

МИНОБРНАУКИ РОССИИ



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

**«Российский государственный гуманитарный университет»
(ФГБОУ ВО «РГГУ»)**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

БД.07 Основы безопасности жизнедеятельности

программы подготовки специалистов среднего звена

специальности 42.02.01 Реклама

(социально-экономического профиля)

2021 г.

ОДОБРЕНА
Предметной (цикловой) комиссией по
Физической культуре, Основам безопасности
жизнедеятельности и Безопасности
жизнедеятельности

Протокол
№ 1 от «10» сентября 2021 г.

Разработана
– в соответствии с требованиями
федерального государственного
образовательного стандарта
государственного образовательного
стандарта среднего общего образования
(утвержден приказом Минобрнауки России
от 17.05.2012 г. № 413),
– на основе примерной программы
общеобразовательной дисциплины Основы
безопасности жизнедеятельности,
рекомендованной ФГАУ «ФИРО» для
реализации основной профессиональной
образовательной программы СПО на базе
основного общего образования с
получением среднего общего образования
(протокол №3 от 21.07.2015г).

Разработчик: Бочаров Б.В., преподаватель ГК РГГУ

Рецензент: Филяева Т.И., преподаватель ГК РГГУ

Содержание

| | |
|---|----|
| 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА | 4 |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА | 8 |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА | 16 |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА | 18 |

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности является частью основной образовательной программы среднего общего образования в пределах освоения основной образовательной программы среднего профессионального образования – программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ), относящейся к социально-экономическому профилю.

Рабочая программа может использоваться другими образовательными организациями, реализующими образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ППССЗ на базе основного общего образования.

Рабочая программа учебного предмета может быть адаптирована для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

1.2. Место учебного предмета в структуре программы подготовки специалистов среднего звена: Учебный предмет Основы безопасности жизнедеятельности является частью предметной области Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности ФГОС среднего общего образования. Учебный предмет Основы безопасности жизнедеятельности является базовой дисциплиной БД. 07 и изучается в общеобразовательном цикле ППССЗ.

1.3. Цели и задачи учебного предмета - требования к результатам освоения:

Реализация учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности направлена 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.

В результате изучения учебного предмета обучающийся должен **уметь**:

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

– формировать представления о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

– формировать представления о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

– предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

– применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

– владеть основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

В результате изучения учебного предмета обучающийся должен **знать**:

- основы государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- распространенные опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера;
- факторы, пагубно влияющие на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);
- основные меры защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- основы обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- основные виды военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- основы медицинских знаний.

1.4. Количество часов на освоение программы учебного предмета:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 105 часа, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 70 часов;
- самостоятельной работы обучающегося 35 часов.

1.5. Результаты освоения программы учебного предмета

Освоение содержания учебного предмета 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.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Объем часов |
|--|--------------------|
| Максимальная учебная нагрузка (всего) | 105 |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) | 70 |
| в том числе: | |
| лекции, уроки | 70 |
| Самостоятельная работа обучающегося (всего) | 35 |
| в том числе: | |
| Подготовка рефератов и презентаций по темам | 35 |
| Формы промежуточной аттестации: аттестация с оценкой, дифференцированный зачет | |

2.2. Тематический план и содержание учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности

