

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Коротков Сергей Леонидович  
Должность: Директор филиала СамГУПС в г. Ижевске  
Дата подписания: 24.09.2024 15:00:29  
Уникальный программный ключ:  
d3cff7ec2252b3b19e5caaa8cefa396a11af1dc5

Приложение  
к ППСЗ по специальности  
09.02.07 Информационные системы  
и программирование

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОУД .07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
**СПЕЦИАЛЬНОСТИ**

**09.02.07 ИНФОРМАЦИОННЫЕ СИСТЕМЫ И ПРОГРАММИРОВАНИЕ**  
**БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ ПОДГОТОВКИ**

**ГОД НАЧАЛА ПОДГОТОВКИ – 2022**

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ_УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	18
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	19
5. ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ	20

# **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности**

### **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной образовательной программы подготовки специалистов среднего звена (далее – ППСЗ) в соответствии с ФГОС специальности СПО

09.02.07 Информационные системы и программирование.

### **1.2. Место учебной дисциплины в структуре ППСЗ:**

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в общеобразовательный цикл согласно ФГОС среднего общего образования

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

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

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
- 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:

#### **личностных:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства, наркотиков и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

**метапредметных:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности;
- анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;
- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике:
- принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
  
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения

и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения

- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

**предметных:**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
  
- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на

- практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
  - освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
  - владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

В рамках программы учебной дисциплины реализуется программа воспитания, направленная на формирование следующих личностных результатов (дескрипторов):

**ЛР1** Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.

**ЛР10** Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.

**ЛР16** Приобретение обучающимися социально значимых знаний о правилах ведения экологического образа жизни о нормах и традициях трудовой деятельности человека о нормах и традициях поведения человека в многонациональном, многокультурном обществе.

**ЛР20** Ценностное отношение обучающихся к своему здоровью и здоровью окружающих, ЗОЖ и здоровой окружающей среде и т.д.

#### **1.4. Количество часов на освоении программы учебной дисциплины в соответствии с учебным планом (УП):**

максимальной учебной нагрузки обучающегося **-78 часов,**

в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **-78 часов;**

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### Основы безопасности жизнедеятельности

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	78
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	78
в том числе:	
Лекции	60
лабораторные занятия	-
практические занятия	18
контрольные работы	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета семестр	- 2

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	уровень освоения
1	2	3	4
	<b>Содержание учебного материала</b>		
<b>Введение</b>	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО	2	1
<b>Раздел 1</b>	<b>Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>	<b>18</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
<b>Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни.</b>	Изучение общих понятии о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов среды обитания.	4	1
	<b>Практические занятия</b>	6	2
	№ 1. Изучение основных положений организации рационального питания и методов его гигиенической оценки.	2	
	№2. Изучение физиологических норм питания, принятых и дифференцированных для различных групп населения, (для студентов)	2	
	№3. Освоение методики расчета суточного расхода энергии с учетом хронометражных данных, различных видов работ в течение дня. (для студентов)	2	



<b>Тема 1.2.</b> <b>Вредные привычки и их профилактика</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании	4	1
<b>Тема 1.3.</b> <b>Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Репродуктивное здоровье, репродуктивная система. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основы семейного права в Российской Федерации.	4	1
<b>Раздел 2.</b>	<b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	<b>18</b>	
<b>Тема 2.1. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера и их классификация</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	2	1
<b>Тема 2.2.</b> <b>Чрезвычайные ситуации природного характера.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера. (Ураганы, пожары, наводнения) Изучение первичных средств пожаротушения.	4	1
	<b>Практические занятия</b>	2	2
	№4. Первичные средства пожаротушения.		
<b>Тема 2.3.</b> <b>Чрезвычайные ситуации техногенного характера</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и	4	1,2

	др.). Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.		
<b>Тема 2.4.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
<b>Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</b>	История ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Министерство по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации стихийных бедствий (МЧС России) Основные задачи МЧС России. Режимы действия РСЧС. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.	2	1
<b>Тема 2.5.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
<b>Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны.</b>	Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.	2	1
	<b>Практические занятия</b>	2	2
	№5. Первичные средства пожаротушения, назначения, устройства, принципа действия и порядок их использования.		
<b>Раздел 3.</b>	<b>Основы обороны государства и воинская обязанность</b>	<b>20</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
<b>Тема 3.1.</b> <b>История создания Вооруженных Сил России</b>	Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы	4	1,2
<b>Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Виды и рода Вооруженных Сил Российской Федерации, Войска не входящие в виды вооруженных сил. Реформа Вооруженных Сил.	4	1
<b>Тема 3.3. Воинская обязанность</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Обязанности граждан по воинскому учету. Прохождение военной службы по призыву. Прохождение военной службы по	6	1

