

приложение к рабочей программе 2. 7  
ОПОП по специальности  
40.02.01 Право и  
организация социального обеспечения

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**  
**БУП.08 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Трудоемкость учебного предмета:  
59 час.

Из них аудиторной нагрузки: 59 часов

в т.ч.

уроки	39
практических занятий	4
самостоятельная работа	20

Составитель программы: Копцев В.М.

Рассмотрено на заседании кафедры общеобразовательных и гуманитарных дисциплин  
Протокол № 1 от 01.09.2022  
Председатель кафедры \_\_\_\_\_ Виниченко Е.П.

Новосибирск, 2022

## Оглавление

1. Пояснительная записка .....	3
2. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». ....	3
3. Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».....	11
4. Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b> 29
5. Материально-техническое обеспечение преподавания предмета «Основы безопасности жизнедеятельности » .....	32

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основании требований ФГОС СОО для реализации образовательной программы 40.02.01 Право и организация социального обеспечения

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в общеобразовательный цикл, подцикл: базовые учебные предметы и читается на первом курсе обучения.

## 2. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

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

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

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

### Личностные:

Формулировка из ФГОС СОО	Уточненный ЛР для предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»
1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);	патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и	проявление гражданской позиции как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего

общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;	чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
3) готовность к служению Отечеству, его защите;	гордость за вклад российских и советских ученых, посвятивших себя служению Отечеству
4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;	сформированность мировоззрения, соответствующему современному уровню
5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;	сформированность основ саморазвития и самовоспитания при выполнении заданий по географии; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности при освоении предмета
6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;	толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям
7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;	навыки сотрудничества со взрослыми в образовательной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;	нравственное сознание и поведение на основе усвоения правил поведения на природе;
9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;	готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию
10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического	эстетическое отношение к миру, включая эстетику научного

творчества, спорта, общественных отношений;	творчества
11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;	принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;	бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей
13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем	осознанный выбор будущей профессии через воспитание любви к природе
14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;	сформированность экологического мышления, на основе изучения экологических факторов, приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни	ответственное отношение к созданию семьи на основе изучения физиологических особенностей подросткового возраста

***Личностные результаты из РПВ:***

Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.	<b>ЛР 9</b>
---	-------------

## Метапредметные:

Формулировка из ФГОС СОО	Адаптированные к ОБЖ МР	Универсальные учебные действия (УУД)	Где реализуется
<p>1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;</p>	<p>умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность;</p>	<p><b>Познавательные:</b> выявлять и характеризовать существенные признаки биологических объектов (явлений); выявлять причинно-следственные связи при изучении биологических явлений и процессов;  <b>Регулятивные:</b> выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях;</p>	<p>На ПЗ  На СР, лекциях</p>
<p>2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;</p>	<p>умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения; в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения; уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;</p>	<p>На лекциях, ПЗ</p>
<p>3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач,</p>	<p>владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и</p>	<p><b>Познавательные:</b> использовать вопросы как исследовательский инструмент познания; формировать гипотезу об истинности собственных суждений и суждений других, аргументировать свою позицию, мнение;</p>	<p>На ПЗ</p>

<p>применению различных методов познания;</p>	<p>готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;</p>	<p>проводить по самостоятельно составленному плану опыт, несложный биологический эксперимент, небольшое исследование по установлению особенностей биологического объекта изучения, причинно-следственных связей и зависимостей биологических объектов между собой; публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта);</p>	
<p>4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;</p>	<p>4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;</p>	<p><b>Познавательные:</b> выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления; самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;</p>	<p>На ПЗ, СР</p>
<p>5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и</p>	<p>умение использовать средства ИКТ в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены,</p>	<p><b>Коммуникативные:</b> публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта) с использованием средств ИКТ; самостоятельно выбирать формат выступления с учетом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним</p>	<p>На ПЗ, СР</p>

этических норм, норм информационной безопасности	ресурсосбережения, этических норм, норм информационной безопасности	составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов;	
6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;		<p><b>Познавательные:</b> выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;</p> <p><b>Коммуникативные:</b>  понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;</p>	На ПЗ, СР
7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;	умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;	<p><b>Регулятивные:</b> самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений; делать выбор и брать ответственность за решение; осознанно относиться к другому человеку, его мнению;</p>	На ПЗ
8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;	умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения	<p><b>Коммуникативные:</b> выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах; сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций; публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта);</p>	На уроках, ПЗ, СР



<p>9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.</p>	<p>владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований,</p>	<p><b>Регулятивные:</b> владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;</p>	<p>самооценка выполненных тестовых заданий, биологических задач.</p>
--	--	--	--

## **Предметные результаты по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»**

требования к предметным результатам освоения базового курса основ безопасности жизнедеятельности должны отражать:

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

2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

5) знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);

7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

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

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

10) знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;

11) знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

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

### 3. Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

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

##### 1.1 Введение. Здоровье и здоровый образ жизни

*Учебные вопросы.*

1. Составляющие здорового образа жизни.
2. Основные элементы жизнедеятельности человека и их рациональное сочетание.
3. Значение режима труда и отдыха для здоровья человека, развития его физических и духовных качеств.

*Цель.* По окончании изучения темы учащиеся должны иметь представление о здоровом образе жизни и его составляющих.

*Основное содержание урока.*

Понятие о здоровом образе жизни. Потребность человека в здоровом образе жизни. Составляющие здорового образа жизни. Личная заинтересованность каждого человека в здоровом образе жизни.

Основные элементы жизнедеятельности человека. Рациональное питание. Умственная и физическая нагрузка. Умственное утомление и переутомление. Причины и признаки переутомления.

Понятие о режиме. Принципы режима труда и отдыха. Элементы режима труда и отдыха. Периодичность труда и отдыха. Активный отдых дома и на природе. Влияние активного отдыха на здоровье.

Сон как элемент жизнедеятельности человека. Оптимальная продолжительность сна. Факторы, влияющие на спокойный глубокий сон. Режим сна. Правила подготовки ко сну

*Заключение.* Повторите основные моменты и проверьте, как понята тема.

*Контрольные вопросы.*

1. Дайте свое определение здорового образа жизни. Назовите составляющие здорового образа жизни.

Что является основой здорового образа жизни? 1. Какие функции выполняет питание в жизнедеятельности человека? 5. В каком случае достигают полноценного, разнообразного и сбалансированного питания. 6. Что такое режим питания и каким он должен быть. 7. Что входит в физическую и умственную нагрузку для школьников старших классов? 8. В чем является умственное утомление человека? 9. Когда утомление может перейти в переутомление? Каковы причины переутомления? 10. Какое время суток наиболее благоприятно для любой работы? 11. В какие часы у человека отмечается наиболее высокий уровень работоспособности? 12. Почему необходимо беречь свой сон? 13. Какое значение для здоровья имеет сон? Что способствует быстрому засыпанию и глубокому сну?