| Наименование разделов и тем | Содержание учебного материала, самостоятельная работа обучающихся | Объем часов | Уровень освоения |
|---|--|-------------|------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Раздел 1. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и их характеристики | | 16 | |
| Тема 1. Чрезвычайные ситуации и их современная классификация. Введение в дисциплину, термины и определения | Содержание учебного материала Классификация опасных и чрезвычайных ситуаций по происхождению (природные, техногенные и социальные). | 2 | 1 |
| Тема 2. Характеристика опасных природных явлений, техногенных аварий и катастроф, также опасностей возникающих при ведении военных действий или вследствие военных действий. | Содержание учебного материала Общая характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, возможные последствия, принимаемые меры по их предупреждению и снижению ущерба. Защита населения территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. | 2 | 1 |
| Тема 3. ЧС природного и техногенного характера. Правила поведения при ЧС природного и техногенного характера. | Содержание учебного материала Влияние хозяйственной деятельности человека на атмосферу, гидросферу и биосферу. Общие требования к экологической и производственной безопасности технических систем и технологических процессов. | 2 | 1 |
| Тема 4. Характеристика опасных ситуаций социального характера. Возможная криминогенная обстановка, правила безопасного поведения. | Содержание учебного материала Краткая характеристика опасных ситуаций социального характера. Возможная криминогенная обстановка в местах проживания, правила безопасного поведения в местах повышенной криминогенной опасности (на рынке, стадионе, вокзале и др.). | 2 | 1 |
| Тема 5. Роль несовершеннолетних в возникновении опасных ситуаций социального характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних. | Содержание учебного материала Роль несовершеннолетних в возникновении опасных ситуаций социального характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Хулиганство, вандализм, грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества, насилие над личностью. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним. | 2 | 1 |

| | | | |
|--|---|-----------|---|
| Тема 6. РСЧС, история ее создания, предназначения, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций | Содержание учебного материала РСЧС, история ее создания, предназначения, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. | 4 | 1 |
| Тема 7. Права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. | Содержание учебного материала Права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. | 2 | 1 |
| Раздел 2. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны | | 18 | |
| Тема 8. Гражданская оборона, история ее создания, предназначения и задачи по обеспечению защиты населения | Содержание учебного материала Гражданская оборона, история ее создания, предназначения и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при введении боевых действий или вследствие этих действий. | 2 | 1 |
| Тема 9. Структура управления и органы управления гражданской обороной. | Содержание учебного материала Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной. Организационная структура гражданской обороны в организации, ее задачи на мирное и военное время. | 2 | 1 |
| Тема 10. Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. | Содержание учебного материала Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. | 2 | 1 |
| Тема 11. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. | Содержание учебного материала Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. | 2 | 1 |
| Тема 12. Бактериологическое (биологическое) оружие, способы и признаки его применения. Современные обычные средства поражения, их поражающие факторы. | Содержание учебного материала Бактериологическое (биологическое) оружие, способы и признаки его применения. Современные обычные средства поражения, их поражающие факторы. Проводимые мероприятия по защите населения от современных средств поражения. | 2 | 1 |

| | | | |
|--|---|---|---|
| <p>Тема 13. Порядок оповещения населения при ЧС. Действия населения и персонала объектов по сигналам оповещения.</p> | <p>Содержание учебного материала Порядок оповещения населения при ЧС. Действия населения и персонала объектов по сигналам оповещения.</p> | 2 | 1 |
| <p>Тема 14. Защитные сооружения ГО, их предназначения, виды сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.</p> | <p>Содержание учебного материала Защитные сооружения ГО, их предназначения, виды сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.</p> | 2 | 1 |
| <p>Тема 15. Средства индивидуальной защиты населения.</p> | <p>Содержание учебного материала Средства индивидуальной защиты населения. Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики.</p> | 2 | 2 |
| <p>Тема 16. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зонах чрезвычайных ситуаций. Эвакуация населения.</p> | <p>Содержание учебного материала Организация проведения аварийно-спасательных работ в зонах чрезвычайных ситуаций. Эвакуация населения. Организация и проведение эвакуации. Назначение и работа эвакуационных комиссий. Обязанности и правила поведения населения при эвакуации.</p> | 2 | 2 |

