

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«МУРМАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
(ФГБОУ ВО «МГТУ»)

«ММРК имени И.И. Месяцева» ФГБОУ ВО «МГТУ»

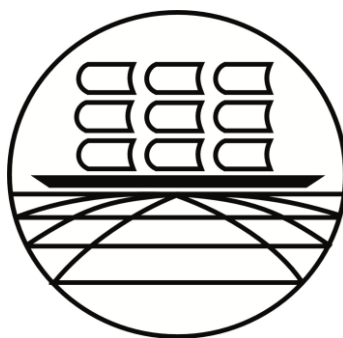
УТВЕРЖДАЮ  
Начальник ММРК им. И.И. Месяцева  
ФГБОУ ВО «МГТУ»



И.В. Артеменко

(подпись)

«31» августа 2019 г.



## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебной дисциплины: БД.07 Основы безопасности жизнедеятельности  
программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ)  
специальности: 19.02.10 Технология продукции общественного питания  
по программе базовой подготовки  
форма обучения очная

Мурманск  
2019

**Рассмотрено и одобрено на заседании**  
методической комиссией преподавателей  
дисциплин общеобразовательной  
подготовки по специальностям,  
реализуемым ММРК им. И.И. Месяцева

**Разработано**

На основе федерального государственного  
образовательного стандарта среднего (полного)  
общего образования, утвержденным приказом  
Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. № 413 с  
изменениями и дополнениями от 29 июня 2017  
№613

Председатель МК  
Клепцова О.А  
Протокол от «29» мая 2019 г.

Автор: Тила А.И., преподаватель «ММРК имени И.И. Месяцева» ФГБОУ ВО «МГТУ»

Эксперт (рецензент): Петко А.Н., преподаватель «ММРК имени И.И. Месяцева» ФГБОУ ВО «МГТУ»

## Лист переутверждения

Рабочая программа переутверждена на \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ учебный год.

---

*(без изменений и дополнений/ с изменениями и дополнениями (при наличии))\**

Председатель МК \_\_\_\_\_ Ф.И.О.

Протокол № \_\_\_ от « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа переутверждена на \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ учебный год.

---

*(без изменений и дополнений/ с изменениями и дополнениями (при наличии))\**

Председатель МК \_\_\_\_\_ Ф.И.О.

Протокол № \_\_\_ от « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа переутверждена на \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ учебный год.

---

*(без изменений и дополнений/ с изменениями и дополнениями)*

Председатель МК \_\_\_\_\_ Ф.И.О.

Протокол № \_\_\_ от « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа переутверждена на \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ учебный год.

---

*(без изменений и дополнений/ с изменениями и дополнениями)*

Председатель МК \_\_\_\_\_ Ф.И.О.

Протокол № \_\_\_ от « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Рабочая программа переутверждена на \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ учебный год.

---

*(без изменений и дополнений/ с изменениями и дополнениями)*

Председатель МК \_\_\_\_\_ Ф.И.О.

Протокол № \_\_\_ от « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

---

\* - при наличии изменений и (или) дополнений заполняется лист изменений, вносимых в РП

**Лист изменений, вносимых в РП (при наличии)**

по дисциплине \_\_\_\_\_

В рабочую программу вносятся следующие изменения и дополнения:

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Дополнения и изменения внесены и одобрены на заседании МКо (МО/ ЦК) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
*наименование МКо (МО/ЦК)*

от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г., протокол № \_\_\_\_\_

Председатель МКо (МО/ЦК) \_\_\_\_\_ Ф.И.О.

## **1. Пояснительная записка**

**1.1. Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»** разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего (полного) общего образования, утвержденным приказом Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. № 413 с изменениями и дополнениями от 29 июня 2017 №613; примерной программой общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, одобренной научно-методическим советом федерального государственного автономного учреждения «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования протокол № 3 от 21 июля 2015 г.

Методологической основой образовательной программы по дисциплине является системно-деятельностный подход. Рабочая программа устанавливает следующие требования к предметным, метапредметным и личностным результатам обучающихся:

КК 1. Ценностно-смысловые компетенции.

КК 2. Общекультурные компетенции.

КК 3. Учебно-познавательные компетенции.

КК 4. Информационно-коммуникативные компетенции.

КК 5. Социально-трудовые компетенции.

КК 6. Компетенции личного совершенствования.