	контракту. Альтернативная гражданская служба.		
<b>. Тема 3.4. Как стать офицером Российской Армии</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Военные образовательные учреждения профессионального образования, (академии, университеты, институты) Правила приема граждан и военнослужащих в военные образовательные учреждения профессионального образования. Учебные военные центры (военные кафедры) при федеральных государственных образовательных учреждениях высшего профессионального образования.	4	1
<b>Тема 3.5. Символы Воинской чести.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Государственный герб, Государственный флаг, Государственный гимн, Боевое знамя. Военная форма одежды, ордена.	2	1
<b>Раздел 4.</b>	<b>Основы медицинских знаний</b>	<b>20</b>	
<b>Тема 4.1. Общие правила оказания первой помощи</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».	2	1
<b>Тема 4.2. Первая помощь при травмах различных областей тела</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах.	4	1
<b>Тема 4.3. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. . Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.	2	1
<b>Тема 4.4. Первая помощь при ожогах, обморожениях, при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, при отравлениях, отсутствия сознания, при отсутствии кровообращения (остановке сердца)</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Основные признаки теплового удара. Первая помощь при воздействии низких температур. Основные степени отморожений. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Первая помощь при отсутствии сознания. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей	4	1

	<b>Практические занятия</b>	6	
	Практическое занятие №6 Изучение и освоение основных способов проведения искусственного дыхания пострадавшим. Практическое занятие №7 Изучение непрямого массажа сердца. Практическое занятие №8 Применение искусственное дыхание и наружного массажа сердца.		
<b>Тема 4.5. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Беременность и гигиена. Уход за младенцем	2	1

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1—ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
- 2—репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
- 3—продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

### **3 Условия реализации программы дисциплины**

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

Учебная дисциплина Основы безопасности жизнедеятельности реализуется в учебном кабинете №404 «Безопасность жизнедеятельности»

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

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- медицинские аптечки,
- огнетушители порошковые, кислотные,
- Технические средства обучения:
- стрелковый тир
- плац для строевой подготовки
- Робот-тренажер (Гоша 2)

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

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

##### **Основная литература:**

1. Микрюков, В. Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + Приложение: учебник / В. Ю. Микрюков. – Москва: КноРус, 2020. – 290 с. – (СПО). – ISBN 978-5-406-07321-6. – Текст: электронный // Book.ru : электронно-библиотечная система. – URL: <https://book.ru/book/932127> – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

##### **Дополнительная литература**

1. Микрюков, В. Ю. Безопасность жизнедеятельности : учебник / В. Ю. Микрюков. – 10-е изд., перераб. и доп. – Москва : КНОРУС, 2019. – 282 с. – (Среднее профессиональное образование). – ISBN 978-5-406-06523-5. – Текст : электронный // Book.ru : электронно-библиотечная система. – URL: <https://www.book.ru/book/929396>– Режим доступа: для зарегистрированных пользователей.

#### **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических, практических занятий и приёма нормативов, а также сдачи обучающимися дифференцированного зачета.

#### **5. Перечень используемых методов обучения:**

5.1 Пассивные: лекции, опрос, тестирование, контрольная работа.

## **6 Методические рекомендации по организации изучения дисциплины «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

### **6.1 Методические рекомендации преподавателю**

Учебным планом на изучение дисциплины отводится два семестра. Учебная работа проводится в форме аудиторных занятий:

теоретических – 62 часа,

практических занятий – 16 часов

В соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование в целях реализации компетентного подхода предусматривает широкое использование в образовательном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий.

В связи со спецификой проведения занятий по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» все практические занятия, предусмотренные учебным планом и данной рабочей программой, проводятся в активной и интерактивной формах. Обязательным при их проведении являются такие методы работы как:

- обсуждение реальных случаев с наглядной демонстрацией их в кабинете,
- практика-исследование.

Теоретические занятия проводятся в форме интерактивных лекций, лекций-провокаций, лекций-визуализаций. Выбор формы осуществляется по усмотрению преподавателя и сложности восприятия материала студентами.

#### ***Перечень тем занятий, реализуемых в активной и интерактивной формах***

Тема 1. Здоровье и здоровый образ жизни	Интерактивная лекция
Практическое занятие Изучение основных положений организации рационального питания и методов его гигиенической оценки.	Мозговой штурм
Практическое занятие Изучение физиологических норм питания, принятых и дифференцированных для различных групп населения, (для студентов).	Метод анализа конкретных ситуаций