| | | | |
|--|---|-----------|---|
| Самостоятельная работа обучающихся: | | | |
| Подготовка рефератов и презентаций по темам | | | |
| Безопасность жизнедеятельности в жизни современного общества. | | | |
| Возможные чрезвычайные ситуации (аварии, катастрофы) техногенного характера в пределах г. Москвы и Московской области. | | | |
| История крупных аварий и катастроф на территории Москвы и Московской области. | | | |
| Крупнейшие техногенные ЧС на территории России (стран СНГ) в последнее десятилетие 20-го века и их последствия. | | | |
| Крупнейшие природные катастрофы 20-го и 21-го века и их последствия. | | | |
| Биолого-социальные ЧС и их последствия для людей и окружающей среды. | | | |
| Нетрадиционные средства (системы) поражения и их последствия для окружающей среды. | | | |
| Современные ядерные средства вооружения и опасность их применения для человечества. | | | |
| Возможные экологические последствия войн и военных конфликтов. | | | |
| Способы борьбы с лесными и торфяными пожарами. | | | |
| Действия человека, оказавшегося в зоне лесного пожара. | | | |
| Поведение человека, оказавшегося в зоне наводнения. | | | |
| Поведение и действие человека при землетрясении. | | | |
| Меры защиты человека при урагане. | | | |
| Предназначение, задачи и организационная структура РСЧС. | | | |
| Задачи и структура МЧС России. | | | |
| Общие положения по защите населения, требования к защите населения, принципы и способы защиты населения в ЧС. | | | |
| Укрытие населения (персонала объектов) в защитных сооружениях ГО. | | | |
| Эвакуация населения, сущность и способы рассредоточения и эвакуации. | | | |
| Применение средств индивидуальной защиты. | | | |
| Правила поведения и действия населения в очаге ядерного поражения. | | | |
| Правила поведения и действия населения в очаге химического поражения. | | | |
| Поведение в очаге бактериологического (биологического) поражения). | | | |
| Правила поведения и действия населения в очаге комбинированного поражения. | | | |
| Всего за семестр: | | 51 | |
| Раздел 3. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи | | 16 | |
| Тема 17. Ранения, их виды. Кровотечения, их виды. Первая помощь при кровотечениях. | Содержание учебного материала Ранения, их виды. Первая помощь при ранениях. Профилактика осложнения ран. Правила наложения повязок на голову, верхние и нижние конечности. Кровотечения, их виды. Первая помощь при кровотечениях. Способы временной остановки кровотечений. Точки пальцевого прижатия артерий. Правила наложения кровоостанавливающего жгута. | 2 | 2 |

| | | | |
|---|--|-----------|---|
| Тема 18. Переохлаждение и обморожение, первая медицинская помощь при обморожении. | Содержание учебного материала Переохлаждение и обморожение, первая медицинская помощь при обморожении. | 2 | 2 |
| Тема 19. Первая помощь при остановке сердца. | Содержание учебного материала Первая я помощь при остановке сердца. Понятия клинической смерти и реанимация. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. | 2 | 2 |
| Тема 20. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. | Содержание учебного материала Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний. | 2 | 2 |
| Тема 21. Характеристика ситуаций, при которых возможно массовое поражение людей. | Содержание учебного материала Характеристика ситуаций, при которых возможно массовое поражение людей. | 2 | 2 |
| Тема 22. Особенности оказания первой помощи при радиационном поражении. | Содержание учебного материала Особенности оказания первой помощи при радиационном поражении в сочетании с травматическими повреждениями. | 2 | 2 |
| Тема 23. Первая помощь при отравлении опасными химическими веществами (ОХВ). | Содержание учебного материала Первая помощь при отравлении опасными химическими веществами (ОХВ). | 2 | 2 |
| Тема 24. Правила оказания само- и взаимопомощи в различных чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера. | Содержание учебного материала Правила оказания само- и взаимопомощи в различных чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера (землетрясения, наводнения, пожары, промышленные катастрофы). | 2 | 2 |
| Раздел 4. Основы здорового образа жизни | | 20 | |
| Тема 25. ЗОЖ. Основные критерии здоровья. | Содержание учебного материала Здоровый образ жизни как средство сохранения и укрепления индивидуального здоровья. Основные критерии здоровья. | 2 | 1 |
| Тема 26. Общие понятия о режиме жизнедеятельности человека, пути обеспечения высокого уровня работоспособности. | Содержание учебного материала Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе его жизнедеятельности. Общие понятия о режиме жизнедеятельности человека, пути обеспечения высокого уровня работоспособности. | 2 | 1 |

