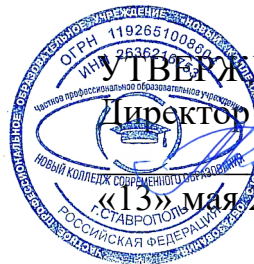


Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Богданова Марина Алексеевна  
Должность: Директор  
Дата подписания: 02.03.2026 12:08:54  
Уникальный программный ключ:  
fb4a5c908980377fa57870646a0fb9474274f1b1

Частное профессиональное образовательное учреждение  
«Новый колледж современного образования»



УТВЕРЖДАЮ

Директор ЧПОУ «НКСО»

М.А. Богданова

«13» мая 2025 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **БД.09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

по программе подготовки квалифицированных рабочих, служащих

по профессии

**31.01.01 Медицинский администратор**

Ставрополь, 2025

## СОДЕРЖАНИЕ

|  |    |
|--|----|
| 1. Паспорт рабочей программы дисциплины                      | 4  |
| 2. Структура и содержание учебной дисциплины                 | 8  |
| 3. Условия реализации учебной дисциплины                     | 19 |
| 4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины | 21 |

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** **БД.09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

## **1.1. Область применения программы**

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по профессии 31.01.01 Медицинский администратор.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** дисциплина относится к базовым дисциплинам общеобразовательной подготовки.

## **1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:**

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 студентов.

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

### **личностных:**

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

### **метапредметных:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных

- ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
  - формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
  - приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
  - развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
  - формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
  - формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
  - развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
  - формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
  - развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
  - освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
  - приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
  - формирование установки на здоровый образ жизни;

- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

**предметных:**

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

**1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 68 часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 66 часов;  
самостоятельной работы обучающегося 2 часа.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| <b>Вид учебной работы</b>  | <b>Объем часов</b> |
|--|--------------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>                           | 68                 |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>                | 66                 |
| в том числе:   |                    |
| практические занятия   | 40                 |
| <b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>                     | 2                  |
| <i>Промежуточная аттестация в форме<br/>дифференцированного зачета</i> |                    |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины БД.09 Основы безопасности жизнедеятельности

| Наименование разделов и тем   | Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся  | Объем часов |
|---|--|-------------|
| 1   | 2  | 3           |
| <b>Введение</b>   | <b>Содержание учебного материала</b><br>1 Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении специальностей СПО.             | 1           |
| <b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>  |  | <b>9</b>    |
| <b>Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни</b>  | <b>Содержание учебного материала</b><br>1 Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.   | 1           |
| <b>Тема 1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья</b>  | <b>Содержание учебного материала</b><br>1 Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.<br><b>Практические занятия</b><br>Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. | 1<br>2      |
| <b>Тема 1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека</b>                                | <b>Содержание учебного материала</b><br>1 Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.  | 1           |
| <b>Тема 1.4. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика</b> | <b>Содержание учебного материала</b><br>1 Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.                     | 1           |
| <b>Тема 1.5. Правила и безопасность дорожного движения</b>  | <b>Содержание учебного материала</b><br>1 Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.<br><b>Практические занятия</b><br>Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.  | 1<br>2      |
| <b>Раздел 2. Государственная система</b>  |  | <b>18</b>   |

|  |   |   |
|--|---|---|
| <b>обеспечения безопасности населения</b>  |   |   |
| <b>Тема 2.1.<br/>Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>  |   |
|  | 1   | Понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.  |
| <b>Тема 2.2.<br/>Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания</b> | <b>Содержание учебного материала</b>  |   |
|  | 1   | Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).  |
|  | <b>Практические занятия</b><br>Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.                             |   |
| <b>Тема 2.3.<br/>Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>  |   |
|  | 1   | История ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.   |
|  | <b>Практические занятия</b><br>Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.   |   |
| <b>Тема 2.4.<br/>Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>  |   |
|  | 1   | Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.   |
| <b>Тема 2.5.<br/>Современные средства поражения и их поражающие факторы</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>  |   |
|  | 1   | Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.  |
|  | <b>Практические занятия</b><br>Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени. |   |
| <b>Тема 2.6.<br/>Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени</b>                       | <b>Содержание учебного материала</b>  |   |
|  | 1   | Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.   |
| <b>Тема 2.7.<br/>Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>  |   |
|  | 1   | Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.  |
|  | <b>Практические занятия</b><br>Изучение первичных средств пожаротушения.  |   |
| <b>Тема 2.8.<br/>Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>  |   |
|  | 1   | 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. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение. |
| <b>Тема 2.9.</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>  |   |