Практическое занятие Освоение методики расчета суточного расхода энергии с учетом хронометражных данных, различных видов работ в течение дня. (для студентов)	Метод анализа конкретных ситуаций
Практическое занятие Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара и пользование первичными средствами пожаротушения.	Метод «Ситуация-упражнение»
Практическое занятие Изучение способов проведения искусственного дыхания пострадавшим.	Мозговой штурм
Практическое занятие Освоение основных способов искусственного дыхания.	Метод «Ситуация-упражнение»
Практическое занятие Наложение повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности	Метод «Ситуация-упражнение»
Практическое занятие Наложение шины на место перелома, транспортировка пораженного	Метод «Ситуация-упражнение»
Практическое занятие Отработка на тренажере прекардиального удара и искусственного дыхания	Метод «Ситуация-упражнение»
Практическое занятие Отработка на тренажере непрямого массажа сердца (Гоша-2)	Метод «Ситуация-упражнение»

На практические занятия выносятся вопросы в соответствии с темами тематического плана дисциплины. Одой из целей практических занятий: закрепление изученного материала. На практических занятиях предлагается решение практических задач.

Самостоятельная работа реализуется:

1. Непосредственно в процессе аудиторных занятий – на теоретических, практических занятиях.
2. В контакте с преподавателем вне рамок расписания – на консультациях по учебным вопросам, в ходе творческих контактов, при ликвидации задолженностей, при выполнении индивидуальных заданий и т.д.
3. В библиотеке, дома, в общежитии при выполнении студентом домашних заданий (учебных и творческих задач).



Для самостоятельной работы студентов предлагается перечень тем рефератов, сообщений, вопросов к дифференцированному зачету, списки учебной литературы, рекомендуемые студентам в качестве основной и дополнительной по соответствующей дисциплине. Это может быть написание доклада, реферата (с последующим их обсуждением). На занятиях студенты учатся грамотно излагать проблемы, свободно высказывать свои мысли и суждения, вести полемику, убеждать, доказывать, опровергать, отстаивать свои убеждения, рассматривают ситуации, способствующие развитию общих компетенций компетентности

Также необходимо побуждение студентов к исследовательской деятельности путем привлечения к участию в олимпиадах по ОБЖ, выступлений на конференциях.

Система контроля знаний и умений включает устные формы

- реферативные сообщения, диспут, блиц-опросы и письменные формы,
- выполнение контрольных и тестовых заданий, рефератов, решения задач. Оценки, полученные студентами во время занятий: активность индивидуальной работы в группах, наличие теоретических знаний, понимание основных понятий, умение применять теоретические знания при решении практических задач, умение мыслить самостоятельно, учитываются при сдаче дифференцированного зачета.

## **6.2 Методические рекомендации для студентов**

Занятия проводятся в соответствии с учебным планом и расписанием, При реализации образовательных технологий используются следующие виды самостоятельной работы:

- изучение материала учебных пособий;
- поиск информации в сети «Интернет» и периодической литературе;
- подготовка реферата и доклада с компьютерной презентацией;
- решение задач.

Для качественного освоения дисциплины студентам необходимо посещать аудиторные занятия. Во время практических занятий студенты решают практические задачи.

Текущий контроль знаний осуществляется в виде:

- письменных домашних заданий;
- подготовки докладов, рефератов, выступлений;
- исследовательских проектов;
- промежуточного тестирования по отдельным темам дисциплины.

Итоговый контроль знаний по дисциплине проводится в виде дифференцированного зачета в устной или письменной форме. Время, которое отводится на подготовку к ответу, составляет 20 минут.

Использование конспектов и учебников во время зачета не допускается.

При необходимости (спорная ситуация) преподаватель может задавать студенту дополнительные вопросы. Помощь в подготовке к

дифференцированного зачета оказывает перечень вопросов, представленный в п. 7.1. При изучении дисциплины рекомендуется использовать Интернет-ресурсы.

Для получения положительной оценки необходимо выполнение восьми практических работ, тестирования по темам и разделам, написание реферата, сдача итогового контроля.

### **7.1 Примерные темы рефератов (докладов), индивидуальных проектов**

- Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
- Взаимодействие человека и среды обитания.
- Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
- Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
- Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.
- Факторы, способствующие укреплению здоровья.
- Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
- Роль физической культуры в сохранении здоровья.
- Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
- Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
- Табакокурение и его влияние на здоровье.
- Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
- Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
- Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
- Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
- Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
- Терроризм как основная социальная опасность современности.
- Космические опасности: мифы и реальность.
- Современные средства поражения и их поражающие факторы.
- Оповещение и информирование населения об опасности.
- Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
- Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
- МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
- Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
- Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.

- Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
- Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
- Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
- Символы воинской чести. • Патриотизм и верность воинскому долгу.
- Дни воинской славы России.
- Города-герои Российской Федерации.
- Города воинской славы Российской Федерации.
- Профилактика инфекционных заболеваний.
- Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
- СПИД — чума XXI века.
- Оказание первой помощи при бытовых травмах.
- Духовность и здоровье семьи.
- Здоровье родителей — здоровье ребенка.
- Формирование здорового образа жизни с пеленок.
- Как стать долгожителем?
- Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.
- Политика государства по поддержке семьи.