| | | | |
|---|--|---|---|
| Тема 27. Режим труда и отдыха. Влияние биологического режима на уровне жизнедеятельности человека. | Содержание учебного материала Значение режима труда и отдыха для гармоничного развития человека. Влияние биологического режима на уровне жизнедеятельности человека. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой. | 2 | 1 |
| Тема 28. Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека. | Содержание учебного материала Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека. Правила использования факторов окружающей природной среды для закаливания. Необходимость системного выполнения закаливающих процедур. | 2 | 1 |
| Тема 29. Общая характеристика режима питания и его роль в обеспечении здоровья и работоспособности человека. | Содержание учебного материала Питание – основные понятия и его роль в жизни человека. | 2 | 1 |
| Тема 30. Сбалансированное питание, раздельное питание, видовое питание, основные определения и подходы. | Содержание учебного материала Сбалансированное питание, раздельное питание, видовое питание, основные определения и подходы. Понятия о вегетарианском, диетическом, лечебном питании. Общая характеристика режима питания и его роль в обеспечении здоровья и работоспособности человека. | 2 | 1 |
| Тема 31. Вредные привычки и их социальные последствия. Алкоголь, курение. | Содержание учебного материала Вредные привычки и их социальные последствия. Алкоголь, влияние на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя. Курение и его влияние на состояние здоровья. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему. | 2 | 1 |
| Тема 32. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. | Содержание учебного материала Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика вредных привычек. | 2 | 1 |
| Тема 33. Болезни, передаваемые половым путем. Личная гигиена. | Содержание учебного материала Болезни, передаваемые половым путем, формы передачи, причины, способствующие заражению БППП. Личная гигиена, общие понятия и определения. | 2 | 1 |

| | | | |
|---|--------------------------|------------|--|
| Самостоятельная работа обучающихся | | 18 | |
| Подготовка рефератов и презентаций по темам Здоровый образ жизни. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе его жизнедеятельности. Режимы жизнедеятельности человека. Вредные привычки и их социальные последствия. Алкоголь, влияние на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя. Курение и его влияние на состояние здоровья. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика вредных привычек. Болезни, передаваемые половым путем, формы передачи, причины, способствующие заражению БППП. Личная гигиена, общие понятия и определения. Питание и его роль в жизни человека. Сбалансированное питание, раздельное питание, видовое питание, основные определения и подходы. Вегетарианское, диетическое, лечебное питание. | | | |
| Промежуточная аттестация | Дифференцированный зачет | 2 | |
| Всего за семестр: | | 54 | |
| Итого: | | 105 | |

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. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебного предмета требует наличия кабинета безопасности жизнедеятельности.

Учебное оборудование: Рабочие места обучающихся. Рабочее место преподавателя. Маркерная доска.

Учебно-наглядные пособия: нормативные документы, комплекс учебно-наглядных и методических пособий, стенды, плакаты

Технические средства: ноутбуки с выходом в Интернет (лицензионное программное обеспечение: 7 zip, Kaspersky endpoint security 10, K-lite codec pack, Microsoft Office 2013), аудиоколонки, переносной проектор. Электронные ресурсы в среде интернет – справочно-правовая система: Консультант Плюс, Гарант, 1С: Предприятие

Спортивная площадка (открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий): комплект элементов полосы препятствий в соответствии с оборудованием военно-прикладной полосы препятствий («Разрушенный мост», «Разрушенная лестница», «Дорожка-Змейка», «Лабиринт», «Одиночный окоп для стрельбы и метания гранат, переносной»)

Спортивный зал: тир электронный.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности для педагогических и гуманитарных направлений: учебник и практикум для вузов / В. П. Соломин [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 399 с. URL: <https://urait.ru/bcode/450015>

2. Беляков Г.И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях: учебник для среднего профессионального образования / Г. И. Беляков. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 354 с. URL: <https://urait.ru/bcode/452122>

3. Мисюк М.Н. Основы медицинских знаний: учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Н. Мисюк. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 499 с. URL: <https://urait.ru/bcode/450861>