### **1.2 Цели и задачи учебной дисциплины.**

- Усвоение и закрепление учащимися знаний:
  - Об опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера
  - О влиянии их последствий на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства
  - Об угрозе национальной безопасности России международного терроризма и наркобизнеса
  - О государственной системе обеспечения защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени
  - Об организационных основах борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации

- Об организации подготовки населения страны к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, при угрозе террористического акта
- О мерах профилактики наркомании
- О роли здорового образа жизни для обеспечения демографической безопасности страны
- О правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности
- Об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- Усвоение учащимися содержания:
  - Основных положений Конституции Российской Федерации и федеральных законов в области обороны государства и противодействия терроризму
  - Нормативно-правовых актов Российской Федерации, определяющих порядок подготовки граждан к военной службе в современных условиях и меры противодействия терроризму;
- Усвоение учащимися знаний:
  - О предназначении, основных функциях и задачах Вооруженных Сил Российской Федерации
  - О видах Вооруженных Сил Российской Федерации и родах войск
  - О руководстве и управлении Вооруженными Силами Российской Федерации
  - Об участии Вооруженных сил России в контртеррористических операциях
  - О государственных и военных символах Российской Федерации;
- Формирование у учащихся современного уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности, способностей осуществить выбор профессиональной деятельности, связанной с обеспечением защиты жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, в том числе сознательного отношения к военной службе и военной профессии как к выполнению каждым гражданином Российской Федерации конституционного долга и обязанностей по защите Отечества;
- Развитие у учащихся:
  - Личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе при угрозе террористического акта
  - Потребности в соблюдении норм здорового образа жизни
  - Потребности к выполнению требований, предъявляемых к гражданину России в области безопасности жизнедеятельности
  - Физических и морально-психологических качеств, необходимых для выполнения гражданином обязанностей в профессиональной деятельности, в том числе обязанностей военнослужащего по вооруженной защите Российской Федерации, при прохождении военной

службы по призыву или по контракту в современных Вооруженных Силах Российской Федерации или других войсках.

–

### **1.3 Требования к результатам освоения**

В соответствии с государственными требованиями к минимуму содержания и уровню подготовки выпускников по специальностям среднего профессионального образования рабочая программа дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предусматривает определенные требования к их знаниям и умениям.

*Обучающийся должен уметь:*

У1: умение самостоятельно и мотивированно организовать свою познавательную деятельность в области безопасности жизнедеятельности;

У2: умение использовать элементы причинно-следственного и структурно-функционального анализа для прогноза возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций(природного, техногенного и социального характера);

У3: умение анализировать свое поведение в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, в том числе при угрозе совершения террористического акта;

У4: умение вносить определенные коррективы в свое поведение для повышения уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности и защищенности своих жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз;

У5: умение формировать свою жизненную позицию в области безопасности жизнедеятельности на основе самовоспитания и самообучения;

У6: умение формировать навыки в проектной деятельности по организации и проведению учебно-исследовательской работы по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни в условиях чрезвычайных ситуаций;

У7: умение формировать навыки в поиске нужной информации в области безопасности жизнедеятельности в источниках различного типа;

У8: умение формировать ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооруженной защите Российской Федерации;

У9: умение формировать ключевые компетенции в осуществлении осознанного выбора своей будущей профессиональной деятельности, связанной с защитой жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, и пути продолжения своего образования.

*Обучающийся должен знать:*

З1: опасные и чрезвычайные ситуацию природного, техногенного и социального характера;

- 32: влияние их последствий на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства;
- 33: угрозы национальной безопасности России международного терроризма и наркобизнеса;
- 34: государственная система обеспечения защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- 35: организационные основы борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации;
- 36: организация подготовки населения страны к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, при угрозе террористического акта;
- 37: меры профилактики наркомании;
- 38: роль здорового образа жизни для обеспечения демографической безопасности страны;
- 39: права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- 310: оказание первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- 311: основные положения Конституции Российской Федерации и федеральных законов в области обороны государства и противодействия терроризму;
- 312: нормативно-правовые акты Российской Федерации, определяющие порядок подготовки граждан к военной службе в современных условиях и меры противодействия терроризму;
- 313: предназначение, основные функции и задачи Вооруженных Сил Российской Федерации;
- 314: виды Вооруженных Сил Российской Федерации и роды войск;
- 315: руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации;
- 316: участие Вооруженных сил России в контртеррористических операциях;
- 317: государственные и военные символы Российской Федерации;

Процесс изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» направлен на формирование компетенций в соответствии с ФГОС СПОО (табл. 1).

