

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

---

**СОЦИАЛЬНЫЙ ФАКУЛЬТЕТ**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОУД.06 «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

по программе подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) среднего  
профессионального образования

Специальность:	<i>38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)</i>
Обучение:	<i>по программе базовой подготовки</i>
Уровень образования, на базе которого осваивается ППССЗ:	
Квалификация:	<i>Основное общее образование</i>
Форма обучения:	<i>Бухгалтер</i> <i>Очная</i>

**МАХАЧКАЛА, 2022**

Рабочая программа дисциплины разработана на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта (далее - ФГОС) среднего общего образования, ФГОС СПО по специальности 38.02.01 «Экономика и бухгалтерский учет» (по отраслям), с учетом содержания примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

**Организация-разработчик:** Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Дагестанский государственный университет», социальный факультет

**Разработчик:**

Магдиева Н.Т. - к.м.н., доц. кафедры социальных и информационных технологий



Рецензент:

Магомедова С.А., к.м.н., доц. каф. Электроника - СДМУ

Ф.И.О., ученая степень, звание, должность


Рабочая программа дисциплины рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании предметной (цикловой) комиссии социального факультета ДГУ

Протокол № 6 от « 19 » марта, 2022 г.

Председатель ПЦК  Гасанов А.С.

Рабочая программа дисциплины согласована с учебно-методическим управлением

«11» 03 2022 г.

  
(подпись)

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	4
2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
3. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ.....	5
4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	5
5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	7
6. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ .....	11
7. УЧЕБНО - МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО- ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	14
8. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА .....	15

# 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

## 1.1. Область применения программы учебной дисциплины

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в ДГУ, реализующего образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке специалистов среднего звена. Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», ФГОС СПО по специальности 38.02.01 «Экономика и бухгалтерский учет», в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 №06-259). А также с учетом содержания примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

## 1.2 Цели и задачи учебной дисциплины

Содержание программы учебной дисциплины «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 обучающихся.

Содержание программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на решение следующих **задач**:

- максимальное 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);
- максимальное снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- постоянное проявление антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение устойчивой системы профилактики асоциального поведения обучающихся.

## 2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучает риски производственной, природной, социальной, бытовой, городской и других сред обитания человека, как в условиях повседневной жизни, так и при возникновении

чрезвычайных ситуаций техногенного, природного и социального характера. Данная дисциплина является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности.

Основными содержательными темами программы являются: введение в дисциплину, обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья, государственная система обеспечения безопасности населения, основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний.

Действующее законодательство предусматривает обязательную подготовку по основам военной службы для лиц мужского пола, которая должна проводиться во всех профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования. В связи с этим программой предусмотрено проведение в конце учебного года для обучающихся мужского пола учебных сборов, сочетающих разнообразные формы организации теоретических и практических занятий. В итоге у юношей формируется адекватное представление о военной службе, развиваются качества личности, необходимые для ее прохождения.

Для девушек в программе предусмотрен раздел «Основы медицинских знаний». В процессе его изучения формируются знания в области медицины, умения оказывать первую медицинскую помощь при различных травмах. Девушки получают сведения о здоровом образе жизни, основных средствах планирования семьи, ухода за младенцем, поддержании в семье духовности, комфортного психологического климата.

Изучение общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации обучающихся в процессе освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППССЗ).

### **3. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является учебным предметом из обязательной предметной области «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 (ППССЗ). В учебных планах ППССЗ место учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» - в составе общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для специальности СПО 38.02.01 «Экономика и бухгалтерский учет» (по отраслям)

### **4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**(личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебной дисциплины)**

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение обучающимися 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 о средствах, повышающих 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.

## **5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

**Тема 1. Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности.**

Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни - основа укрепления и сохранения личного здоровья. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой.

**Тема 2. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.**

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, сердечнососудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

**Тема 3. Наркотики.**

Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.

**Тема 4. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.**

Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни - необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека.

### **Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.**

**Тема 5. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.**

Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения.