## **1. 2 Основные инфекционные заболевания и их профилактика**

*Учебные вопросы.*

1. Классификация микроорганизмов и инфекционных заболеваний.
2. Возникновение и распространение инфекционных заболеваний.
3. Иммуитет и иммунная реакция организма.
4. Профилактика инфекционных заболеваний.
5. Наиболее характерные инфекционные заболевания и их профилактика.

*Цель.* По окончании изучения темы учащиеся должны иметь представление об основных инфекционных заболеваниях и способах профилактики.

*Основное содержание уроков.*

Классификация микроорганизмов, влияющих на организм человека: сапрофиты, условно патогенные микробы, болезнетворные микробы. Понятие об инфекционном заболевании. Классификация инфекционных заболеваний в зависимости от механизма передачи заразного начала. Группы инфекционных заболеваний (кишечные инфекции, инфекции дыхательных путей, кровяные инфекции, зоонозные инфекции, контактно-бытовые инфекции).

Признаки инфекционного заболевания. Понятие об инкубационном периоде. Периоды и продолжительность инфекционных заболеваний.

Возникновение инфекционных заболеваний. Понятие об эпидемии и о пандемии. Понятие о бациллоносителе. Виды передачи инфекции (фекально-оральный, воздушно-капельный, жидкостный, контактно-бытовой). Переносчики зоонозных инфекций. Схема передачи возбудителей болезни.

Понятие об иммунитете. Понятие об антителах. Иммунная реакция организма. Причины снижения сопротивляемости организма. Органы иммунной системы человека. Разновидности иммунитета. Наследственный иммунитет. Естественно и искусственно приобретенный иммунитет, их формирование и продолжительность.

Необходимость профилактики инфекционных заболеваний. Элементы общей эпидемиологической цепи. Больной человек или животное как первый элемент эпидемиологической цепи. Выявление больных инфекционными заболеваниями. Второй элемент эпидемиологической цепи — механизм передачи инфекции. Профилактические мероприятия, разрушающие механизмы передачи инфекции и ее распространения. Личное отношение человека к профилактике инфекционных заболеваний как элемент общей эпидемиологической цепи. Особенности возникновения инфекционных заболеваний в коллективах (группах) и меры профилактики. Понятие о карантине, его цели и продолжительность.

Наиболее характерные инфекционные заболевания и меры их профилактики (дизентерия, инфекционный гепатит, ботулизм, пищевые токсикоинфекции, грипп, краснуха, скарлатина, свинка и др.).

*Заключение.* Повторите основные моменты и проверьте, как понята тема.

### *Контрольные вопросы.*

1. Расскажите, на какие виды подразделяют микроорганизмы по их влиянию на организм человека. 2. Назовите группы инфекционных заболеваний и дайте их характеристику. 3. Какие защитные барьеры охраняют организм человека от проникновения возбудителей инфекции? 4. Объясните, что представляет собой инкубационный период инфекционного заболевания. 5. Назовите источники инфекционных заболеваний. 6. Какие существуют способы передачи инфекционного заболевания? 7. Что такое иммунитет с логической точки зрения? Назовите его разновидности. 8. Назовите три элемента общей эпидемиологической цепи, на которые необходимо воздействовать, чтобы предотвратить распространение инфекционных заболеваний. 9. В чем заключается профилактика инфекционных заболеваний? 10. Источником какого инфекционного заболевания могут служить консервированные в домашних условиях мясо, рыба, грибы? 11. Расскажите о самом распространенном инфекционном заболевании верхних дыхательных путей — гриппе. Что является возбудителем гриппа, источником заболевания? Назовите меры по профилактике гриппа. 12. У переболевших какими инфекционными заболеваниями иммунитет сохраняется! на всю жизнь?

### **1.3 Вредные привычки**

#### *Учебные вопросы.*

1. Употребление табака и его влияние на организм человека.
2. Употребление алкоголя и его влияние на здоровье человека.
3. Наркомания и токсикомания.

*Цель.* По окончании изучения темы учащиеся должны иметь представление о факторах, разрушаю здоровье человека.

#### *Основное содержание уроков*

*Урок по первому учебному вопросу темы.* Понятие табакокурения. Опасность табачного дыма для здоровья человека. Никотин и его опасность. Признаки отравления никотином. Вредное влияние угарного газа. Три стадии никотиновой зависимости. Воздействие табачного дыма на легочную и сердечно-сосудистую системы, на детородную функцию женского организма. Понятие о пассивном курении. Последствия пассивного курения. Рекомендации тем, кто хочет бросить курить

*Заключение.* Повторите основные моменты и проверьте, как понята тема.

#### *Контрольные вопросы по первому учебному вопросу темы.*

1. Назовите и охарактеризуйте вредные привычки, разрушающие здоровье человека. 2. Какие компоненты содержит табачный дым? Как они воздействуют на организм? 3. Назовите три стадии никотиновой зависимости и коротко охарактеризуйте каждую из них. 4. Какое влияние оказывает табачный дым на организм девушки (женщины)? 5. Кто такие пассивные курильщики? Какому риску они подвергаются? Понятие об алкоголе. Злоупотребление алкоголем как социальная проблема. Разрушающее действие алкоголя на системы и органы человека. Разрушающее действие

алкоголя на ткани. Влияние этилового спирта на печень. Влияние алкоголя на железы внутренней секреции. Воздействие алкоголя на головной мозг. Систематическое употребление алкоголя и социальная деградация личности. Алкогольное отравление и его признаки. Какие признаки характерны для алкоголизма.

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

### **2.1 РСЧС**

*Учебные вопросы.*

1. Предназначение и задачи РСЧС по защите населения от чрезвычайных ситуаций.
2. Структура РСЧС.
3. Права и обязанности граждан в области защиты чрезвычайных ситуаций.

*Цель.* По окончании изучения темы учащиеся должны иметь представление об организации и о функционировании Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

*Основное содержание урока.*

Причины создания Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Основные цели и задачи РСЧС. Уровни (федеральный, региональный, местный, объектовый) и подсистемы (территориальная, функциональная) РСЧС, их назначение. Координирующие органы управления РСЧС и их структура. Постоянно действующие органы управления РСЧС и их структура. Силы и средства РСЧС и их структура.

Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций, определенные Федеральным законом «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

*Заключение.* Повторите основные моменты и проверьте, как понята тема.

