**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.11 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**для специальности**

**08.02.10 Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство**

*Базовая подготовка*

*среднего профессионального образования*

*(база среднего общего образования)*

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 3 |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 6 |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 17 |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 20 |
| 5. ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ | 23 |

**1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

* 1. **Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.11 Безопасность жизнедеятельности является частью основной профессиональной образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена (далее – ОПОП-ППССЗ) в соответствии с ФГОС для специальности 08.02.10Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство.

При реализации рабочей программы могут использоваться различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии, электронное обучение.

**1.2 Место учебной дисциплины в структуре ОПОП-ППССЗ:**

Дисциплина входит в профессиональный учебный цикл, общепрофессиональные дисциплины.

**1.3 Планируемые результаты освоения учебной дисциплины:**

1.3.1 В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен

**уметь:**

У.1 организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

У.2 владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

У.3 пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

У.4 предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;

У.5 использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; применять первичные средства пожаротушения;

У.6 ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей, и самостоятельно определять среди них родственные, полученной профессии;

У.7 применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией;

У.8 владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

У.9 оказывать первую помощь пострадавшим;

У.10 оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

У.11 использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:

* для ведения здорового образа жизни;
* оказания первой медицинской помощи;
* развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
* вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

**знать:**

З.1 принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;

З.2 основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;

З.3 задачи и основные мероприятия гражданской обороны;

З.4 способы защиты населения от оружия массового поражения; меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

З.5 основы военной службы и обороны государства;

З.6 организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;

З.7 основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные профессиям НПО;

З.8 область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;

З.9 порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен иметь опыт:

- в действиях в экстремальных ситуациях;

- в использовании средств индивидуально и коллективной защиты, и правилах поведения в защитных сооружениях;

- защиты от воздействия негативных факторов производственной среды;

- пользования законодательными актами в области обороны;

- в оказании первой медицинской помощи в быту в чрезвычайных ситуациях

1.3.2 В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен сформировать следующие компетенции:

**-общие:**

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

ОК 09. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках».

**-профессиональные:**

ПК 1.1 Выполнять различные виды геодезических съёмок.

ПК 1.2 Обрабатывать материалы геодезических съёмок.

ПК 1.3 Производить разбивку на местности элементов железнодорожного пути и искусственных сооружений для строительства железных дорог.

ПК 2.1 Участвовать в проектировании и строительстве железных дорог, зданий и сооружений.

ПК 2.2 Производить ремонт и строительство железнодорожного пути с использованием средств механизации.

ПК 2.3 Контролировать качество текущего содержания пути, ремонтных и строительных работ, организовывать их приёмку.

ПК 2.4 Разрабатывать технологические процессы производства ремонтных работ железнодорожного пути и сооружений.

ПК 2.5 Обеспечивать соблюдение при строительстве, эксплуатации железных дорог требований охраны окружающей среды и промышленной безопасности, проводить обучение персонала на производственном участке.

ПК 3.1 Обеспечивать выполнение требований к основным элементам и конструкции земляного полотна, переездов, путевых и сигнальных знаков, верхнего строения пути.

ПК 3.2 Обеспечивать требования к искусственным сооружениям на железнодорожном транспорте.

ПК 3.3. Проводить контроль состояния рельсов, элементов пути и сооружений с использованием диагностического оборудования.

ПК 4.1 Планировать работу структурного подразделения при технической эксплуатации, обслуживании и ремонте пути, искусственных сооружений.

ПК 4.2. Осуществлять руководство выполняемыми работами, вести отчетную и техническую документацию.

ПК 4.3. Проводить контроль качества выполняемых работ при технической эксплуатации, обслуживании, ремонте, строительстве пути и искусственных сооружений.

ПК 4.4. Обеспечивать соблюдение техники безопасности и охраны труда на производственном участке, проводить профилактические мероприятия и обучение персонала.

ПК 4.5. Организовывать взаимодействие между структурными подразделениями организации.