4. Хван Т.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебное пособие / Т. А. Хван, П. А. Хван. — изд. 2-е. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2018. — 415 с. URL: <https://znanium.com/catalog/product/1081525>

Дополнительная литература:

1. Безопасность жизнедеятельности: Учеб. пособие для вузов / Под ред. проф. Л.А. Муравья. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. - 431 с. - ISBN 978-5-238-00352-8. - Текст: электронный. URL: <https://znanium.com/catalog/product/1028923>

2. Мельников В.П. Безопасность жизнедеятельности: учебник / В.П. Мельников, А.И. Куприянов, А.В. Назаров; под ред. проф. В.П. Мельникова. – М.: КУРС, НИЦ ИНФРА-М, 2017. - 368 с. - (Среднее профессиональное образование). - URL: <https://znanium.com/catalog/product/780649>

3. Морозова О.Г. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие / Морозова О.Г., Маслов С.В., Кудрявцев М.Д. - Красноярск: СФУ, 2016. - 266 с.: ISBN 978-5-7638-3472-7. - Текст: электронный. URL: <https://znanium.com/catalog/product/966664>

4. Резчиков Е.А. Безопасность жизнедеятельности: учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 639 с. URL: <https://urait.ru/bcode/465937>

5. Холостова Е.И. Безопасность жизнедеятельности / Холостова Е.И., Прохорова О.Г. – М.: Дашков и К, 2017. - 456 с. - ISBN 978-5-394-02026-1. - Текст: электронный. URL: <https://znanium.com/catalog/product/415043>

Профессиональные базы данных и информационные ресурсы сети Интернет:

1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам, <http://www.window.edu.ru>
2. Интернет журнал Безопасность в техносфере, <http://www.magbvt.ru>
3. Портал МЧС России «Культура безопасности жизнедеятельности», <http://www.culture.mchs.gov.ru>
4. Портал МЧС России, <http://www.mchs.gov.ru>
5. Российский портал открытого образования, <http://www.edu.ru>
6. ЭБС «Знаниум», <http://www.znanium.com>
7. Электронная библиотека РГГУ, <http://www.liber.rsuh.ru>
8. Энциклопедия безопасности жизнедеятельности, <http://www.bzhde.ru>
9. Издательство «Юрайт» [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://biblio-online.ru>

Обмен информацией с российскими образовательными организациями:

1. ФГБОУ ВПО «Академия гражданской защиты Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий» (соглашение о сотрудничестве и совместной деятельности от 12.09.2014 г.).
2. Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы «Школа № 709» (договор о сотрудничестве и совместной деятельности от 01.07.2016 г.).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Контроль и оценка результатов освоения учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности осуществляется в процессе проведения лекционных занятий, выполнения внеаудиторной самостоятельной работы

| Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания) | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения |
|--|---|
| Умения | Аттестация с оценкой, дифференцированный зачет |
| – формировать представления о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора; | Подготовка рефератов, подготовка презентаций |
| – формировать представления о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; | Подготовка рефератов, подготовка презентаций |
| – формировать представления о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности; | Подготовка рефератов, подготовка презентаций |
| – предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники; | Подготовка рефератов, подготовка презентаций |
| – применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; | Подготовка рефератов, подготовка презентаций |
| – владеть основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике. | Подготовка рефератов, подготовка презентаций |
| Знания: | Аттестация с оценкой, дифференцированный зачет |
| – основы государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; | Устные и письменные опросы |
| – распространенные опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера; | Устные и письменные опросы |
| – факторы, пагубно влияющие на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.); | Устные и письменные опросы, подготовка рефератов |

| | |
|--|--|
| – основные меры защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; | Устные и письменные опросы |
| – основы обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка; | Устные и письменные опросы, подготовка рефератов |
| – основные виды военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе; | Устные и письменные опросы |
| – основы медицинских знаний. | Устные и письменные опросы, подготовка рефератов |