*Контрольные вопросы.*

1. С какой целью создана Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)?
2. Назовите основные задачи РСЧС.
3. Из каких подсистем и уровней состоит РСЧС?
4. Какие функциональные подсистемы вы знаете?
5. Какой орган координирует деятельность РСЧС на федеральном уровне?
6. Назовите координирующие органы РСЧС на региональном, территориальном, местном и объектовом уровнях.
7. Назовите постоянно действующие органы управления РСЧС на федеральном, региональном, территориальном, объектовом и местном уровнях.
8. Какие силы и средства объединяют РСЧС? Из чего они состоят?
9. Каким федеральным законом определены права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций?
10. Какие права имеют граждане

России в области защиты от чрезвычайных ситуаций? 11. Какие обязанности возложены на граждан России в области защиты от чрезвычайных ситуаций?

## **2.2 Гражданская оборона**

*Учебные вопросы.*

1. Предназначение и задачи гражданской обороны.
2. Структура и органы управления гражданской обороны.
3. Организация защиты учащихся общеобразовательных учреждений от чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время.

*Цель.* По окончании изучения темы учащиеся должны иметь представление:

а) об организации гражданской обороны, о ее структуре, задачах и органах управления;

б) об организации защиты учащихся от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени

*Основное содержание урока.* Гражданская оборона, история ее создания. Предназначение и задачи гражданской обороны. Организация гражданской обороны на территории Российской Федерации. Структура и органы управления гражданской обороны. Организация управления гражданской обороны. Министерство образования Российской Федерации как функциональная подсистема РСЧС и его основные задачи в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время. Структура и органы управления по делам гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям в общеобразовательном учреждении. Примерное содержание планов действий по упреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций в мирное время. Особенности плана гражданской обороны общеобразовательного учреждения. Обязанности учащихся в области гражданской обороны.

*Заключение.* Повторите основные моменты и проверьте, как понята тема.

*Контрольные вопросы.*

1. Расскажите об истории создания в нашей стране системы гражданской обороны.
2. Назовите основные задачи гражданской обороны.
3. Назовите органы управления по делам гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям на федеральном, региональном, территориальном и объектовом уровнях.
4. Выполнение, каких задач в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций возложено на общеобразовательные учреждения?
5. Расскажите о структуре объектового звена РСЧС — общеобразовательного учреждения.
6. Какие планы по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций разрабатывают в образовательных учреждениях?
7. Перечислите обязанности учащихся в области гражданской обороны.

## **2.3 Правила безопасного поведения при теракте**

*Учебные вопросы.*

1. Правила безопасного поведения на улице и в общественных местах.

2. Правила безопасного поведения в общественном и на железнодорожном транспорте.

3. Правила безопасного поведения в доме.

*Цель.* По окончании изучения темы учащиеся должны знать основные правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера.

*Основное содержание урока.*

*Практическая часть.* Обсуждение с обучающимися наиболее опасных ситуаций криминогенного характера на улице, в общественных местах (магазины, кафе, рынки), в общественном транспорте, на железнодорожном транспорте, в подъезде дома, в лифте. Отработка навыков безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью.

*Заключение.* Повторите основные моменты и проверьте, как понята тема.

*Контрольные вопросы.*

1. Какие правила безопасного поведения необходимо соблюдать во время прогулки по улице? 2. Какие меры безопасности вы примете, возвращаясь, домой поздно вечером? 3. Как вы будете действовать, если вам покажется, что вас преследуют? 4. Перечислите правила безопасного поведения в общественных местах. 5. В чем заключается криминогенная опасность общественного транспорта? Какие меры безопасности необходимо соблюдать при пользовании им? 6. В чем заключаются особенности безопасного поведения при поездке на железнодорожном транспорте? 7. Какие опасные ситуации могут возникать в подъезде дома? Какие правила безопасного поведения необходимо соблюдать при входе в подъезд и в квартиру? 8. Как вы будете действовать, если в подъезде увидели подозрительного человека? 9. Какие меры безопасности необходимо соблюдать в лифте?

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

### **3.1 История создания Вооруженных Сил России**

*Учебные вопросы.*

1. История создания Вооруженных Сил России.

2. Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск, история их создания и предназначение.

3. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил.

4. Другие войска, их состав и предназначение с учетом концепции государственной политики России по военному строительству.

*Цель* По окончании изучения темы учащиеся должны иметь представление о структуре, функциях и задачах Вооруженных Сил Российской Федерации и их роли в системе обеспечения национальной безопасности страны.

*Основное содержание уроков.*



Урок по первому учебному вопросу (1 час). Организация вооруженных сил Московского государства XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I в первой четверти XVIII века, создание регулярной армии и флота. Военные реформы 1860—1870 под руководством военного министра Д. А. Милютин, их особенности. Военные реформы в России 1912 годах и их особенности.

Создание Советских Вооруженных Сил, их структура предназначение. Создание Вооруженных Сил Российской Федерации в 1992 году.

*Заключение.* Повторите основные моменты и проверьте, как понята тема.

*Контрольные вопросы по первому учебному вопросу темы.*

Назовите наиболее известные военные реформы, проведенные в России. 2. В чем заключалась военная реформа Ивана Грозного?

С какой целью была проведена реформа армии при Петре I? 4. Какими причинами были вызваны военные реформы в России во второй половине XIX века?

### **3.2 Военнослужащий – защитник своего Отечества.**

*Учебные вопросы*

Понятие о Вооруженных Силах. Виды Вооруженных Сил и рода войск. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Ракетные войска стратегического назначения. История их создания, предназначение, уровень боеготовности, вооружение.

Сухопутные войска. История их создания, предназначение и задачи. Рода войск, входящие в Сухопутные войска. Мотострелковые войска — их структура и назначение. Танковые войска — главная ударная сила Сухопутных войск, их назначение и оснащение. Ракетные войска и артиллерия, их назначение и вооружение. Войска противовоздушной обороны, их назначение. Армейская авиация и ее предназначение.

Военно-воздушные Силы (ВВС). История их создания и предназначение. Классификация авиации в соответствии с боевыми задачами и характером действия Вооружение ВВС.

Военно-Морской Флот (ВМФ). История его создавая и предназначение. Рода сил, входящие в ВМФ (надводные, подводные, морская авиация, береговые, ракетно-артиллерийские войска, морская пехота). Состав ВМФ (флоты, флотилия, военно-морская база).

Воздушно-десантные войска (ВДВ) как род войск, их предназначение, состав и вооружение. Основные боевые свойства ВДВ

Тыл Вооруженных Сил. История создания, предназначение и задачи. Состав Тыла Вооруженных Сил. Специальные войска Тыла Вооруженных Сил.

Специальные войска, их предназначение и подчинение. Состав специальных войск Вооруженных Сил. Инженерные войска, их предназначение и задачи. Войска связи и их предназначение. Войска радиационной, химической и биологической защиты, их состав и предназначение.

*Заключение.* Повторите основные моменты и проверьте, как понята тема.