1.3.3 В результате освоения программы учебной дисциплины реализуется программа воспитания, направленная на формирование следующих личностных результатов (ЛР):

ЛР 1. Осознающий себя гражданином и защитником великой страны;

ЛР 10. Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой;

ЛР 15. Приобретение обучающимися социально значимых знаний о нормах и традициях поведения человека как гражданина и патриота своего Отечества;

ЛР 16. 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;

ЛР 20. Ценностное отношение обучающихся к своему здоровью и здоровью окружающих, ЗОЖ и здоровой окружающей среде и т.д.

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

**Очная форма обучения**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | **Объем часов** |
| **Максимальная учебная нагрузка (всего)** | **102** |
| **Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)** | **68** |
| в том числе: |  |
| лекции | 20 |
| практические занятия | 48 |
| лабораторные занятия | - |
| **Самостоятельная работа обучающегося (всего)** | **34** |
| в том числе: |  |
| реферат | **17** |
| доклад | **17** |
| **Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет (2 семестр)** | |

**Заочная форма обучения**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | **Объем часов** |
| **Максимальная учебная нагрузка (всего)** | **102** |
| **Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)** | **14** |
| в том числе: |  |
| лекции | 6 |
| практические занятия | 8 |
| **Самостоятельная работа обучающегося (всего)** | **88** |
| **Промежуточная аттестация: экзамен (2 курс)** | |