|  |                                      |   |           |
|--|--------------------------------------|---|-----------|
| <b>Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника</b> | 1                                    | Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.   |           |
| <b>Тема 2.10. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан</b>                   | <b>Содержание учебного материала</b> |   | 1         |
|  | 1                                    | МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.  |           |
| <b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>                                   |                                      |   | <b>13</b> |
| <b>Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России</b>   | <b>Содержание учебного материала</b> |   | 1         |
|  | 1                                    | Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.   |           |
| <b>Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации</b>                      | <b>Содержание учебного материала</b> |   | 1         |
|  |                                      | Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение. |           |
| <b>Тема 3.3. Воинская обязанность</b>  | <b>Содержание учебного материала</b> |   | 1         |
|  | 1                                    | Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.  |           |
| <b>Тема 3.4. Обязательная подготовка граждан к военной службе</b>                                    | <b>Содержание учебного материала</b> |   | 1         |
|  | 1                                    | Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки   |           |

|  |  |  |    |
|--|--|--|----|
|  |  | офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.   |    |
| <b>Тема 3.5.<br/>Призыв на военную службу</b>                                  | <b>Содержание учебного материала</b>   |  | 1  |
|  | 1  | Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.   |    |
| <b>Тема 3.6.<br/>Прохождение военной службы по контракту</b>                   | <b>Практические занятия</b><br>Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки. |  | 2  |
|  | <b>Содержание учебного материала</b>   |  | 1  |
| <b>Тема 3.7.<br/>Альтернативная гражданская служба</b>                         | 1  | Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.  | 1  |
|  | <b>Содержание учебного материала</b>   |  | 1  |
| <b>Тема 3.8.<br/>Качества личности военнослужащего как защитника Отечества</b> | 1  | Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.  | 1  |
|  | <b>Содержание учебного материала</b>   |  | 1  |
| <b>Тема 3.9.<br/>Воинская дисциплина и ответственность</b>                     | 1  | Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. | 1  |
|  | <b>Содержание учебного материала</b>   |  | 1  |
| <b>Раздел 4.<br/>Основы медицинских знаний</b>                                 | 1  | Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.   | 2  |
|  | <b>Практические занятия</b><br>Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.                              |  | 25 |
| <b>Тема 4.1.<br/>Понятие первой помощи</b>                                     | <b>Содержание учебного материала</b>   |  | 1  |
|  | 1  | Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».  | 1  |
| <b>Тема 4.2.<br/>Понятие травм и их виды</b>                                   | <b>Практические занятия</b>  |  | 4  |
|  | 1  | Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.   | 4  |

|   |                             |   |   |
|---|-----------------------------|---|---|
| <b>Тема 4.3.</b><br><b>Первая помощь при синдроме длительного сдавливания</b>   | <b>Практические занятия</b> |   | 2 |
|   | 1                           | Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.   |   |
| <b>Тема 4.4.</b><br><b>Понятие и виды кровотечений</b>  | <b>Практические занятия</b> |   | 4 |
|   | 1                           | Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.   |   |
| <b>Тема 4.5.</b><br><b>Первая помощь при ожогах</b>   | <b>Практические занятия</b> |   | 4 |
|   | 1                           | Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. |   |
| <b>Тема 4.6.</b><br><b>Первая помощь при воздействии низких температур</b>  | <b>Практические занятия</b> |   | 2 |
|   | 1                           | Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.   |   |
| <b>Тема 4.7.</b><br><b>Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути</b>   | <b>Практические занятия</b> |   | 2 |
|   | 1                           | Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.  |   |
| <b>Тема 4.8.</b><br><b>Первая помощь при отравлениях</b>  | <b>Практические занятия</b> |   | 2 |
|   | 1                           | Острое и хроническое отравление.  |   |
| <b>Тема 4.9.</b><br><b>Первая помощь при отсутствии сознания</b>  | <b>Практические занятия</b> |   | 4 |
|   | 1                           | Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.  |   |
| <b>Самостоятельная работа обучающихся:</b><br>Подготовка к практическим работам по темам разделов.<br>Подготовка рефератов и докладов в соответствии с заданной тематикой:<br>по разделу 1:<br>1. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.<br>2. Взаимодействие человека и среды обитания.<br>3. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.<br>4. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.<br>5. Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.<br>6. Факторы, способствующие укреплению здоровья.<br>7. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.<br>8. Роль физической культуры в сохранении здоровья.<br>9. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.<br>10. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.<br>11. Табакокурение и его влияние на здоровье.<br>12. Наркотики и их пагубное воздействие на организм.<br>13. Компьютерные игры и их влияние на организм человека.<br>14. Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.<br>по разделу 2:<br>1. Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.<br>2. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. |                             |   | 2 |