Таблица 1 Компетенции, формируемые дисциплиной «Основы безопасности жизнедеятельности» в соответствии с ФГОС СПОО

<b>Код компетенции</b>	<b>Содержание компетенции</b>	<b>Требования к знаниям, умениям, практическому опыту</b>
КК 1. Ценностно-смысловые компетенции.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- понимать ценность смысла общечеловеческой культуры, науки, производства, религии;</li> <li>• уметь ориентироваться в окружающем мире и осознавать свою роль и предназначение;</li> <li>• уметь проявлять эмоциональную устойчивость;</li> <li>• уметь выбирать цели учебной деятельности,</li> </ul>	У 1-9, З 1-17



	<p>повседневной жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• уметь выбирать ценностно-смысловые ориентиры для поступков и решений;</li> <li>• уметь нести ответственность за результаты обучения и совершаемые поступки;</li> </ul> <p>уметь принимать решения</p>	
<p>КК 2. Общекультурные компетенции.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• уважать интересы представителей других народов, религий;</li> <li>• проявлять терпимость к другим мнениям и позициям;</li> <li>• владеть эффективными способами организации свободного времени;</li> <li>• знать и владеть бытовыми навыками;</li> <li>• знать основы семейных, социальных, общественных явлений и традиций.</li> </ul>	<p>У 1-9, З 1-17</p>
<p>КК 3. Учебно-познавательные компетенции.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• владеть приемами организации продуктивной учебно-познавательной деятельности;</li> <li>• уметь приобретать знания из различных источников;</li> <li>• грамотно формулировать образовательный запрос;</li> <li>• уметь структурировать и расширять полученные знания;</li> <li>• использовать компьютерные технологии для поиска информации и её представления;</li> <li>• уметь контролировать образовательный процесс;</li> <li>• уметь отыскивать причины явлений, событий;</li> <li>• уметь аналитически мыслить;</li> <li>• уметь контролировать свою работу;</li> <li>• уметь планировать, анализировать свою работу;</li> <li>• уметь давать самооценку учебной и познавательной деятельности;</li> <li>• уметь самостоятельно выявлять совершенные ошибки, пробелы в знаниях, умениях и навыках;</li> <li>• уметь работать самостоятельно;</li> <li>• проявлять готовность к</li> </ul>	<p>У 1-9, З 1-17</p>

	<p>самообразованию;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• владеть функциональной грамотностью:</li> <li>• владеть измерительными навыками;</li> <li>• уметь использовать вероятностные, статистические методы познания;</li> </ul> <p>уметь отличать факты от домыслов</p>	
<p>КК 4. Информационно-коммуникативные компетенции.</p>	<p>- уметь осуществлять поиск, отбор, систематизацию, анализ, обработку и сохранение информации;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• уметь оценить полезность и целенаправленность полученной информации;</li> <li>• уметь представлять информацию в различных формах (на рисунках, графиках, таблицах, чертежах, диаграммах и пр.);</li> <li>• владеть современными информационными технологиями стандартного программного обеспечения;</li> <li>• владеть техническими средствами информации: телевизор, магнитофон, компьютер, принтер, модем, факс, копир и т.п.;</li> <li>• владеть информационными технологиями: аудио- видеозапись, электронная почта, СМИ, Интернет;</li> <li>• владеть навыками устной и письменной речи;</li> <li>• знать языки, способы взаимодействия с окружающими и удаленными событиями и людьми;</li> <li>• владеть навыками работы с документами;</li> <li>• уметь написать (заполнить) заявление, объяснительную, анкету, опросный лист, тест, письмо и пр.;</li> <li>• уметь задавать вопросы;</li> <li>• уметь представлять и отстаивать свою точку зрения в диалоге и полилоге;</li> <li>• уметь сотрудничать с другими людьми;</li> <li>• уметь работать в группе, команде;</li> <li>• владеть социальными ролями в коллективе;</li> </ul> <p>уметь презентовать себя и свой</p>	<p>У 1-9, З 1-17</p>

<p>КК 5. Социально-трудовые компетенции.</p>	<p>коллектив информации;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• владеть этикой гражданско-правовых, трудовых взаимоотношений: выполнение роли гражданина, наблюдателя, избирателя, члена семьи;</li> <li>• знать экономико-правовые основы;</li> <li>• уметь анализировать социально-экономическую ситуацию, положение рынка труда;</li> <li>• знать права и обязанности в области профессионального самоопределения: осознание своей роли в профессиональном пространстве; оценка своих профессиональных потребностей и задатков; выбор будущей профессии; построение собственной профессиональной карьеры;</li> <li>• обладать навыками рациональной самоорганизации рабочего времени;</li> <li>• обладать готовностью к реализации трудовых прав и обязанностей в экономической роли: представителя, потребителя, покупателя, клиента, производителя;</li> </ul> <p>уметь действовать с личной и общественной выгодой</p>	<p>У 1-9, З 1-17</p>
<p>КК 6. Компетенции личного совершенствования.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- освоить способы физического, духовного, интеллектуального саморазвития;</li> <li>• освоить способы эмоциональной саморегуляции и самоподдержки;</li> <li>• уметь планировать и организовывать свою деятельность;</li> <li>• владеть способами самоопределения и самопознания;</li> <li>• владеть способами развития личностных качеств: гуманность, отзывчивость, организованность, ответственность, откровенность, уверенность в себе, самокритичность, корпоративность, рефлексия, эмоциональная устойчивость, креативность мышления и др.;</li> <li>• уметь включаться в общественную работу: различные</li> </ul>	<p>У 1-9, З 1-17</p>