**2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»**

**Очная форма обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование**  **разделов и тем** | **Содержание учебного материала, практические занятия,**  **самостоятельная работа обучающихся** | **Объем часов** | **Уровень освоения, формируемые компетенции, личностные результаты** |
| **Раздел 1. Гражданская оборона** | | **22** |  |
| **Тема 1.1.**  **Единая Государственная система предупреждения и**  **ликвидации чрезвычайных ситуаций** | **Содержание учебного материала**  Ознакомление обучающихся с формами текущей и промежуточной аттестации, основной и дополнительной литературой по курсу дисциплины и проведение инструктажа по технике безопасности. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. | 2 | 1,  ОК1-3  ПК1.1  ПК 2.1-2.5  ПК 3.1  ПК 4.1 |
| **Самостоятельная работа обучающихся №1**  Изучение теоретического материала тем и подготовка ответов на контрольные вопросы. | 2 |  |
| **Тема 1.2.**  **Организация гражданской**  **обороны** | **Содержание учебного материала**  Характеристика ядерного, химического и биологического оружия правила и порядок действий при их применении. Средства коллективной и индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Приборы радиационной и химической разведки и контроля | 2 | 1-2,  ОК4-6  ПК1.2  ПК 2.2  ПК 3.2  ПК4.2 |
| **Содержание учебного материала**  Отработка нормативов по надеванию противогаза и ОЗК.  Средства коллективной и индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Порядок и правила их использования в очагах и зонах поражения. | 2 | 2,  ОК7-9  ПК1.3  ПК 2.3  ПК 3.3  ПК4.3 |
| **Самостоятельная работа обучающихся №2**  Дополнительное конспектирование материала по темам из рекомендуемой преподавателем литературы для подготовки к письменному опросу. | 4 |  |
| **Тема 1.3.**  **Защита населения и территорий при стихийных бедствиях, неблагоприятной**  **экологической и социальной обстановке** | **Содержание учебного материала**  Защита при землетрясениях, извержениях вулканов, ураганах, бурях, смерчах, грозах, при снежных заносах, сходе лавин, метели, вьюге, селях и оползнях. Защита при автомобильных и железнодорожных авариях (катастрофах), на воздушном и водном транспорте. | 2 | 2,  ОК1-3  ПК1.1  ПК 2.1  ПК 3.1  ПК 4.1 |
| **Самостоятельная работа обучающихся №3**  Ознакомление с нормативными документами. | 2 |  |
| **Тема 1.4.**  **Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на транспорте**  **и производственных объектах** | **Содержание учебного материала**  1.Защита при авариях (катастрофах) на радиационно-опасных, химически опасных, взрывоопасных, пожароопасных и гидродинамических объектах.  2.Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения. | 2 | 2,  ОК7-9  ПК1.3  ПК 2.3  ПК 3.3  ПК4.3 |
| **Самостоятельная работа обучающихся №4**  Поиск и изучение информации по темам. Подготовка к письменному опросу. | 2 |  |
| **Самостоятельная работа обучающихся** №5  Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Подготовка к письменному опросу. | 2 |  |
| **Раздел 2. Основы медицинской подготовки (девушки). Основы военной службы (парни).** | | **80/80** |  |
| **Тема 2.1.**  **Основы медицинской подготовки (девушки)** | **Практическое занятие № 1.**  Перенос пострадавших. Виды, способы переноски пострадавших | 4 | 2,  ОК4-6  ПК1.2  ПК 2.2  ПК 3.2  ПК4.5 |
| **Практическое занятие № 2.**  Повреждения пострадавшего. Использование носилок положения пострадавшего на носилках с учетом имеющихся травм. | 4 | 2,  ОК4-6  ПК1.2  ПК 2.2  ПК 3.2  ПК4.5 |
| **Практическое занятие № 3.** Перенос пострадавшего одним спасателем. Перенос пострадавшего двумя спасателями. Понятие «иммобилизация». | 4 | 2,  ОК1-3  ПК1.1  ПК 2.1  ПК 3.1  ПК4.1 |
| **Тема 2.2.**  **Транспортная иммобилизация**  **(девушки)** | **Практическое занятие № 4.** Иммобилизация планками. Иммобилизация на здоровой кости.  Положение конечностей и шин Крамера при множественном переломе. Фиксация конечностей при изолированном переломе. | 6 | 3,  ОК4-6  ПК1.2  ПК 2.2  ПК 3.2  ПК4.2 |
| **Тема 2.3.**  **Техника реанимации**  **(девушки)** | **Практическое занятие № 5.**  Показания к реанимации, Подготовка к реанимации. Методы реанимации | 4 | 2,  ОК7-9  ПК1.3  ПК 2.3  ПК 3.3  ПК4.3 |
| **Самостоятельная работа обучающихся** **№6**  Изучение теоретического материала тем и подготовка к письменному опросу. | 4 |  |
| **Практическое занятие № 6.**  Способы реанимации пострадавшего. | 4 | 2,  ОК4-6  ПК1.2  ПК 2.2  ПК 3.2  ПК4.5 |
| **Самостоятельная работа обучающихся** **№7**  Изучение теоретического материала тем и подготовка к письменному опросу. | 2 |  |
| **Практическое занятие № 7.**  Реанимационный цикл «ИВЛ+массаж»  Искусственная вентиляция легких Реанимация двумя спасателями. | 6 | 3,  ОК1-3  ПК1.1  ПК 2.1  ПК3.1  ПК4.1 |
| **Тема 2.4.**  **Остановка кровотечения**  **(девушки)** | **Самостоятельная работа обучающихся №8**  Изучение теоретического материала тем и подготовка ответов на контрольные вопросы. | 2 |  |