|  |  |
|--|--|
| <p>3. Терроризм как основная социальная опасность современности.</p> <p>4. Космические опасности: мифы и реальность.</p> <p>5. Современные средства поражения и их поражающие факторы.</p> <p>6. Оповещение и информирование населения об опасности.</p> <p>7. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.</p> <p>8. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.</p> <p>9. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</p> <p>по разделу 3:</p> <p>1. Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.</p> <p>2. Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.</p> <p>3. Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.</p> <p>4. Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.</p> <p>5. Федерации.</p> <p>6. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.</p> <p>7. Символы воинской чести.</p> <p>8. Патриотизм и верность воинскому долгу.</p> <p>9. Дни воинской славы России.</p> <p>10. Города-герои Российской Федерации.</p> <p>11. Города воинской славы Российской Федерации.</p> <p>по разделу 4:</p> <p>1. Профилактика инфекционных заболеваний.</p> <p>2. Первая помощь при острой сердечной недостаточности.</p> <p>3. СПИД — чума XXI века.</p> <p>4. Оказание первой помощи при бытовых травмах.</p> <p>5. Духовность и здоровье семьи.</p> <p>6. Здоровье родителей — здоровье ребенка.</p> <p>7. Формирование здорового образа жизни с пеленок.</p> <p>8. Как стать долгожителем?</p> <p>9. Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.</p> <p>10. Политика государства по поддержке семьи.</p> | <p style="text-align: right;"><b>Всего:</b></p> <p style="text-align: center;"><b>68</b></p> |
|--|--|

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

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия кабинета безопасности жизнедеятельности.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места для обучающихся, рабочее место преподавателя, противогазы; сумка санитарная сандружинника, медицинская аптечка, наглядно-демонстрационный материал.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

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

###### **Основные источники:**

1. Хренников Б. О. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Учебник для общеобразовательных организаций / Б.О. Хренников, Н.В. Гололобов, Л.И. Льяная, М.В. Маслов. - Москва : Просвещение, 2025. - 383 с. - ISBN 978-5-09-124931-6. - URL: <https://ibooks.ru/bookshelf/398492>
2. Хренников Б. О. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс. Учебник для общеобразовательных организаций / Б.О. Хренников, Н.В. Гололобов, Л.И. Льяная, М.В. Маслов. - Москва : Просвещение, 2025. - 319 с. - ISBN 978-5-09-124932-3. - URL: <https://ibooks.ru/bookshelf/398493>
3. Резчиков, Е. А. Основы безопасности жизнедеятельности: 10—11 классы : учебник для среднего общего образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 635 с. — (Общеобразовательный цикл). — ISBN 978-5-534-17401-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/544796>
4. Беляков, Г. И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях : учебник для среднего профессионального образования / Г. И. Беляков. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 641 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17728-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/537858>
5. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний : учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 379 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17442-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536769>

###### **Дополнительные источники:**

1. Каракеян, В. И. Организация безопасности в чрезвычайных ситуациях : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 138 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17934-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/537046>
2. Резчиков, Е. А. Организация защиты населения и территорий : учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 204 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20034-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/557484>

### 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).

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

| Результаты обучения<br>(освоенные умения, усвоенные знания)  | Формы и методы контроля и оценки<br>результатов обучения |
|--|--|
| <b>личностные</b>  |  |
| развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз; | Индивидуальный опрос<br>Тестирование                     |
| готовность к служению Отечеству, его защите;   | Индивидуальный опрос<br>Тестирование                     |
| формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;                                   | Индивидуальный опрос<br>Тестирование                     |
| исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);   | Индивидуальный опрос<br>Тестирование                     |

|  |                                      |
|--|--------------------------------------|
| воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;   | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;   | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| <b>метапредметные</b>  |                                      |
| 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; | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| 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;                                   | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;  | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;  | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;  | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;  | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |

|  |                                      |
|--|--------------------------------------|
| формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;   | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| 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;   | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;   | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;   | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;  | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;   | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| формирование установки на здоровый образ жизни;  | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;   | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| <b>предметные</b>  |                                      |
| 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 | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |

|   |                                      |
|---|--------------------------------------|
| отрицательное влияние человеческого фактора;  |                                      |
| получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;  | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;  | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;   | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;  | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;  | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;  | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;   | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| 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;   | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| 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, | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |

|  |                                      |
|--|--------------------------------------|
| 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;  | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |
| 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. | Индивидуальный опрос<br>Тестирование |