	<p>кружки, секции, молодежные объединения и т.д.;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• владеть медицинскими и санитарными знаниями и навыками (знание и соблюдение норм здорового образа жизни, правил личной гигиены; половой и сексуальной грамотности, умение оказывать первую медицинскую помощь);</li><li>• владеть навыками безопасной жизнедеятельности; знать основы экологии, уметь бережно относиться к окружающей среде;</li></ul>	
--	--	--

**2. Структура и содержание учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»**

**2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной деятельности по формам обучения**

Таблица 2

Виды учебной деятельности	Объем часов по формам обучения
	очная
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>105</b>
<b>Обязательная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>70</b>
в том числе:	
теоретические занятия (лекции, уроки)	58
лабораторные занятия	
практические занятия (семинары)	12
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено)</i>	
.....	
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>29</b>
В том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом) <i>(если предусмотрено)</i>	10
<b>Консультации</b>	<b>6</b>
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>Форма промежуточной аттестации</b>
	Текущий контроль, Дифференцированный зачет

2.2. Тематический план учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» по очной форме обучения

Таблица 3

Коды компетенций/компетентностей	Наименование разделов (тем) учебной дисциплины	Максимальная учебная нагрузка, ч	Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося				Самостоятельная работа обучающегося		Консультации	
			Всего	в том числе			Всего	в том числе индивидуальный проект		
				лекции, уроки	практические занятия	лабораторные занятия				курсовая работа (проект)
КК1, КК2, КК5, КК6	Раздел 1. Обеспечение личной безопасности в различных ситуациях	19	14	8	6	-	-	4	-	1
КК. 1, КК 3, КК 4, КК 6	Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	19	12	12	-	-	-	6	-	1
КК.1, КК.2, КК.4	Раздел 3. Нормативно-правовая база РФ по обеспечению безопасности личности, общества и государства.	7	4	4	-	-	-	2	-	1
КК.2, КК.4	Раздел 4. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.	16	12	6	6	-	-	4	-	-
КК1, КК2, КК3	Раздел 5. Организационная структура Вооруженных Сил РФ	12	8	8	-	-	-	4	-	-
КК3, КК4	Раздел 6. Воинская обязанность. Особенности военной службы.	20	12	12	-	-	-	6	-	2

КК3, КК4, КК6	Раздел 7. Военнослужащий – вооруженный защитник отечества.	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	-	-	-	<b>3</b>	-	<b>1</b>
КК1-КК6	Индивидуальный проект	<b>10</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	-	-	-	-	<b>10</b>	-
КК 1 – КК 6	<b>Урок контроля знаний</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-	-	-	-	<b>0</b>	-
<b>Всего:</b>		<b>105</b>	<b>70</b>	<b>58</b>	<b>12</b>			<b>29</b>	<b>10</b>	<b>6</b>

### 2.3. Содержание программы по учебной дисциплине Основы безопасности жизнедеятельности

Таблица 4

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, самостоятельная работа обучающегося, курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	Объем часов	Уровень освоения
		очная*	
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности в различных ситуациях</b>		<b>19</b>	
Тема 1.1. Введение. Содержание, цели и задачи курса.	Содержание учебного материала:	2	
	Введение в курс «Основ безопасности жизнедеятельности. Содержание, цели и задачи курса. Основы методики самостоятельных занятий по дисциплине. Входной контроль.		1
Тема 1.2. Автономное пребывание человека в природной среде.	<b>Практическое занятие № 1</b>	2	3
	Определение координат точек на карте, прокладка маршрутов движения		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Перечень личного снаряжения для однодневного турпохода в зависимости от времени года (весна, осень).	1	2
Тема 1.3. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.	<b>Практическое занятие № 2:</b>	2	3
	«Отработка правил безопасного поведения при некоторых ситуациях криминогенного характера».		
Тема 1.4. Правила личной безопасности при угрозе террористического акта и захвате заложника.	<b>Практическое занятие № 3:</b>	2	3
	«Отработка правил безопасного поведения при угрозе террористического акта и захвате заложника».		
	<b>Консультация</b>	1	
Тема 1.5. Правила личной безопасности при пожаре.	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	2
	Пожары в жилых и общественных зданиях, их возможные последствия. основные причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Влияние человеческого фактора на причины возникновения пожаров.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Средства профилактики и тушения пожаров.	2	2