| **Практическое занятие № 8.**  Виды кровотечений и способы остановки. | 4 | 2,  ОК7-9  ПК1.3  ПК 2.3  ПК 3.3  ПК4.3 |
| **Самостоятельная работа обучающихся** **№9**  Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Подготовка к письменному опросу. | 4 |  |
| **Практическое занятие № 9.**  Остановка кровотечений из артерий: сонная, подключичная, наружночелюстная, височная, подмышечная, плечевая, бедренная | 6 | 2,  ОК7-9  ПК1.3  ПК 2.3  ПК 3.3  ПК4.3 |
| **Практическое занятие №10.**  Наружное венозное кровотечение, способы остановки. Наложение повязка также кровоостанавливающего жгута (закрутки), пальцевое прижатие артерий и транспортировка поражённого.  Первая (доврачебная) помощь при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания и поражении электрическим током. | 6 | 2,  ОК4-6  ПК1.2  ПК 2.2  ПК 3.2  ПК4.5 |
| **Самостоятельная работа обучающихся** **№10**  Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Подготовка к письменному опросу. | 4 |  |
| **Тема 2.1.**  **Вооружённые Силы России на современном этапе. Уставы Вооружённых Сил**  **России**  **(парни)** | **Практическое занятие № 1.**  Виды Уставов ВС РФ и их содержание. | 8 | 1,  ОК1-3  ПК1.1  ПК 2.1  ПК 3.1  ПК4.4 |
| **Самостоятельная работа обучающихся** **№6**  Изучение теоретического материала тем и подготовка к письменному опросу. | 4 |  |
| **Практическое занятие № 2.**  Военная присяга. Боевое знамя воинской части, военнослужащие и взаимоотношения между ними. | 6 | 2,  ОК4-6  ПК1.2  ПК 2.2  ПК 3.2  ПК4.5 |
| **Самостоятельная работа обучающихся №7**  Изучение теоретического материала тем и подготовка к письменному опросу. | 2 |  |
| Проведение инструктажа по технике безопасности  **Практическое занятие № 3.**  Внутренний порядок, размещение и быт военнослужащих. Воинская дисциплина. Изучение обязанностей дневального по роте. | 6 | 2,  ОК1-3  ПК1.1  ПК 2.1  ПК 3.1  ПК 4.1 |
| **Самостоятельная работа обучающихся №8**  Изучение теоретического материала тем, нормативных документов, общевоинских уставов ВС РФ и подготовка ответов на контрольные вопросы. | 2 |  |
| **Тема 2.2.**  **Строевая подготовка**  **(парни)** | **Практическое занятие № 4.**  Строи и управление ими. | 4 | 2,  ОК7-9  ПК1.3  ПК 2.3  ПК 3.3  ПК4.3 |
| **Практическое занятие №5.** Строевая стойка и повороты на месте и в движении. Движение строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте.  Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении и в строю. | 4 | 3,  ОК1-3  ПК1.1  ПК 2.1  ПК 3.1  ПК4.4 |
| **Практическое занятие №6.**  Выход из строя и постановка в строй, подход к начальнику и отход от него.  Построение и перестроение в одношереножный и двухшереножный строй, выравнивание, размыкание и смыкание строя, повороты строя на месте и в движении. Построение и отработка движения походным строем. | 4 | 3,  ОК4-6  ПК1.2  ПК 2.2  ПК 3.2  ПК4.5 |
| **Самостоятельная работа обучающихся** **№9**  Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Подготовка к письменному опросу. | 4 |  |
| **Тема 2.3.**  **Огневая подготовка**  **(парни)** | **Практическое занятие №7.**  Материальная часть автомата Калашникова. Подготовка автомата к стрельбе. Ведения огня из автомата. | 6 | 2,  ОК7-9  ПК1.3  ПК 2.3 |
| **Практическое занятие №8.**  Неполная разборка и сборкам автомата. Отработка нормативов по неполной разборке и сборке автомата. | 6 | 2,  ОК1-3  ПК1.1  ПК 2.1  ПК 3.1  ПК4.4 |
| **Практическое занятие №9.**  Принятие положение для стрельбы, подготовка автомата к стрельбе, прицеливание. | 4 | 2,  ОК4-6  ПК1.2  ПК 2.2  ПК 3.2  ПК4.5 |
| **Самостоятельная работа обучающихся** **№10**  Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Подготовка к письменному опросу. | 4 | ОК1-9  ПК2.2 |
| **Тема 2.4.**  **Медико-санитарная подготовка** | **Содержание учебного материала**  Общие сведения о ранах, способах остановки кровотечения и обработки ран. Порядок наложения повязки при ранениях головы, туловища, верхних и нижних конечностей. | 2 | 1,  ОК1-9  ПК2.2  ПК3.1 |
| **Содержание учебного материала**  Доврачебная помощь при клинической смерти, при утоплении и отравлениях. | 2 | 2,  ОК1-9  ПК2.2  ПК3.1 |
| **Содержание учебного материала**  Первая (доврачебная) помощь при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания и поражении электрическим током. | 2 | 2,  ОК1-9  ПК2.2 |
| **Содержание учебного материала**  Первая (доврачебная) помощь при ожогах, перегревании, переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании. | 2 | 2,  ОК1-9  ПК2.2  ПК3.2 |
| **Самостоятельная работа обучающихся №11**  Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя. Подготовка к письменному опросу. | 6 |  |
| **Содержание учебного материала**  Наложение повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности, на место перелома, а также кровоостанавливающего жгута (закрутки), пальцевое прижатие артерий и транспортировка поражённого. Обобщение и систематизация знаний. | 2 | 3,  ОК1-9  ПК2.2  ПК4.3 |
| **Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет (4 семестр)** |  |  |
| **Всего:** | **102** |  |