**Тема 6. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).**

РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от

чрезвычайных ситуаций.

**Тема 7. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.**

Структура и органы управления гражданской обороны. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.

**Тема 8. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан (МЧС, полиция, служба скорой помощи, другие службы).**

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. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека ( Роспотребнадзор России).

### **Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность**

**Тема 9. Организация вооруженных сил Московского государства в 14-15 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 19 века, создание массовой армии.

**Тема 10. Вооруженные Силы Российской Федерации, их функции и задачи.**

Организационная структура Вооруженных Сил РФ. Виды Вооруженных Сил РФ, рода войск.

**Тема 11. Воинская обязанность.**

Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Обязанности граждан по воинскому учету.

### **Раздел 4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

**Тема 12. Общие правила оказания первой помощи.**

Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».

**Тема 13. Понятие травм и их виды.**

Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждений молнией.

**Тема 14. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.**

Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.

**Тема 15. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.**

Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка.

**Тема 16. Духовность и здоровье семьи.**

Основы ухода за младенцем. Основные мероприятия по уходу за младенцем. Формирование основ здорового образа жизни.

## **ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.**

### **Практическое занятие 1**

**Тема: Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности.**

**Вопросы для практического занятия.**

1. Здоровье и здоровый образ жизни.
2. Общие понятия о здоровье.
3. Здоровый образ жизни - основа укрепления и сохранения личного здоровья.
4. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
5. Двигательная активность и закаливание организма.
6. Занятия физической культурой.



## **Практическое занятие 2.**

**Тема: Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.**

**Вопросы для практического занятия.**

- 1.Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.
- 2.Курение и его влияние на состояние здоровья.
- 3.Табачный дым и его составные части.
- 4.Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему.
- 5.Пассивное курение и его влияние на здоровье.
- 6.Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения.
7. Социальные последствия пристрастия к наркотикам.
- 8.Профилактика наркомании.

## **Практическое занятие 3.**

**Тема: Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.**

**Вопросы для практического занятия.**

- 1.Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения.
2. Чрезвычайные ситуации природного характера.
3. Чрезвычайные ситуации техногенного характера.

## **Практическое занятие 4.**

**Тема: Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).**

**Вопросы для практического занятия.**

- 1.РСЧС, история ее создания.
2. Предназначение и структура РСЧС.
- 3.Задачи решаемые РСЧС по защите населения от чрезвычайных ситуаций.

## **Практическое занятие 5.**

**Тема: Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.**

**Вопросы для практического занятия.**

- 1.Структура и органы управления гражданской обороны.
- 2.Современные средства поражения и их поражающие факторы.
- 3.Мероприятия по защите населения.
- 4.Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.

## **Практическое занятие 6**

**Тема: Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан (МЧС, полиция, служба скорой помощи, другие службы).**

**Вопросы для практического занятия.**

- 1.МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
- 2.Полиция Российской Федерации - система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств.
- 3.Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России).

## **Практическое занятие 7.**

**Тема: Организация вооруженных сил Московского государства в 14-15 веках.**

**Вопросы для практического занятия.**

1. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века.
2. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности.
3. Военные реформы в России во второй половине 19 века, создание массовой армии.

#### **Практическое занятие 8.**

**Тема: Вооруженные Силы Российской Федерации, их функции и задачи.**

**Вопросы для практического занятия.**

1. Организационная структура Вооруженных Сил РФ.
2. Виды Вооруженных Сил РФ, рода войск.

#### **Практическое занятие 9.**

**Тема: Военная обязанность.**

**Вопросы для практического занятия.**

1. Основные понятия о военной обязанности
- .2. Военный учет.
3. Организация военного учета и его предназначение.
4. Обязанности граждан по военному учету.

#### **Практическое занятие 10.**

**Тема: Общие правила оказания первой помощи.**

**Вопросы для практического занятия.**

1. Понятие первой помощи.
2. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.
3. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».