*Контрольные вопросы по второму учебному вопросу темы.*

1. Дайте определение Вооруженных Сил, назовите их состав и предназначение. 2. Какие качества характерны для Ракетных войск стратегического назначения? 3. Дайте определение Сухопутных войск и назовите их состав. 4. Коротко охарактеризуйте рода войск, входящие в Сухопутные войска. 5. Какие задачи возлагают на Военно-воздушные Силы? 6. Расскажите о предназначении и составе Военно-Морского Флота. 7. Для каких целей существует Тыл Вооруженных Сил? Какие звенья входят в его систему? 8. Назовите состав специальных войск и охарактеризуйте их

### **3.3 Как стать офицером Российской армии.**

*Учебные вопросы*

Понятие об обороноспособности государства. Правовые основы организации обороны и обеспечения безопасности личности, общества и государства. Федеральный закон «Об обороне». Понятие об обороне. Вооруженные Силы как государственная военная организация. Закон Российской Федерации «О безопасности». Понятие о безопасности. Основные функции системы безопасности. Силы обеспечения безопасности. Руководство и управление Вооруженными Силами. Предназначение Вооруженных Сил.

Военная реформа, проводимая в настоящее время, щели и содержание. Направления, по которым проводится военная реформа. Государственные программы в рамках проводимой военной реформы. Этапы сведения военной реформы.

*Заключение.* Повторите основные моменты и проверьте, как понята тема.

*Контрольные вопросы по третьему учебному вопросу темы.*

1. Что понимают под обороноспособностью государства? 2. Какие меры включает в себя организация обороны? 3. Какая организация составляет основу обороны страны, и кто может быть привлечен к обороне? Каковы основные функции системы безопасности России? Какие силы включает в себя эта система? Для чего предназначены Вооруженные Силы Российской Федерации? 6. По каким направлениям планируется проведение военной реформы?

### **3.4 Боевые традиции Вооруженных Сил России.**

*Учебные вопросы.*

1. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества.

2. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений.

*Цель.* По окончании изучения темы учащиеся должны иметь представление о боевых традициях Вооруженных Сил Российской Федерации.

*Основное содержание уроков.*

*Урок по первому учебному вопросу.* Понятие о боевых традициях. Дни славных побед в истории России. Важнейшие боевые традиции Российских Вооруженных Сил. Понятие о героизме и мужестве. Примеры из военной истории России о героизме и мужестве, проявленными российскими воинами на полях сражений. Понятие о воинской доблести и воинской чести.

Примеры из военной истории о выполнении воинского долга российскими воинами.

*Заключение.* Повторите основные моменты и проверьте, как понята тема.

*Контрольные вопросы по первому учебному вопросу темы.*

1. Дайте определение боевых традиций Вооруженных Сил и назовите главные из них. 2. Коротко расскажите об основных боевых традициях. 3. Приведите примеры из литературы, фильмов, реальной жизни, повествующие о воинских традициях России. 4. Что такое героизм и на чем он основан? 5. Какие качества характерны для мужества воина? 6. Что лежит в основе воинской доблести?

### **3.5 Символы воинской чести.**

*Учебные вопросы.*

1. Боевое Знамя воинской части символ воинской чести, доблести, славы.

2. Ордена— почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

3. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

*Цель.* По окончании изучения темы учащиеся - должны иметь представление о символах

воинской чести: Боевом Знамени воинской части, орденах и медалях, ритуалах боевой, учебно-боевой и повседневной деятельности Вооруженных Сил.

*Основное содержание урока.*

Историческая справка о боевых знаменах. Продление Боевого Знамени воинской части. Хранение Боевого Знамени воинской части в условиях повседневной деятельности и его охрана.

Историческая справка о государственных наградах в России. Ордена и медали как государственные награды. Система государственных наград в Российской Федерации с 1994 года. Наименования орденов и медалей. Присвоение звания Героя Российской Федерации, его статус.

Понятие о воинских ритуалах. Виды воинских ритуалов: боевой, учебно-боевой и повседневной деятельности. Ритуал приведения к военной присяге, порядок его проведения. Ритуал вручения военнослужащим вооружения и военной техники, порядок его проведения. Ритуал проводов в запас или в отставку.

*Заключение.* Повторите основные моменты и проверьте, как понята тема.

*Контрольные вопросы.*

1. Что такое Боевое Знамя воинской части? 2. Кот да появились первые знамена и для каких целей они предназначались? 3. Каким образом хранят Боевое Знамя в условиях повседневной жизнедеятельности части? 4. Какие ордена были учреждены в дореволюционной России для награждения за воинские и другие отличия? 5. Для награждения, какой категории — военнослужащих, и за какие заслуги предназначен орден Святого Георгия? 6. Каким актом регламентировали наградная система Российской Федерации в настоящее время? 7. Какие государственные награды учреждены в Российской Федерации? 8. Какие награды дореволюционной России и СССР сохранены в наградной системе Российской Федерации? 9. Что понимают под воинскими ритуалами? 10. Какую роль выполняют воинские ритуалы в жизни военнослужащим? 11. На какие виды могут быть подразделены воинские ритуалы? 12. Почему ритуал приведения к военной присяге — один из наиболее важных в Вооруженных Силах Российской Федерации?

### **3.6 Психологические основы подготовки к военной службе.**

#### *Учебные вопросы*

1. Призыв на военную службу как стрессовая ситуация.
2. Личность и социальная роль военного человека.
3. Психологические свойства в структуре личности.
4. Слухи и искаженная информация.
5. О морально-этических качествах военнослужащих.
6. Чувства личности и военная служба.
7. Самовоспитание и самосовершенствование личности.
8. Психическое саморегулирование и самоанализ.

*Цель.* По окончании изучения темы учащиеся должны иметь представление о психологических аспектах, связанных с подготовкой к военной службе в Вооруженных Силах.

#### *Основное содержание уроков*

Стрессовая ситуация в ожидании призыва в Вооруженные Силы. Стресс и дистресс. Практические советы по подготовке к любому стрессовому состоянию.

Понятие и оценка личности. Социальная позиция и ее характеристика. Перестройка личности под влиянием новой социальной роли.

Направленность личности и мировоззрение. Факторы, влияющие на мировоззрение человека. Характеристика мировоззрения молодых людей. Принципы совершения проступков и преступлений в условиях армейской службы.

Слухи и искаженная информация о службе в Вооруженных Силах. Психологические закономерности распространения слухов. Мотивы для распространения слухов и искаженной информации.

Морально-этические качества военнослужащего: совесть, честь, достоинство. Формы их проявления.

Понятие чувства с точки зрения психологии. Чувство патриотизма, морально-нравственные, волевые и физические качества у военнослужащих. Самовоспитание и самосовершенствование личности молодого человека при

подготовке к службе в Вооруженных Силах. Необходимость управления своим психическим состоянием. Качества личности: ум, чувство и воля. Сущность личности и ее проявление.

Психическое саморегулирование и его цели. Методы психического саморегулирования. Способы саморегуляции и самоанализа.