**Заочная форма обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся** | **Объем часов** | **Уровень освоения, формируемые компетенции, личностные результаты** |
| 1 | 2 | **3** | **4** |
| **Раздел 1. Гражданская оборона** | | **8** | 1-2 |
| **Тема 1.1 Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС** | **Содержание учебного материала** | | |
| Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС | 2 | 1,  ОК1-3  ПК1.1  ПК 2.1-2.5  ПК 3.1  ПК 4.1 |
| **Тема 1.2 Организация гражданской обороны** | **Внеаудиторная самостоятельная работа** | **40** | 1-2,  ОК4-6  ПК1.2  ПК 2.2  ПК 3.2  ПК4.2,  ПК.4.3 |
| 1.Написание реферата на тему: «Алкоголь и курение - серьезная проблема или временное влечение?» | 4 |
| 2.Заполнение таблицы «Классификация ЧС с указанием причин их возникновения, краткой характеристики каждого класса ЧС, последствия для населения» | 2 |
| 3. Написание конспекта на тему: «Правила поведения в условиях угрозы террористического акта» | 1 |
| 4.Написание конспекта на тему: «Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС мирного и военного времени» | 1 |
| 5.Написание реферата на тему: «Виды наркотических средств и их воздействие на организм» | 6 |
| 6.Написание реферата на тему: «Техногенные аварии и правила поведения при них» | 6 |
| 7. Составить варианты текстовых сообщений при аварии на промышленных объектах. | 1 |
| 8.Написание реферата на тему: «Современные средства поражения и их поражающие факторы» | 6 |
| 9. Составьте письменно или устно краткое резюме по теме: «Социально-политические последствия употребления алкоголя, табака и наркотиков» | 6 |
| 10. Написание конспекта на тему: «Сущность, виды и характеристика конфликтов в коллективах. Общая характеристика конфликта, причины, виды неуставных отношений» | 1 |
| 11. Подготовка к опросу на тему «Здоровье и здоровый образ жизни» (ответить на контрольные вопросы) | 2 |
| 12. Подготовка к опросу на тему «Факторы, способствующие укреплению здоровья» (ответить на контрольные вопросы) | 1 |
| 13.Тестирование на тему: «Здоровый образ жизни и его составляющие» | 1 |
| 14. Алкоголь и его влияние на здоровье человека. История алкоголя, табака и наркотиков | 2 |
| **Практическая работа № 1** Применение средств индивидуальной защиты в ЧС (противогазы, ВМП, ОЗК). | 2 |
| **Тема 1.3.**  **Защита населения и территорий при стихийных бедствиях** | **Содержание учебного материала** |  | 2,  ОК1-3  ПК1.1  ПК 2.1  ПК 3.1  ПК 4.1 |
| Защита населения и территорий при ЧС природного характера | 1 |
| **Практическая работа № 2** Изучение классификации ЧС. | 2 |
| **Тема 1.4.**  **Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на транспорте** | **Практическая работа № 3**  Изучение и отработка поведения в условиях ЧС на транспорте. | 2 | 2,  ОК7-9  ПК1.3  ПК 2.3  ПК 3.3  ПК4.3 |
| **Тема 1.5. Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке** | **Содержание учебного материала** |  | 2,  ОК1-3  ПК1.1  ПК 2.1  ПК 3.1  ПК 4.1 |
| 1.Обеспечение безопасности при обнаружении подозрительных предметов, угрозе совершения и совершенном теракте. | 1 |
| **Раздел 2. Основы военной службы (парни). Основы медицинской подготовки (девушки)** | | **6** | 2,  ОК1-6  ПК1.1, 1.2.  ПК 2.1, 2.2  ПК 3.1, 3.2  ПК 4.5 |
| **Тема 2.1. Вооруженные Силы России на современном этапе.**  **Уставы Вооруженных Сил России (парни)**  **Тема 2.1. Основы медицинской подготовки (девушки)** | **Содержание учебного материала** |  |
| 1. Виды Уставов ВС РФ. Виды, состав и организационная структура Вооруженных Сил РФ.  1.Общие сведения о ранах, способах остановки кровотечения и обработки ран. Порядок наложения повязки при ранениях головы, туловища, верхних и нижних конечностей. | 2 |