#### **Практическое занятие 11.**

**Тема: Понятие травм и их виды.**

**Вопросы для практического занятия.**

1. Правила первой помощи при ранениях.
2. Правила наложения повязок различных типов.
3. Первая помощь при переломах.
4. Первая помощь при электротравмах и повреждениях молнией.

#### **Практическое занятие 12.**

**Тема: Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.**

**Вопросы для практического занятия.**

1. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней.
2. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний.
3. Инфекции, передаваемые половым путем и их профилактика.
4. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.

#### **Практическое занятие 13.**

**Тема: Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.**

**Вопросы для практического занятия.**

1. Основные средства планирования семьи.
2. Факторы, влияющие на здоровье ребенка.

#### **Практическое занятие 14.**

**Тема: Духовность и здоровье семьи.**

**Вопросы для практического занятия.**

1. Основы ухода за младенцем.
2. Основные мероприятия по уходу за младенцем.
3. Формирование основ здорового образа жизни.

## 6. 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 учебная нагрузка обучающихся составляет **62** часа, из них аудиторная (обязательная) учебная нагрузка, включая практические занятия, **54** часов из них: **18** - лекции, **36** - практические, внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся - **8** часов, форма контроля - дифференцированный зачет.

### 6.1. Тематический план учебной дисциплины.

#### Очная форма обучения

№ п/п	Разделы и темы дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)				Самостоятельная работа	Формы текущего контроля успеваемости
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные занятия			
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.</b>									
1.	Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности.			2	4				Устный опрос. Тестирование. Прием рефератов.
2.	Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.			2	2				Устный опрос. Тестирование. Прием рефератов
3.	Наркотики.				2				Устный опрос. Тестирование. Прием рефератов.
4.	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.			2	2		2		Устный опрос. Контрольная работа.
	<i>Итого по разделу 1:</i>			6	10		2		
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.</b>									

1.	Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.			2	2			2	Устный опрос. Тестирование. Прием рефератов.
2.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).			2	2				Устный опрос. Тестирование. Прием рефератов.
3.	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.			2	2				Устный опрос. Тестирование. Прием рефератов.
4.	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан (МЧС, полиция, служба скорой помощи, другие службы).				2				Устный опрос. Тестирование. Прием рефератов. Контрольная работа.
<i>Итого по разделу 2:</i>				6	8			2	
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.</b>									
1.	Организация вооруженных сил Московского государства в 14-15 веках.				2				Устный опрос. Тестирование. Прием рефератов.
2.	Вооруженные Силы Российской Федерации, их функции и задачи.				2				Устный опрос. Тестирование. Прием рефератов. Проверка домашнего задания.
3.	Воинская обязанность.			2	2			2	Устный опрос. Тестирование. Контрольная работа.
<i>Итого по разделу 3:</i>				2	6			2	
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>									
1.	Общие правила оказания первой помощи.			2	4				Устный опрос. Тестирование. Прием реферата.
2.	Понятие травм и их виды.				2				Устный опрос. Тестирование.

3.	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика			2	2				Устный опрос. Тестирование. Прием реферата.
4.	Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.				2			2	Устный опрос. Тестирование. Прием реферата.
5.	Духовность и здоровье семьи.				2				Устный опрос. Прием реферата. Контрольная работа.
	<i>Итого по разделу 4:</i>			4	12			2	
	<b>ИТОГО:</b>			<b>18</b>	<b>36</b>			<b>8</b>	<b>62</b>

### 6.2. Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся.

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)
Ведение	Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности. Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите.
<b>Раздел.1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения</b>	<p>Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснения случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха. Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя.</p> <p>Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам. Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения. Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья.</p>

<p><b>Раздел.2</b>Государственная система обеспечения безопасности населения</p>	<p>Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения. Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС. Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС. Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дороге, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности.</p>
<p><b>Раздел.3</b> Основы обороны государства и воинская обязанность</p>	<p>Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России. Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих. Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества. Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки. Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести.</p>
<p><b>Раздел 4.</b> Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</p>	<p>Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. Характеристика основных признаков жизни. Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара. Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины.</p>

## **7. УЧЕБНО - МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО - ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Учебная дисциплина «**Основы безопасности жизнедеятельности**» изучается в кабинете безопасности жизнедеятельности.