#### *Контрольные вопросы*

1. Что такое дистресс и стресс, какая между ними разница?
2. Каким образом можно подготовиться к стрессогенному событию или ситуации?
3. Назовите наиболее характерные признаки стрессового состояния.
4. Что нужно делать, чтобы справиться со стрессом?
5. Как вы понимаете термин «сильная личность»?
6. Что такое социальная позиция?
7. Какие показатели характеризуют социальную позицию?
8. Каким образом под влиянием новой социальной роли может произойти перестройка личности?
9. Что вы понимаете под направленностью личности?
10. Что такое мировоззрение?
11. Как можно характеризовать мировоззрение современных молодых людей?
12. По каким причинам молодые люди в армии чаще всего совершают проступки и преступления?
13. Какие типы слухов вы знаете?
14. Какие из слухов наиболее опасны и почему?
15. В чем заключаются психологические закономерности распространения слухов?
16. Какие мотивы для распространения слухов выделяют специалисты?
17. Как вы понимаете такое морально-нравственное качество, как совесть?
18. Назовите известные вам формы проявления совести.
19. Какие еще морально-нравственные качества вы знаете?
20. В чем прежде всего проявляется воинская честь и каких качеств требует это от военнослужащих?
21. Что понимает психология под чувствами, и в каком виде они переживаются?
22. Как с позиций психологии можно определить чувство патриотизма?
23. Что вы понимаете под высокими морально-нравственными, волевыми и физическими качествами?
24. Как вы понимаете термины «самовоспитание» и «само-совершенствование»?
25. Какие качества личности вы считаете основными?
26. Каким образом человек может развить свой ум, чувства и волю?
27. В чем состоит суть личности и как она проявляется?
28. Что такое психическое саморегулирование?
29. Для каких целей может быть использовано психическое саморегулирование?
30. Назовите наиболее распространенные методы психического саморегулирования.
31. Какие еще методы и способы самоизучения и самопознания вы знаете?

### **3.7 Определение правовой основы военной службы**

#### *Учебные вопросы*

1. Правовые аспекты военной службы.
2. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.
3. Военная присяга — клятва воина на верность Родине.
4. Прохождение военной службы по призыву.
5. Прохождение военной службы по контракту.
6. Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации.
7. Права и ответственность военнослужащих.

*Цель.* По окончании изучения темы учащиеся должны знать особенности прохождения военной службы.

### **Урок по первому учебному вопросу**

Формы реализации гражданами воинской обязанности, предусмотренные законодательством Российской Федерации. Вопросы военной службы в Конституции Российской Федерации. Основные законодательные и нормативные правовые акты, регулирующие вопросы обороны и военного строительства. Закон Российской Федерации «О безопасности». Закон Российской Федерации «Об обороне». Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 1992 г. «О создании Вооруженных Сил Российской Федерации». Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе». Федеральный закон «О статусе военнослужащих». Структура и содержание льгот военнослужащим, проходящих военную службу по призыву.

*Заключение.* Повторите основные положения урока и проверьте, как понята тема.

### **Контрольные вопросы**

1. Что понимают под воинской обязанностью? 2. В каких случаях гражданин России имеет право на замену военной службы альтернативной гражданской службой? 3. Какие законодательные и нормативные правовые акты регламентируют в Российской Федерации вопросы обороны и военного строительства? 4. Что в соответствии с законом Российской Федерации «О безопасности» относится к основным объектам безопасности? 5. Какие принципы строительства Вооруженных Сил закреплены в Указе Президента Российской Федерации «О создании Вооруженных Сил Российской Федерации» от 7 мая 1992 г.? 6. Каким законом определено содержание воинской обязанности граждан и регламентированы вопросы организации воинского учета, подготовки граждан к военной службе, порядок Призыва на военную службу и сроки ее прохождения? 7. Каким законом определены права и свободы военнослужащих? 8. Какие льготы установлены для солдат, матросов, сержантов и старшин, проходящих службу по призыву?

**3.8 Общевоинские уставы** — нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих.

#### *Учебные вопросы*

Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ, Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил РФ, Дисциплинарный устав Вооруженных Сил РФ, Строевой устав Вооруженных Сил РФ, их предназначение и основные положения.

Военная присяга – основной и нерушимый закон воинской службы. История принятия военной присяги в России. Текст военной присяги. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге. Значение военной присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга.

*Заключение.* Повторите основные положения урока и проверьте, как понята тема.

#### *Контрольные вопросы*

1. Что включают в себя общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации? 2. Какие вопросы регламентирует Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации? 3. Каким уставом определены предназначение, порядок организации и несения гарнизонной и караульной служб, права и обязанности должностных лиц гарнизона и регламентированы гарнизонные мероприятия? 4. Какие стороны военной службы определены Дисциплинарным уставом Вооруженных Сил Российской Федерации? 5. Для каких целей предназначен Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации? 6. В каком документе впервые был регламентирован обряд клятвы на верность князю? 7. Какое значение придавал Петр I ритуалу приведения к военной присяге? 8. Какие ограничения существуют для военнослужащих, не принявших военную присягу? 9. Расскажите о содержании военной присяги и порядке приведения к ней.

### **3.9 Статус военнослужащего.**

#### *Учебные вопросы*

Общегражданские права и свободы для военнослужащих. Права и свободы военнослужащих, обусловленные спецификой военной службы.

Дисциплинарная ответственность военнослужащих. Виды дисциплинарных взысканий. Порядок наложения дисциплинарных взысканий. Принципы наложения дисциплинарных взысканий.

Административная ответственность военнослужащих. Понятие об административном правонарушении. Виды административных взысканий, предусмотренные действующим законодательством. Особенности ответственности военнослужащих за административные правонарушения.

Материальная ответственность военнослужащих. Понятие о материальной ответственности и материальном ущербе. Порядок привлечения военнослужащих к материальной ответственности.

Уголовная ответственность военнослужащих за совершение общеуголовных преступлений. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.).

*Заключение.* Повторите основные положения урока и проверьте, как понята тема.

#### *Контрольные вопросы*

1. Какими законодательными и нормативными правовыми актами определено правовое положение военнослужащих? 2. Что такое статус военнослужащих? 3. Какие общегражданские права и свободы имеют военнослужащие? 4. При каком условии допускается ограничение при реализации этих прав и свобод в отношении военнослужащих? 5. Какими правами, обусловленными спецификой военной службы, наделены военнослужащие? 6. За какие проступки военнослужащие несут дисциплинарную ответственность? 7. Какие дисциплинарные взыскания могут быть наложены на солдат, матросов, сержантов и старшин, проходящих военную службу по призыву? 8. В какие сроки командир должен принять

решение о привлечении военнослужащего к дисциплинарной ответственности? 9. С учетом каких обстоятельств должны накладываться дисциплинарные взыскания? 10. В каких случаях строгость дисциплинарного взыскания увеличивают? 11. Что называют административным взысканием? 12. Какие виды административных взысканий предусмотрены российским законодательством? 13. Какие органы и должностные лица могут применять административные взыскания? 14. Какие особенности существуют при привлечении к административной ответственности военнослужащих? 15. Что понимают под материальной ответственностью военнослужащих? 16. В чем состоит основное назначение материальной ответственности? 17. В каком случае при нанесении материального ущерба военнослужащий не несет материальной ответственности? 18. В каких размерах денежных взысканий применяют материальную ответственность в отношении военнослужащих? 19. Какие преступления относят к общеуголовным? 20. На какие группы подразделяют преступления против военной службы? 21. Какие уголовные наказания предусмотрены за совершение общеуголовных преступлений и преступлений против военной службы?