Тема 1.6. ЧС природного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях ЧС природного характера.	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	2
	Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера – геологического, метеорологического, гидрологического и биологического происхождения.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Правила дорожного движения для пешеходов.	1	3
Тема 1.7. ЧС техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера.	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	2
	Рекомендации населению по безопасному поведению в случае возникновения аварии на РОО, ХОО, взрывопожароопасном, на гидротехническом объектах.		
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>		<b>19</b>	
Тема 2.1. Здоровье и здоровый образ жизни. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	2
	Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья человека. Основные понятия о биологических ритмах человека.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> 1. Основные составляющие здорового образа жизни: правильное питание, двигательная активность. 2. Личная гигиена, закаливание, психогигиена, грамотное экологическое поведение.	2	2

Тема 2.2. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	1
	Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности.		
	<b>Консультация</b>	1	
Тема 2.3. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	1
	Вредные привычки и их социальные последствия.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Вредные привычки: табакокурение, алкоголизм, наркомания.	2	2
Тема 2.4. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	1
	Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Основные инфекционные заболевания: чума, холера, тиф, грипп, оспа, сибирская язва, ботулизм.	2	1
Тема 2.5. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	2
	Сердечная недостаточность и причины ее возникновения. Инсульт причины его возникновения.		
Тема 2.6. Первая медицинская помощь при травмах и ранениях.	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	2
	Первая медицинская помощь при различных травмах и ранениях.		
<b>Раздел 3. Нормативно-правовая база РФ по обеспечению безопасности личности, общества и государства.</b>		<b>7</b>	
Тема 3.1. Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	1
	Положения Конституции РФ, основные законы РФ, положения которые направлены на обеспечение безопасности граждан.		
	<b>Консультация</b>	1	

Тема 3.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), ее структура и задачи.	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	1
	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС, ее структура, предназначение и основные задачи.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан: МЧС, полиция, служба скорой медицинской помощи.	2	1
<b>Раздел 4. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.</b>		<b>16</b>	
Тема 4.1. ГО – составная часть обороноспособности страны	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	1
	Гражданская оборона, история ее создания, структура управления и органы управления.		
Тема 4.2. Основные виды оружия и их поражающие факторы.	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	1
	Ядерное, химическое и бактериологическое оружие, их поражающие факторы.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> 1. Поражающие факторы ядерного взрыва. 2. Основные типы ОВ, характер воздействия на организм, меры защиты.	2	1
Тема 4.3. Организация проведения АСДНР в зоне ЧС.	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций.	2	1
Тема 4.4. Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени	<b>Практическое занятие № 4:</b> Действия личного состава по сигналам оповещения в чрезвычайных ситуациях.	2	3
Тема 4.5. Инженерная защита населения от ЧС мирного и военного времени.	<b>Практическое занятие № 5:</b> Правила использования основных средств защиты органов дыхания, кожи, медицинских средств защиты.	2	3
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> 1. Типы коллективных защитных сооружений.	2	1
Тема 4.6. Организации гражданской обороны в образовательном учреждении.	<b>Практическое занятие № 6:</b> Правила пользования средствами пожаротушения. Индивидуальная санитарная обработка и санитарная обработка помещений.	2	3

<b>Раздел 5. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации</b>		<b>12</b>	
Тема 5.1. Сухопутные войска, военно-воздушные силы, их состав и предназначение. Военная техника указанных войск.	Содержание учебного материала: Сухопутные войска и ВВС, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника этих войск.	2	1
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> История создания ВС России, их структура и предназначение, руководство и управление ВС РФ.	2	1
Тема 5.2. ВМФ и РВСН. Их состав и предназначение. Вооружение и военная техника.	Содержание учебного материала: Военно–морской флот, ракетные войска стратегического назначения. Их состав и предназначение. Вооружение и военная техника.	2	1
	<b>Самостоятельная работа:</b> 1 Сухопутные войска, военно-морской флот, военно-воздушные силы, ракетные войска стратегического назначения, космические войска, другие войска.	2	1
Тема 5.3. Воздушно-десантные войска, космические войска, их состав и предназначение.	Содержание учебного материала: Воздушно-десантные войска, космические войска, их состав и предназначение.	2	1
Тема 5.4. Войска и воинские формирования, не входящие в состав ВС РФ	Содержание учебного материала: Войска и воинские формирования, не входящие в состав ВС РФ	2	1
<b>Раздел 6. Воинская обязанность. Особенности военной службы.</b>		<b>20</b>	
Тема 6.1. Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета.	<b>Содержание учебного материала:</b> Определение воинской обязанности и ее содержание.. Основное предназначение воинского учета.	2	1
Тема 6.2. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету.	<b>Содержание учебного материала:</b> Время первоначальной постановки граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету до призыва их на военную службу и при увольнении с военной службы.	2	1
	<b>Самостоятельная работа:</b> Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной	2	1