| **Практическое занятие №4 (парни)**  Военная присяга. Боевое знамя воинской части, военнослужащие и взаимоотношения между ними. | 2 |  |
| **Содержание учебного материала**  1. Перенос пострадавших. Виды, способы переноски пострадавших | 2 |  |
| **Практическое занятие №4 (девушки)**  Артериальное и наружное венозное кровотечения: виды и способы их остановки. | 2 |  |
| **Тема 2.2. Строевая подготовка (парни)**  **Медико-санитарная подготовка (девушки)** | **Практическое занятие №5 (парни)**  Строи и управление ими. Строевая стойка, движение строевым и походным шагом.  Выполнение воинского приветствия. Построение и отработка движения походным строем. | 2 | 2,  ОК1-6  ПК1.1, 1.2.  ПК 2.1, 2.2  ПК 3.1, 3.2  ПК 4.1, 4.5 |
| **Практическое занятие №5 (девушки)**  Общие сведения о ранах, способах остановки кровотечения и обработки ран. Порядок наложения повязки при ранениях головы, туловища, верхних и нижних конечностей. | 2 |
| **Внеаудиторная самостоятельная работа** | **48** |
| 1. Написание конспекта на тему: «Создание Советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение» | 2 |
| 2. Написание реферата на тему: «Виды Вооруженных Сил РФ, рода Вооруженных Сил РФ» | 4 |
| 3.Ответить на контрольные вопросы по теме: «Социальная роль женщины в современном обществе» | 3 |
| 4.Решить тест по теме: «Законодательство о семье и браке» | 3 |
| 5. Решить тест по теме: «Гражданская оборона» | 1 |
| 6. Составить схему «Защитные сооружения гражданской обороны» | 1 |
| 7. Подготовиться к опросу «Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан» (ответить на контрольные вопросы). | 1 |
| 8. Подготовиться к опросу «Прохождение военной службы по контракту» (ответить на контрольные вопросы). | 1 |
| 9. Подготовиться к опросу «Альтернативная гражданская служба» (ответить на контрольные вопросы). | 1 |
| 10. Составить конспект на тему: «Права и обязанности военнослужащих» | 2 |
| 11. Составить конспект на тему: «Воинская дисциплина и ответственность (ответить на контрольные вопросы). | 2 |
| 12. Заполнить карточку «Как стать офицером Российской армии» | 1 |
| 13. Написание конспекта на тему: «Внутренний порядок, размещение и быт военнослужащих. Воинская дисциплина». | 2 |
| 14. Подготовиться к опросу: Строевая стойка и повороты на месте и в движении. Движение строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте. | 1 |
| 15.Решить практическую задачу на тему: «Виды ран. Оказание первой медицинской помощи при ранениях и острой сердечной недостаточности». | 3 |
| 16. Решить ситуационную задачу на тему: «Оказание первой медицинской помощи при различных видах травм». | 2 |
| 17. Написание конспекта на тему: «Первая доврачебная помощь при ранениях, травмах, кровотечениях». | 2 |
| 18. Написание конспекта на тему: «Первая доврачебная помощь при остановке сердца» | 2 |
| 19. Составление памяток на тему: «Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека». | 4 |
| 20. Написание конспекта на тему: «История создания Вооруженных Сил России». | 2 |
| 21. Составление вопросов по теме: «Организационная структура Вооруженных Сил» | 2 |
| 22. Воинская обязанность. Общие права и обязанности военнослужащих. (ответить на контрольные вопросы). | 2 |
| 23. Творческие работы (составление тестов, ситуационных задач, презентаций, рефератов) по теме: «Боевые традиции Вооруженных Сил России» | 2 |
| 24. Написание конспекта на тему: «Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации» | 2 |
|  | **Промежуточная аттестация: экзамен (2 курс)** |  |
|  | Всего: | 192 |