### **3.10 Призыв на военную службу.**

#### *Учебные вопросы*

Порядок освобождения граждан от военной службы и представления отсрочек. Порядок и организация призыва граждан на военную службу. День начала и окончания военной службы. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.

Основные условия прохождения военной службы по контракту. Сроки военной службы по контракту. Порядок прохождения военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

*Заключение.* Повторите основные положения урока и проверьте, как понята тема.

#### *Контрольные вопросы*

1. Какая категория граждан подлежит призыву на военную службу? 2. Какие категории граждан освобождают от призыва на военную службу? 3. В каких случаях гражданам предоставляют отсрочку от призыва на военную службу? 4. В какие сроки осуществляют призыв граждан на военную службу? 5. Каким документом определены и в чем заключаются общие обязанности военнослужащих? 6. В каких документах изложены должностные обязанности военнослужащих? Что они определяют? В каких случаях военнослужащие могут выполнять специальные обязанности? 7. Какие категории граждан имеют право заключить контракт о прохождении военной службы? 8. В каком возрасте граждане вправе впервые заключить контракт о прохождении военной службы? 9. Какие условия закреплены в контракте о прохождении военной службы? 10. Какие права приобретают военнослужащие, заключившие контракт о прохождении военной службы?

### **3.11 Дружба, войсковое товарищество**

#### *Учебные вопросы*



Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Важность соблюдения основного требования, относящегося ко всем военнослужащим, — постоянно поддерживать в воинском коллективе порядок и крепкую воинскую дисциплину, воспитывать в себе убежденность в необходимости подчиняться, умение и готовность выполнять свои обязанности, беспрекословно повиноваться командирам и начальникам, при выполнении воинского долга проявлять разумную инициативу.

*Заключение.* Повторите основные положения урока и проверьте, как понята тема.

*Контрольные вопросы*

1. Как вы понимаете принцип единоначалия в военном руководстве? 2. Что такое личная дисциплинированность воина? 3. Какие важные составляющие выделяют в структуре дисциплинированности?

Урок по пятому учебному вопросу

Справка из истории военно-учебных заведений России. Система военного образования (военных образовательных учреждений) Российской Федерации. Типы военных образовательных учреждений профессионального образования Минобороны России. Правила приема в военные образовательные учреждения профессионального образования. Документы, оформляемые для поступления в военно-учебное заведение. Профессиональный предварительный отбор кандидатов для поступления в военно-учебные заведения. Кандидаты, зачисляющиеся в военно-учебные заведения без проверки общеобразовательной подготовки при условии соответствия всем другим требованиям профессионального отбора. Лица, пользующиеся преимущественным правом на зачисление в военно-учебные заведения. Обучение в военно-учебном заведении, присвоение воинского звания.

*Заключение.* Повторите основные положения урока и проверьте, как понята тема.

*Контрольные вопросы*

1. Какие военные образовательные учреждения профессионального образования имеются в Вооруженных Силах Российской Федерации? 2. Какой возраст определен для гражданской молодежи желающей поступить в военно-учебные заведения? 3. Какие документы должны оформить, желающие поступить в военные образовательные учреждения профессионального образования и куда их надо предоставить? 4. По каким направлениям проводят профессиональный отбор кандидатов для поступления в военно-учебное заведение? 5. Какие категории кандидатов принимают на учебу без проверки общеобразовательной подготовки? 6. Кто из кандидатов при наличии положительных оценок на экзаменах может быть зачислен на учебу вне конкурса? 7. Когда заключают контракт о прохождении военной службы с курсантом военно-учебного заведения?

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

## **4.1 Сохранение и укрепление здоровья — важное условие достижения высокого уровня жизни**

### **(Практическая работа)**

*Учебные вопросы.*

1. Основные понятия о здоровье и его составляющих.
2. Влияние окружающей среды на здоровье человека.
3. Сохранение и укрепление здоровья — социальная потребность общества.

*Цель.* По окончании изучения темы учащиеся должны иметь представление о здоровье и факторах, на него влияющих.

*Основное содержание урока.*

Понятие о здоровье. Составляющие здоровья. Духовное и физическое здоровье человека. Индивидуальное и общественное здоровье. Основные критерий здоровья человека. Объективная оценка здоровья человека.

Воздействие факторов окружающей среды на здоровье человека. Физическое воздействие внешней среды. Химические факторы риска. Биологические факторы риска. Социальные факторы риска. Факторы риска психологического характера.

Личная ответственность за сохранение и укрепления здоровья. Потребность человека и общества в здоровье. Здоровье как источник возможностей для достижения жизненных целей. Источники отрицательно воздействия на здоровье в современном обществе.

*Заключение.* Повторите основные моменты и проверьте, как понята тема.

*Контрольные вопросы.*

1. Назовите составляющие здоровья.
2. Расскажите о духовном и физическом здоровье.
3. Как влияет здоровье на жизнедеятельность людей?
4. Какая взаимосвязь существует между индивидуальным и общественным здоровьем?
5. По каким критериям оценивается здоровье человека?
6. Какие факторы воздействия внешней среды влияют на здоровье человека? Назовите основные источники отрицательного воздействия на здоровье в современных условиях.

## **4.2 Оказание реанимационной помощи**

### **(Практическая работа)**

*Учебные вопросы*

1. Понятие о клинической смерти и реанимации.
2. Определение признаков жизни и смерти.
3. Правила и техника проведения прекардиального удара, непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.
4. Первая медицинская помощь при остановке сердца.

*Цель.* По окончании изучения темы учащиеся должны овладеть навыками в приемах проведения непрямого массажа сердца, искусственной вентиляции легких и оказания первой медицинской помощи при остановке сердца.

*Основное содержание уроков*

*Практическая часть.* Снабжение организма человека кислородом. Схема поступления кислорода из легких в кровь. Условия нормального снабжения мозга кислородом. Понятие о клинической смерти и реанимации.

Определение признаков клинической смерти. Объем экстренных реанимационных мероприятий.