	постановке на воинский учет.		
Тема 6.3. Призыв на военную службу. Порядок прохождения военной службы.	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Призыв на военную службу. Порядок прохождения военной службы.		1
Тема 6.4. Размещение и быт военнослужащих. Распределение времени и повседневный порядок воинской части.	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Размещение и быт военнослужащих, Распределение времени и повседневный порядок воинской части.		1
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	2	1
Тема 6.5. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.		1
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> 1. Памяти поколений – дни воинской славы России.	2	1
	<b>Консультация</b>	<b>2</b>	
Тема 6.6. Статус военнослужащего. Военные аспекты международного права.	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Общие понятия о статусе военнослужащего. Основные права и льготы военнослужащих. Общие понятия о «Праве войны».		1
<b>Раздел 7. Военнослужащий – вооруженный защитник Отечества.</b>		<b>10</b>	
Тема 7.1. Основные виды воинской деятельности и их особенности.	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	Основное предназначение и обусловленность воинской деятельности военнослужащего.	2	1
	<b>Самостоятельная работа:</b> Герои – военнослужащие.	1	1
	<b>Консультация</b>	1	
Тема 7.2. Военнослужащий – специалист своего дела.	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	1
	Военнослужащий – специалист своего дела.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	1
Тема 7.3. Военнослужащий – подчиненный,	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	
	Единоначалие – принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации.		1

исполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Символы воинской чести.	1	1
	<b>Инд.проект</b>	<b>8</b>	
<b>Урок контроля знаний (Дифференцированный зачет)</b>		<b>2</b>	1-3
<b>Всего:</b>		<b>105</b>	

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)

#### **2.4. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»**

1. Методические указания к выполнению практических работ для очной формы обучения.
2. Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся в очной форме обучения.

#### **2.5. Информационное обеспечение, необходимое для освоения дисциплины: Перечень литературы и средств обучения**

3. Колесникова М.А. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / М.А. Колесникова. — 2-е изд. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Научная книга, 2019. — 158 с. — 978-5-9758-1716-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/81000.html>  
Безопасность жизнедеятельности : учебник / под ред. Э.А. Арустамова. - 21-е изд., перераб. и доп. - Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2018. - 446 с. : ил. - (Серия «Учебные издания для бакалавров»). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5\_394-02972-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496098>
4. Основы безопасности жизнедеятельности и первой медицинской помощи [Электронный ресурс] : учебное пособие / Р.И. Айзман [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2017. — 463 с. — 978-5-379-02006-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65283.html> ЭБС "IPRbooks"
5. Основы безопасности жизнедеятельности. Государственная система обеспечения безопасности населения [Электронный ресурс] : учебное пособие / . — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. — 80 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/74270.html> - ЭБС "IPRbooks"
6. Айзман Р.И. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / Р.И. Айзман, Н.С. Шуленина, В.М. Ширшова. — Электрон. текстовые данные. — Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2017. — 247 с. — 978-5-379-02005-7. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/65282.html> - ЭБС "IPRbooks"
7. Занько, Н. Г. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учеб. 17-е изд., стер. / Н.Г. Занько, К.Р. Малаян, О.Н. Русак. — Электрон. дан. — Санкт-Петербург : Лань, 2017. — 704 с. —
8. Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/92617>.
9. Основы безопасности жизнедеятельности: государственная система обеспечения безопасности населения : учебное пособие /. - Омск : Издательство СибГУФК, 2017. - 80 с.

: ил. - Библиогр.: с. 70. ; [Электронный ресурс]. - URL:

<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483417>

10. Беляков, Г. И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях : учебник для СПО / Г. И. Беляков. — 3-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. ЭБС «Лань»
11. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / под ред. Л.А. Муравей. - 2-е изд., перераб. и доп. - Москва : Юнити-Дана, 2015. - 431 с. - ISBN 5-238-00352-8 ; [Электронный ресурс]. –
12. URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=119542>
13. Попович В.А. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.А. Попович, Н.И. Тараканов. — Электрон. текстовые данные. — М. : Московская государственная академия водного транспорта, 2008. — 186 с.- Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/46297.html> - ЭБС "IPRbooks"
14. Хван Т.А. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] Утв. МО/ Т.А. Хван, П.А. Хван. — Электрон. текстовые данные. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2014. — 416 с. (Среднее профессиональное образование). — 978-5-222-21938-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/58974.html> ЭБС "IPRbooks"

Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

15. программный комплекс «Экзаменатор», разработанный Центром информационных технологий МГТУ для обеспечения организации и поддержки процесса тестирования знаний обучающихся ММРК имени И.И. Месяцева ФГБОУ ВО «МГТУ» по любым дисциплинам учебных планов специальностей всех форм обучения;
16. электронный каталог научной, учебной литературы и периодических изданий;
17. виртуальная справочная служба в режиме on-line.

