образцы средств индивидуальной защиты органов дыхания, кожи и медицинские средства;
- комплект учебно-наглядных пособий, плакатов и планшетов:
- комплекты учебных таблиц, стендов, схем, в области обеспечения безопасной жизнедеятельности населения и др.;
- информационно-коммуникативные средства;
- экранно-звуковые пособия;
- образцы аварийно-спасательных инструментов и оборудования (АСИО), средств индивидуальной защиты (СИЗ): противогаз ГП-5, респиратор Р-2, защитный костюм Л-1, общевойсковой защитный костюм, общевойсковой прибор химической разведки, компас-азимут; дозиметр;
- 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);
- автоматы Калашникова;
- мобильный стрелковый тир;
- мишени и пылеулавливатель;
- пневматические винтовки и пистолеты.

Технические средства обучения: интерактивное оборудование с лицензионным программным обеспечением.

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

### **Основные источники:**

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник. Для сред. Проф. Образования. — м., 2019.
2. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: Электронное учебное издание для обучающихся по профессиям в учреждениях сред. Проф. Образования. — м., 2018.

3. Косолапова Н.В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: Электронное приложение к учебнику для учреждений сред. Проф. Образования. — м., 2019.

### Интернет - ресурсы:

- [Www. Mchs. Gov. Ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт мчс рф).  
[Www. Mvd. Ru](http://www.mvd.ru) (сайт мвд рф).  
[Www. Mil. Ru](http://www.mil.ru) (сайт минобороны).  
[Www. Fsb. Ru](http://www.fsb.ru) (сайт фсб рф).  
[Www. Dic. Academic. Ru](http://www.dic.academic.ru) (академик. Словари и энциклопедии).  
[Www. Booksgid. Com](http://www.booksgid.com) (books gid. Электронная библиотека).  
[Www. Globalteka. Ru/index. Html](http://www.globalteka.ru/index.html) (глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).  
[Www. Window. Edu. Ru](http://www.window.edu.ru) (единое окно доступа к образовательным ресурсам).  
[Www. Iprbookshop. Ru](http://www.iprbookshop.ru) (электронно-библиотечная система iprbooks).  
[Www. School. Edu. Ru/default. Asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).  
[Www. Ru/book](http://www.ru/book) (электронная библиотечная система).  
[Www. Pobediteli. Ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «победители: солдаты великой войны»).  
[Www. Monino. Ru](http://www.monino.ru) (музей военно-воздушных сил).  
[Www. Simvolika. Rsl. Ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (государственные символы россии. История и реальность).  
[Www. Militera. Lib. Ru](http://www.militera.lib.ru) (военная литература).

## 7. ПЕРСПЕКТИВНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ДИСЦИПЛИНЕ ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№ урока	Тема урока	Самостоятельная внеаудиторная работа	д/з (ООО «Дрофа», «Основы безопасности жизнедеятельности» 10-11 кл., В.В.Марков, В.Н.Латчук)
1	2	3	4
<b>Раздел 1</b>			
<b>Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>			
	<b>Тема 1.1.</b>	1 час	
	<b>Введение (2 часа)</b>		
1	Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности.		Стр.191-206



	<b>Тема 1.2. Правила безопасного поведения (14 часов)</b>	6 часов	
2-3	Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования	Проработка учебной литературы (по вопросам к параграфам)	Стр.4-8
4-6	Автономное существование человека в условиях природной среды	Подготовка сообщения «Способы ориентирования на местности»	Стр.9-28
7-8	Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера		Стр.29-39
9-10	Уголовная ответственность несовершеннолетних	Подготовка сообщения «Преступления средней тяжести и тяжкие»	Стр.40-52
11-12	Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера	Составление схемы «Правила поведения в условиях ЧС»	Стр.53-60
13-14	Правила безопасного поведения в условиях техногенного характера		Стр.61-63
15	Контрольная работа по теме «Обеспечение личной безопасности в ЧС и правила безопасного поведения»		
<b>Раздел 2.</b>			
<b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b>			
	<b>Тема 2.1 Система предупреждения и ликвидации ЧС (10 часа)</b>	7 часов	
16-17	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС	Подготовка сообщения «Основные задачи РСЧС»	Стр.64-75
18-19	Нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности личности, общества и государства	Проработка учебной литературы	Стр.76-86
20-21	Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время	Подготовка сообщения «Основные задачи гражданской обороны в мирное и в военное время»»	Стр.87-96
22-23	Практическое занятие: «Выполнение нормативов по использованию средств индивидуальной защиты»	Снятие нормативов	
24-25	Практическое занятие: «Изучение законодательных и нормативно-правовых документов по гражданской обороне»	Проработка учебной литературы	

	<b>Тема 2.2. Оружие массового поражения (12 часов)</b>	5 часов	
26-28	Ядерное, химическое и бактериологическое оружие	Подготовка сообщения «Поражающие факторы ядерного взрыва»	Стр.97-121
29-31	Оповещение населения об опасностях	Составление схемы «Порядок оповещения населения об опасности»	Стр.122-131
32-34	Средства индивидуальной защиты	Проработка учебной литературы	Стр.132-147
35-36	Практическое занятие: «Ознакомление и использование индивидуальных медицинских средств защиты»		
37	Контрольная работа по разделу «Гражданская оборона»		
<b>Раздел 3 Основы медицинских знаний</b>			
	<b>Тема 3.1. Здоровый образ жизни (18 часов)</b>	8 часа	
38-40	Первая медицинская помощь при кровотечениях и ранениях	Составление таблицы «Виды кровотечений и их характеристика»	Стр.53-74
41-43	Первая медицинская помощь при переломах и ушибах	Подготовка реферата: «ПМП при переломах опорно- двигательного аппарата»	Стр.75-88
44-46	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	Проработка учебной литературы	Стр.123-129
47-48	Практическое занятие: «Оказание первой медицинской помощи при кровотечениях, наложение резинного жгута, закрутки, шины»	Отработка практических действий при оказании ПМП	
49-50	Практическое занятие: «Изготовление ватно-марлевой повязки»	Отработка практических действий при оказании ПМП	
51-52	Практическое занятие: «Транспортировка раненых»	Отработка практических действий при оказании ПМП	
53-54	Практическое занятие: «Наложение повязок при травмах опорно-двигательного аппарата»	Отработка практических действий при оказании ПМП	
55	Контрольная работа по теме		

	«Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»		
<b>Раздел 4.</b>			
<b>Основы обороны государства и воинская обязанность</b>			
	<b>Тема 4.1.</b> <b>Вооруженные силы РФ</b> (16 часов)	9 часов	
56-58	История создания ВС РФ и их структура	Проработка учебной литературы (по вопросам к параграфам)	Стр.242-244
59-61	Воинская обязанность		Стр.130-133
62-64	Воинский учет и его предназначение	Составление таблицы «Основные мероприятия при постановке на воинский учет»	Стр.134-137
65-66	Подготовка граждан к военной службе	Подготовка сообщения «В чем заключается подготовка граждан к военной службе»	Стр.142-152
67-68	Правовые основы военной службы	Изучение документа «Уставы ВС РФ»	Стр.153-160
69	Воинские знаки различия ВС РФ	Подготовка к дифференцированный зачёту (2 часа)	Стр.179-183
70	Дифференцированный зачет		