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 УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Учебная дисциплина реализуется в учебном кабинете Безопасность жизнедеятельности.

Оборудование учебного кабинета:

* посадочные места по количеству обучающихся;
* рабочее место преподавателя;
* методические материалы по дисциплине.

Технические средства обучения рабочего места преподавателя: компьютерное оборудование, которое должно соответствовать современным требованиям безопасности и надёжности, предусматривать возможность многофункционального использования кабинета, с целью изучения соответствующей дисциплины, мультимедийное оборудование (проектор и проекционный экран или интерактивная доска), локальная сеть с выходом в Internet.

Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения, а также читальный зал, помещение для самостоятельной работы, с доступом к сети «Интернет» и ЭИОС. Оснащенность: комплект учебной мебели, ноутбук, проекционное оборудование (мультимедийный проектор и экран).

**Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения:**

MSWindows 7

MSOffice 2013

Kaspersky Endpoint Security for Windows

Yandex Browser (GNU Lesser General Public License)

7-zip (GNUGPL)

UnrealCommander (GNUGPL)

**При изучении дисциплины в формате электронного обучения с использованием ДОТ**

Неограниченная возможность доступа обучающегося к ЭИОС из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), как на территории организации, так и вне ее.

Доступ к системам видеоконференцсвязи ЭИОС.

**3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, используемые в образовательном процессе.

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы Интернет-ресурсов, базы данных библиотечного фонда:**

**3.2.1.Основные источники:**

1. Косолапова, Н. В., Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебник / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — Москва: КноРус, 2022. — 192 с. — ISBN 978-5-406-09732-8. — URL: https://book.ru/book/943656. — Текст: электронный. – Режим доступа: https://book.ru/books/943656 по паролю.

2. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие для СПО / Г. В. Тягунов, А. А. Волкова, В. Г. Шишкунов, Е. Е. Барышев; под редакцией В. С. Цепелева. — 2-е изд. — Саратов, Екатеринбург: Профобразование, Уральский федеральный университет, 2019. — 235 c. — ISBN 978-5-4488-0368-0, 978-5-7996-2790-4. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/87788.html. — Режим доступа: для авторизир.пользователей по паролю.

**3.2.2.Дополнительные источники:**

1. Микрюков, В.Ю. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебник / Микрюков В.Ю. — Москва: КноРус, 2019. — 282 с. — ISBN 978-5-406-06523-5. — URL: https://book.ru/book/929396. — Текст: электронный. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/929396 по паролю.

2. Черепников, А.С. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: методическое пособие для специальности 08.02.10 «Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство» / А.С. Черепников. – Москва: ФГБУ ДПО «Учебно-методический центр по образованию на железнодорожном транспорте», 2019. – 40 c. – Режим доступа: https://umczdt.ru/books/35/234834/ по паролю.

3. Черепников, А.С. ФОС Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: методическое пособие для специальности 08.02.10 «Строительство железных дорог, путь и путевое хозяйство» / А.С. Черепников. – Москва: ФГБУ ДПО «Учебно-методический центр по образованию на железнодорожном транспорте», 2019. – 92 c. – Режим доступа: https://umczdt.ru/books/35/234835/ по паролю.

4. Курбатов, В. А. Безопасность жизнедеятельности. Основы чрезвычайных ситуаций [Электронный ресурс]: учебное пособие для СПО / В. А. Курбатов, Ю. С. Рысин, С. Л. Яблочников. — Саратов: Профобразование, 2020. — 121 c. — ISBN 978-5-4488-0820-3. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/93574.html. — Режим доступа: для авторизир.пользователей. - DOI: https://doi.org/10.23682/93574 - по паролю.

5. Соколов, А. Т. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие / А. Т. Соколов. — 3-е изд. — Москва, Саратов: Интернет-Университет Информационных Технологий (ИНТУИТ), Ай Пи Ар Медиа, 2020. — 191 c. — ISBN 978-5-4497-0304-0. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: http://www.iprbookshop.ru/89421.html. — Режим доступа: для авторизир.пользователей по паролю.

6. Микрюков, В.Ю. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебник / Микрюков В.Ю. — Москва: КноРус, 2021. — 282 с. — ISBN 978-5-406-08161-7. — URL: https://book.ru/book/940079. — Текст: электронный. – Режим доступа: https://www.book.ru/book/94007 по паролю.