**Перечень лицензионного программного обеспечения и информационных справочных систем:**

Учебный год	Наименование ПО	Сведения о лицензии
2019/2020	Офисный пакет Microsoft Office 2007 Russian Academic OPEN	лицензия № 45676388 от 08.07.2009 (договор 32/224 от 14.0.2009г.)
2019/2020	Антивирус Dr.Web Desktop Security Suite (комплексная защита), Dr.Web Server Security Suite (антивирус)	договор №7236 от 03.11.2017г.



## 2.6. Материально-техническое обеспечение дисциплины:

Таблица 5

№ п/п	Наименование оборудованных учебных кабинетов, лабораторий и др.	Перечень оборудования и технических средств обучения
1.	Кабинет безопасности жизнедеятельности и охраны труда г. Мурманск, пер. Русанова, д. 12, каб. 421	Кабинет оснащен следующим оборудованием:- Основное учебное оборудование: Стенды по дисциплине «Охране труда»: Задачи охраны труда; Основные обязанности работодателя; Виды инструктажей; Пожарная безопасность; Первичные средства пожаротушения, устройство и применение огнетушителей; Химическая безопасность; Осторожно, терроризм, действия при обнаружении взрывчатых веществ, захвате в заложники; Знаки безопасности; Первая помощь при ожогах, отморожениях, отравлениях; Техника иммобилизации; Техника реанимации; Демонстрационные средства индивидуальной защиты органов дыхания: противогазы, тканевая противопыльная маска, респираторы; портативный дыхательный аппарат (ПДА 223), предназначенный для экстренной защиты органов дыхания, зрения и кожи лица человека при выполнении аварийных работ в непригодной для дыхания атмосфере; Средства индивидуальной защиты кожных покровов: костюм химической защиты (зеленый); костюм химической защиты (белый); диэлектрические перчатки; индивидуальный пакет для обработки зараженных участков. Определитель влажности в помещении; Учебный тренажер «Максим» для оказания Первой помощи пострадавшим; Медицинские жгуты; - Дополнительные технические средства обучения, учебное оборудование, средства связи: классная доска для письма мелом – 1 шт.; - Учебная мебель: парты 2-х местные – 24 шт.

## 2.7. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, лабораторных работ, тестирования, выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований и др.

Таблица 6

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
<i>Умения:</i>	
У 1-4	Текущий контроль: Оценка за устный дифференцированный опрос. Оценка за выполнение и защиту практических работ Промежуточный контроль: Оценка за ответ в ходе дифференцированного зачета
У 5-9	Текущий контроль: Оценка за выполнение и защиту практических работ Промежуточный контроль: Оценка за ответ в ходе дифференцированного зачета
<i>Знания:</i>	
З 1-8	Текущий контроль: Оценка за устный дифференцированный опрос. Оценка за выполнение и защиту практических работ Промежуточный контроль: Оценка за ответ в ходе дифференцированного зачета
З 9-17	Текущий контроль: Оценка за устный дифференцированный опрос. Оценка за выполнение и защиту практических работ Промежуточный контроль: Оценка за ответ в ходе дифференцированного зачета

## Ключевые компетенции

Таблица 8

Ключевые компетенции	Показатели оценки уровня сформированности КК	Формы и методы контроля
<b>КК 1. Ценностно-смысловые компетенции</b>	<p>понимать ценность смысла общечеловеческой культуры, науки, производства, религии;</p> <p>уметь ориентироваться в окружающем мире и осознавать свою роль и предназначение;</p> <p>уметь проявлять эмоциональную устойчивость;</p> <p>уметь выбирать цели учебной деятельности, повседневной жизни;</p> <p>уметь выбирать ценностно-смысловые ориентиры для поступков и решений;</p> <p>уметь нести ответственность за</p>	<p>собеседование, опрос, тестирование, творческие работы, реферат и др.</p>