Прекардиальный удар в область грудины. Отработка техники нанесения прекардиального удара. Непрямой массаж сердца. Отработка последовательности и техники проведения непрямого массажа сердца. Искусственная вентиляция легких. Отработка последовательности и техники проведения искусственной вентиляции легких.

Причины и признаки остановки сердца. Отработка приемов оказания первой медицинской помощи при остановке сердца.

*Заключение.* Повторите основные положения уроков и проверьте, как понята тема.

#### *Контрольные вопросы*

1. Что понимается под реанимацией? 2. Что может быть использовано в качестве ровной твердой поверхности для размещения пострадавшего при проведении реанимационных мероприятий? 3. В чем заключается смысл прекардиального удара? 4. В какую точку наносится прекардиальный удар? 5. Что делать после нанесения прекардиального удара, если работа сердца не восстановилась? 6. В какой точке должны располагаться ладони оказывающего помощь при проведении непрямого массажа сердца? 7. С какой частотой необходимо надавливать на грудную клетку при проведении непрямого массажа сердца? 8. В каких случаях проводится искусственная вентиляция легких? 9. Каким образом обеспечить проходимость верхних дыхательных путей пострадавшего? 10. Как правильно сделать выдох в легкие пострадавшего? 11. Что необходимо сделать, если при совершении выдоха воздух в легкие пострадавшего не поступает? 12. Назовите причины остановки сердца. 13. Как правильно определяется пульс на сонной артерии? 14. Какие действия выполняются при проведении реанимационных мероприятий пострадавшему при остановке сердца?

### **4.3 Первая помощь при кровотечениях.**

#### *Учебные вопросы*

1. Первая медицинская помощь при кровотечениях.
2. Первая медицинская помощь при ранениях.

*Цель.* По окончании изучения темы учащиеся должны овладеть навыками в приемах оказания первой медицинской помощи при кровотечениях и ранениях.

#### *Основное содержание уроков*

*Теоретическая часть.* Понятие о кровотечениях, Классификация и характеристика кровотечений Причины, вызывающие кровотечения. Характеристика наружного кровотечения. Признаки артериального и венозного кровотечения. Способы временной остановки кровотечения. Капиллярное Кровотечение и способы его остановки.

Характеристика и признаки внутреннего кровотечения. Рекомендации по остановке внутреннего Кровотечения.

Понятие о ране. Классификация и характеристика ран. Повязки, их виды и назначение. Правила наложения повязок.

*Практическая часть.* Отработка приемов и способов временной остановки наружного кровотечения: путем пальцевого прижатия артерий, наложением давящей повязки, наложением жгута и жгута-закрутки, максимальным сгибанием конечности, приданием возвышенного положения поврежденной конечности. Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при большой открытой ране и при незначительных открытых ранениях. Отработка приемов наложения повязок »а различные части тела.

*Заключение.* Повторите основные положения уроков и проверьте, как понята тема.

*Контрольные вопросы*

1. Какое кровотечение называется наружным, а какое внутренним? 2. Назовите признаки сильного наружного артериального и венозного кровотечений. 3. К какому виду можно отнести кровотечение, если кровь из раны вытекает непрерывно, спокойно и имеет темный цвет? 4. Каковы правила оказания первой медицинской помощи при кровотечениях? 5. Какие вам известны способы временной остановки кровотечения? Для каких целей предназначена давящая повязка. 7.Что необходимо сделать с раной перед наложением давящей повязки? 8. В каких местах нужно прижать артерию, чтобы остановить кровотечение? 9. Как правильно наложить жгут при повреждении крупных артериальных сосудов ног и рук? 10. При кровотечении из руки или ноги врачи рекомендуют поднять руку или ногу. Как вы думаете, зачем? 11. Назовите признаки внутреннего кровотечения. 12. Что необходимо делать и какие рекомендации выполнять при внутреннем кровотечении? 13. Как классифицируют раны? 14. Что нужно делать для профилактики загрязнения ран? 15. Назовите последовательность оказания первой медицинской помощи при обширной и незначительной открытой ране.

Дифференцированный зачет.

**4. Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

№ п.п.	Тема занятия	Количество часов	В том числе				ЛР из ФГОС СОО	ЛР из РПВ
			УР	ПЗ	К	СР		
<b>1 семестр</b>								
<b>РАЗДЕЛ 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>		<b>12</b>	<b>6</b>			<b>6</b>	Л9	
1.1	Введение. Здоровье и здоровый образ жизни.	2	2			Л1-15		
1.2	Основные инфекционные заболевания и их профилактика	2	2			Л11-13		
1.3	Вредные привычки	2	2			Л11-13		
<b>Самостоятельные работы:</b>								
	СР 1. Факторы, способствующие укреплению здоровья	2				2 Л11-13		
	СР 2. Компьютерные игры и их влияние на организм человека	2				2 Л11-13		
	СР 3. Стресс и его влияние на организм человека	2				2 Л11-13		
<b>РАЗДЕЛ 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>		<b>10</b>	<b>6</b>			<b>4</b>	Л9	
2.1	РСЧС	2	2			Л1-3,10,13,15		
2.2	Гражданская оборона	2	2			Л1-3,10,13,15		
2.3	Правила безопасного поведения при теракте	2	2			Л1-3,10,13,15		

	<b>Самостоятельные работы:</b>						
	СР 4. Подготовить доклады на темы: РСЧС	2				2	Л1-3,10,13,15
	СР 5. Классификация ЧС	2				2	Л1-3,10,13,15
	<b>РАЗДЕЛ 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>	<b>25</b>	<b>17</b>	<b>2</b>		<b>6</b>	
3.1	История создания Вооруженных Сил России.	2	2				Л1-3,10,13,15
3.2	Военнослужащий – защитник своего Отечества.	2	2				Л1-3,10,13,15
3.3	Как стать офицером Российской армии.	1	1				Л1-3,10,13,15
3.4	Боевые традиции Вооруженных Сил России. Контрольная работа.	2		2	2		Л1-3,10,13,15
	<b>Итого за 1 семестр:</b>	<b>29</b>	<b>17</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	
<b>2 семестр</b>							
3.5	Символы воинской чести.	2	2				Л1-3,10,13,15
3.6	Психологические основы подготовки к военной службе.	2	2				Л1-3,10,13,15
3.7	Определение правовой основы военной службы	2	2				Л1-3,10,13,15
3.8	Общевоинские уставы	2	2				Л1-3,10,13,15
3.9	Статус военнослужащего.	2	2				Л1-3,10,13,15