**3.2.3.Периодические издания:**

1. Железнодорожный транспорт [Текст]: ежемесячный научно-теоретический технико-экономический журнал (2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 гг.)

2. Путь и путевое хозяйство [Текст]: ежемесячный журнал (2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 гг.)

3. Транспорт России [Текст]: всероссийская транспортная еженедельная информационно-аналитическая газета (2018, 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 гг.)

**3.2.4.Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем:**

1. Электронная информационная образовательная среда

2. ЭБС Учебно-методического центра по образованию на железнодорожном транспорте (ЭБ УМЦ ЖДТ) - Режим доступа: https://umczdt.ru/

3. ЭБС издательства «Лань»- Режим доступа: https://e.lanbook.com/

4. ЭБС BOOK.RU- Режим доступа: https://www.book.ru/

**4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Контроль и оценка результатов освоения учебного предмета осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических, практических и лабораторных занятий, выполнения обучающимися индивидуальных заданий (подготовки рефератов и докладов).

Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета в 4 семестре по очной форме обучения, экзамена на II курсе по заочной форме обучения.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Результаты обучения (У,З, ОК/ПК, ЛР)** | **Показатели оценки результатов** | **Формы и методы контроля и оценки результатов обучения** |
| **В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:** |  |  |
| У1. организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.3,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 | Организация и проведение  мероприятий по защите работников и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций.  Профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и в быту. Использование  средств индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения и др. | Контрольный опрос;  Написание рефератов по отдельным темам;  Итоговое занятие по итогам семестра;  Дифференцированный зачет по итогам обучения. |
| У2. владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.3,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| У3. пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.3,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| У4.предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.3,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| У5. использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; применять первичные средства пожаротушения;  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.3,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| У6. ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной профессии;  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.3,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| У7. применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией;  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.5,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| У8. владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.5,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| У9. оказывать первую помощь пострадавшим;  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.3,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| У10. оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.5,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| У11. использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.5,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| У12. оказания первой медицинской помощи;  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.5,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| У13. развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.5,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| **В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:** | Контрольный опрос;  Написание рефератов по отдельным темам;  Итоговое занятие по итогам семестра; |
| принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.3,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |  |
| основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации основы военной службы и обороны государства  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.5,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| задачи и основные мероприятия гражданской обороны;  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.3,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| способы защиты населения от оружия массового поражения; меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.3,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.5,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные профессиям НПО  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.5,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.5,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.5,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.  ОК.1-9,  ПК.1.1-1.2, ПК.2.1-2.5, ПК.3.1-3.3, ПК.4.1-4.5,  ЛР1, ЛР10, ЛР15, ЛР16, ЛР20 |
| В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен иметь опыт: | Контрольный опрос;  Написание рефератов по отдельным темам;  Итоговое занятие по итогам семестра;  Дифференцированный зачет по итогам обучения. |
| в действиях в экстремальных ситуациях; |
| в использовании средств индивидуально и коллективной защиты, и правилах поведения в защитных сооружениях; |
| в оказании первой медицинской помощи в быту в чрезвычайных ситуациях; |
| прохождения медицинского освидетельствования при постановке на воинский учет; |
| оформления документов при предоставлении в РВК и другие государственные структуры. |

**5. ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ**

5.1.Пассивные:

- лекции традиционные без применения мультимедийных средств и без раздаточного материала;

- демонстрация учебных фильмов;

- рассказ;

- семинары, преимущественно в виде обсуждения докладов студентов по тем или иным вопросам;

- самостоятельные и контрольные работы;

- тесты;

- чтение и опрос.

(взаимодействие преподавателя как субъекта с обучающимся как объектом познавательной деятельности).

5.2.Активные и интерактивные:

- работа в группах;

- учебная дискуссия;

- деловые и ролевые игры;

- игровые упражнения;

- творческие задания;

- круглые столы (конференции) с использованием средств мультимедиа;

- решение проблемных задач;

- анализ конкретных ситуаций;

- метод модульного обучения;

- практический эксперимент;

- обучение с использованием компьютерных обучающих программ;

(взаимодействие преподавателя как субъекта с обучающимся как субъектом познавательной деятельности)