1. Кабинет безопасности жизнедеятельности оборудован (парта двухместная – 18 шт., стулья ученические - 36 шт., доска классная - 1 шт., стол преподавателя - 1 шт., стул преподавателя - 1 шт., шкаф – 1 шт., таблицы, схемы, фонд дидактических материалов, слайды, средства индивидуальной и коллективной защиты, противогазы ГП-5, костюмы химической защиты, респираторы Р-2, носилки санитарные, стенды.

2. Библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет: парта двухместная – 63 шт., парта одноместная – 4 шт., стулья ученические – 92 шт., доска классная – 1 шт., стол преподавателя – 1 шт., стул преподавателя – 1 шт., стенды – 11 шт., проектор – 2 шт., экран для проектора – 2 шт., компьютеры – 22 шт., кафедра-трибуна – 1 шт.

## 8. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

### Для студентов:

1. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для НПО и СПО-М.: Академия, 2012.-320с
2. Основы безопасности жизнедеятельности. Часть 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья [Электронный ресурс]/ — Электрон. текстовые данные.— Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2013.— 112 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64965.html>.
3. Айзман Р.И. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]: Р.И. Айзман, Н.С. Шуленина, В.М. Ширшова— Электрон. текстовые данные.— Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2017.— 247 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65282.html>.
4. Хван Т.А. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]/ Т.А. Хван, П.А. Хван— Электрон. текстовые данные.— Ростов-на-Дону: Феникс, 2014.— 416 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/58974.html>.
5. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебник / Э.А. Арустамов [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М. : Дашков и К, 2015. — 448 с. — 978-5-394-02494-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/35268.html>
6. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие для вузов и СПО / Л.А. Муравей [и др.]. — 2-е изд. — Электрон. текстовые данные. — М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2017. — 431 с. — 978-5-238-00352-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/71175.html>
7. Петров С.В. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / С.В. Петров. — Электрон. текстовые данные. — М. : Учебно-методический центр по образованию, 2015. — 320 с. — 978-5-89035-819-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/45247.html>

### Для преподавателей:

1. Баранов Е.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности на водном транспорте [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е.Ф. Баранов, В.К. Новиков, В.Г. Сазонов. — Электрон. текстовые данные. — М. : МГАВТ, 2014. — 248 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/46494.html>
2. Авдеева Н.В. Сборник заданий для самостоятельной работы студентов по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Н.В. Авдеева. — Электрон. текстовые данные. — СПб. : Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2013. — 108 с. — 978-5-8064-1938-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/21433.html>
3. Гасанова Э.В. Учебно-методическое пособие по организации внеаудиторной (самостоятельной) работы обучающихся по программе среднего профессионального образования [Электронный ресурс] : учебное пособие / Э.В. Гасанова. — Электрон. текстовые данные. — Хасавюрт: Дагестанский государственный университет (филиал) в г. Хасавюрте, 2018. — 76 с. — 978-5-6042127-4-5. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/80927.html>

### Интернет-ресурсы:

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: электронная библиотека / Науч. электрон. б-ка. — Москва, 1999 – Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp> (дата обращения: 22.01.2022). – Яз. рус., англ.
2. Moodle [Электронный ресурс]: система виртуального обучения: [база данных] / Даг. гос. ун-т. – Махачкала, г. – Доступ из сети ДГУ или, после регистрации из сети ун-та, из любой точки, имеющей доступ в интернет. – URL: <http://moodle.dgu.ru/> (дата обращения: 22.01.2022).
3. Электронный каталог НБ ДГУ [Электронный ресурс]: база данных содержит сведения о всех видах лит, поступающих в фонд НБ ДГУ/Дагестанский гос. ун-т. – Махачкала, 2010 – Режим доступа: <http://elib.dgu.ru>, свободный (дата обращения: 21.01.2022).