3.10	Изучение военной техники и специального снаряжения	2	2				Л1-3,10,13,15	
3.11	Дружба, войсковое товарищество	2	2				Л1-3,10,13,15	
	<b>Самостоятельные работы:</b>							
	СР 6.Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества.	2				2	Л1-3,10,13,15	
	СР 7.Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите.	2				2	Л1-3,10,13,15	
	СР 8.Дни воинской славы России – дни славных побед.	2				2	Л1-3,10,13,15	
	<b>РАЗДЕЛ 4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>2</b>		<b>4</b>		Л9
4.1	Сохранение и укрепление здоровья — важное условие достижения высокого уровня жизни	2	2				Л11-13	
4.2	Оказание реанимационной помощи	2		2			Л11-13	
4.3	Первая помощь при кровотечениях. Дифференцированный зачет.	2	2				Л11-13	
	<b>Самостоятельные работы:</b>							
	СР 9.Первая медицинская помощь при травмах	2				2	Л11-13	
	СР10.Основные инфекционные болезни,их профилактика	2				2	Л11-13	
	<b>Итого за 2 семестр:</b>	<b>30</b>	<b>18</b>	<b>2</b>		<b>10</b>		
	<b>Итого:</b>	<b>59</b>	<b>35</b>	<b>4</b>		<b>20</b>		

УР – урок; ПЗ – практические занятия; К – консультации; СР – самостоятельная работа; ИП – индивидуальный проект

## **5. Материально-техническое обеспечение преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

Освоение программы учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» предполагает наличие учебного кабинета, в котором имеется возможность обеспечить свободный доступ в сеть Интернет во время учебного занятия и в период внеучебной деятельности обучающихся (электронным книгам, практикумам, тестам), предусмотрена дистанционная форма (работа через интернет ресурсы, работа в системе дистанционного обучения на обучающей платформе Moodle т.д.).

### ***Оборудование учебного кабинета:***

Для успешного освоения программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» на базе основного общего образования, в учреждении есть учебный кабинет основ безопасности жизнедеятельности.

Оснащение учебного кабинета: аудиторная мебель; рабочее место преподавателя; доска; персональный компьютер с доступом в сеть Интернет;; переносной экран;

Средства индивидуальной защиты: ватно-марлевые повязки, респираторы "Лепесток"; респираторы противогазовые; респираторы противопылевые; противогазы; ОЗК;; АИ-2; ИПП; ППМ;

Приборы: ВПХР; ДП-24;

Средства для оказания ПМП: жгуты, бинты, шины, щит, носилки, сумки санитарные (с укладкой).

Стрелковый тир (в любой модификации, включая электронный) или место для стрельбы - Электронный лазерный стрелковый тренажер:

- винтовка МР-512
- лазерный пистолет со встроенным лазерным излучателем, с зарядным устройством.
- программное обеспечение «Система управления электронным тиром»;
- Макет «Максим»

### ***Технические средства обучения:***

- компьютер с лицензионным программным обеспечением
- скайп
- видео - и мультимедиаресурсы.

***Средства обучения при дистанционной форме*** (нормативно-справочная литература, комплект плакатов, тематических стендов, инструкционные стенды, мультимедийный комплекс. Локальная сеть колледжа, система дистанционного обучения на обучающей платформе Moodle, программное обеспечение общего и профессионального назначения, комплект учебно-методической документации.)

В условиях дистанционного обучения:



- инструктаж и выдача задания производится в форме телеконференции в программе Zoom;
- вся необходимая документация высылается по электронной почте;
- обратная связь и консультации осуществляются в приложении Воцап, Вконтакте и по электронной почте;
- выполненные задания собираются в архив и отправляются на облако;
- дифференцированный зачет осуществляется в форме телеконференции в программе Zoom.

В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» входит **библиотечный фонд**.

В библиотечный фонд входят учебники, учебно-методические комплекты, обеспечивающие освоение учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», рекомендованные или допущенные для использования в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования.

Библиотечный фонд дополнен энциклопедиями, справочниками, словарями, научной и научно-популярной литературой и другой литературой по разным вопросам Основ безопасности жизнедеятельности.

Для выполнения практических заданий студентам необходимо иметь простой и цветные карандаши, линейку, ластик, циркуль, транспортир и калькулятор

### **Информационное обеспечение**

#### **Основная литература:**

- 1) Смирнов А.Т. Основы безопасности 10 кл. Для общеобразовательных учреждений: базовый и проф. уровни/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под. ред. А.Т. Смирнова; Рос. акад. наук, изд-во «Просвещение». -М: Просвещение, 2021
- 2) Смирнов А.Т. Основы безопасности 11 кл. Для общеобразовательных учреждений: базовый и проф. уровни/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под. ред. А.Т. Смирнова; Рос. акад. наук, изд-во «Просвещение». -М: Просвещение, 2021

#### **Дополнительная литература:**

1. Военная доктрина Российской Федерации // Вестник военной информации. – 2020.
2. Дуров В.А.Отечественные награды / В.А.Дуров. — М.: Просвещение, 2013.
3. Дуров В.А. Русские награды XVIII — начала XX в. / В.А.Дуров. – 2-е изд., доп. – М., 2013.
4. Конституция Российской Федерации (действующая редакция).
5. Основы подготовки к военной службе: Кн. для учителя / В.А.Васнев, С.А.Чиненный. — М., 2012.

6. Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С.В.Петров, В.Г.Бубнов. – М., 2012.
7. Семейный кодекс Российской Федерации (действующая редакция).
8. Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: тестовый контроль знаний старшеклассников: 10—11 кл. / А.Т.Смирнов, М.В.Маслов; под ред. А.Т.Смирнова. – М., 2012.
9. Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).
10. Федеральные законы «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 61-ФЗ и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. – М., 1993—2007.

**з) интернет-ресурсы:**

1. 4. <http://theobg.by.ru/index.htm> Нормативные документы, методические материалы по ОБЖ.
2. <http://informic.narod.ru/obg.html> Основы безопасности жизнедеятельности
3. <http://Obj.ru/> Всероссийский научно-исследовательский институт по проблемам гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций
4. <http://anty-crim.boxmail.biz> Искусство выживания
5. <http://www.goodlife.narod.ru> Все о пожарной безопасности
6. <http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь
7. <http://www.spas-extreme.ru> Россия без наркотиков
8. <http://www.gosnadzor.ru> Федеральный центр гигиены и эпидемиологии
9. <http://zdd.1september.ru/> - газета «Здоровье детей»
10. <http://www.km-school.ru/> Мультипортал компании «Кирилл и Мефодий»
11. <http://www.spas-extreme.ru/> Портал детской безопасности
12. <http://b23.ru/hsnc> Учебное пособие по ОСНОВАМ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ.
13. <http://b23.ru/hsb9> Учебные атласы по медицинской подготовке.
14. <http://www.mil.ru> Министерство Обороны
15. <http://www.78.mchs.gov.ru> МЧС Санкт-Петербурга
16. <http://www.alleng.ru/edu/saf3.htm> Книги, пособия по ОБЖ
17. [info@russmag.ru](mailto:info@russmag.ru) Журнал ОБЖ. Основы безопасности жизни
18. <http://kuhta.clan.su> Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»  
<http://www.school-obz.org> Основы безопасности жизнедеятельности.