	результаты обучения и совершаемые поступки; уметь принимать решения	
<b>КК 2. Общекультурные компетенции</b>	уважать интересы представителей других народов, религий; проявлять терпимость к другим мнениям и позициям; владеть эффективными способами организации свободного времени; знать и владеть бытовыми навыками; знать основы семейных, социальных, общественных явлений и традиций;	наблюдение за выполнением и организацией коллективной и личной деятельности, реферат
<b>КК 3. Учебно-познавательные компетенции</b>	владеть приемами организации продуктивной учебно-познавательной деятельности: уметь приобретать знания из различных источников; грамотно формулировать образовательный запрос; уметь структурировать и расширять полученные знания; использовать компьютерные технологии для поиска информации и её представления; уметь контролировать образовательный процесс; уметь отыскивать причины явлений, событий; уметь аналитически мыслить; уметь контролировать свою работу; уметь планировать, анализировать свою работу; уметь давать самооценку учебной и познавательной деятельности; уметь самостоятельно выявлять совершенные ошибки, пробелы в знаниях, умениях и навыках; уметь работать самостоятельно; проявлять готовность к самообразованию; владеть функциональной грамотностью: владеть измерительными навыками; уметь использовать вероятностные, статистические методы познания; уметь отличать факты от домыслов	Тест, письменная работа, устный опрос, собеседование, индивидуальная работа и др.
<b>КК 4. Информационно-коммуникативные компетенции</b>	уметь осуществлять поиск, отбор, систематизацию, анализ, обработку и сохранение информации; уметь оценить полезность и	конспектирование, научно-исследовательская деятельность, реферат, устный ответ,

	<p>целенаправленность полученной информации;</p> <p>уметь представлять информацию в различных формах (на рисунках, графиках, таблицах, чертежах, диаграммах и пр.);</p> <p>владеть современными информационными технологиями стандартного программного обеспечения;</p> <p>владеть техническими средствами информации: телевизор, магнитофон, компьютер, принтер, модем, факс, копир и т.п.;</p> <p>владеть информационными технологиями: аудио- видеозапись, электронная почта, СМИ, Интернет;</p> <p>владеть навыками устной и письменной речи;</p> <p>знать языки, способы взаимодействия с окружающими и удаленными событиями и людьми;</p> <p>владеть навыками работы с документами;</p> <p>уметь написать (заполнить) заявление, объяснительную, анкету, опросный лист, тест, письмо и пр.;</p> <p>уметь задавать вопросы;</p> <p>уметь представлять и отстаивать свою точку зрения в диалоге и полилоге;</p> <p>уметь сотрудничать с другими людьми;</p> <p>уметь работать в группе, команде;</p> <p>владеть социальными ролями в коллективе;</p> <p>уметь презентовать себя и свой коллектив</p>	<p>представление презентаций и др.</p>
<p><b>КК 5. Социально-трудовые компетенции</b></p>	<p>владеть этикой гражданско-правовых, трудовых взаимоотношений: выполнение роли гражданина, наблюдателя, избирателя, члена семьи;</p> <p>знать экономико-правовые основы;</p> <p>уметь анализировать социально-экономическую ситуацию, положение рынка труда;</p> <p>знать права и обязанности в области профессионального самоопределения: осознание своей роли в профессиональном пространстве; оценка своих</p>	<p>Наблюдение за выполнением самостоятельной работы, опрос, доклад, сообщение и др.</p>

	<p>профессиональных потребностей и задатков; выбор будущей профессии; построение собственной профессиональной карьеры;</p> <p>обладать навыками рациональной самоорганизации рабочего времени;</p> <p>обладать готовностью к реализации трудовых прав и обязанностей в экономической роли: представителя, потребителя, покупателя, клиента, производителя;</p> <p>уметь действовать с личной и общественной выгодой</p>	
<p><b>КК 6. Компетенции личного самосовершенствования</b></p>	<p>освоить способы физического, духовного, интеллектуального саморазвития;</p> <p>освоить способы эмоциональной саморегуляции и самоподдержки;</p> <p>уметь планировать и организовывать свою деятельность;</p> <p>владеть способами самоопределения и самопознания;</p> <p>владеть способами развития личностных качеств: гуманность, отзывчивость, организованность, ответственность, откровенность, уверенность в себе, самокритичность, корпоративность, рефлексия, эмоциональная устойчивость, креативность мышления и др.;</p> <p>уметь включаться в общественную работу: различные кружки, секции, молодежные объединения и т.д.;</p> <p>владеть медицинскими и санитарными знаниями и навыками (знание и соблюдение норм здорового образа жизни, правил личной гигиены; половой и сексуальной грамотности, умение оказывать первую медицинскую помощь);</p> <p>владеть навыками безопасной жизнедеятельности;</p> <p>знать основы экологии, уметь бережно относиться к окружающей среде</p>	<p>самостоятельная работа урочная и внеурочная, тесты, письменные работы и др.</p>