

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«КАМЧАТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «КамчатГТУ»)

КОЛЛЕДЖ

УТВЕРЖДАЮ

Директор колледжа



О.В. Жижикина

«29» 01

2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Основы безопасности и защиты Родины»**

специальности:

26.02.06 «Эксплуатация судового электрооборудования и средств  
автоматики»

Петропавловск-Камчатский  
2025

Рабочая программа составлена на основании ФГОС СПО по специальности 26.02.06 «Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики» и учебного плана ФГБОУ ВО «КамчатГТУ».

Составитель рабочей программы  
Преподаватель колледжа



В.В. Тимошин

Рабочая программа рассмотрена на заседании педагогического совета колледжа  
Протокол № 1 от 28 января 2025 г.

Заместитель директора колледжа по УМР



Е.К. Кудрявцева

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                                                  |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. ПАСПОРТ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ЗАЩИТЫ РОДИНЫ» .....                        | 4  |
| 1.1. Область применения рабочей программы .....                                                  | 4  |
| 1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена ..... | 4  |
| 1.3. Цели и задачи изучения дисциплины .....                                                     | 4  |
| 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....                                                  | 4  |
| 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....                                               | 5  |
| 3.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы .....                                        | 5  |
| 3.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины .....                                     | 5  |
| 3.3. Перечень вопросов итогового контроля знаний .....                                           | 14 |
| 3.4. Индивидуальный проект .....                                                                 | 16 |
| 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....                                                   | 18 |
| 4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению .....                        | 18 |
| 4.2. Информационное обеспечение обучения .....                                                   | 19 |
| 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ...                                 | 19 |
| 6. ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ .....                                              | 23 |

## **1. ПАСПОРТ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ЗАЩИТЫ РОДИНЫ»**

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

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности и защиты Родины» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности 26.02.06 «Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики» квалификация – техник-электромеханик.

### **1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена**

Рабочая программа по дисциплине «Основы безопасности и защиты Родины» (УП.11) обязательной частью общеобразовательного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 26.02.06 «Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики».

### **1.3. Цели и задачи изучения дисциплины**

Формирование компетенций в части овладения содержанием общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности и защиты Родины», формирование ценностей, освоение знаний и умений, обеспечивающих готовность к выполнению Конституционного долга по защите Отечества и достижение базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности.

## **2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Изучение дисциплины способствует формированию следующих общих и профессиональных компетенций, а также личностных результатов:

| <b>Общие и профессиональные компетенции</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Код</b>                                  | <b>Наименование результата обучения</b>                                                                                                                                                                                                                              |
| 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 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 мирного и военного времени                                                   |
| ПК 3.1                                      | Организовывать мероприятия по обеспечению транспортной безопасности                                                                                                                                                                                                  |
| ПК 3.2                                      | Организовывать и обеспечивать действия подчиненных членов экипажа судна                                                                                                                                                                                              |

|                              |                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                              | при авариях и проведении различных видов тревог                                                                                                                                                          |
| ПК 3.3                       | Оказывать первую помощь пострадавшим                                                                                                                                                                     |
| ПК 3.4                       | Организовывать и обеспечивать действия подчиненных членов экипажа судна при оставлении судна и использовать спасательные средства                                                                        |
| ПК 3.5                       | Организовывать и обеспечивать действия подчиненных членов экипажа судна по предупреждению и предотвращению загрязнения водной среды                                                                      |
| <b>Личностные результаты</b> |                                                                                                                                                                                                          |
| ЛР4                          | Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде личностно и профессионального конструктивного «цифрового следа» |
| ЛР13                         | Демонстрирующий готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности            |
| ЛР14                         | Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности                                                                          |

### 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| Вид учебной работы                                              | Количество часов |
|-----------------------------------------------------------------|------------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>                    | <b>70</b>        |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>         | <b>70</b>        |
| в том числе:                                                    |                  |
| лекции                                                          | 54               |
| практические занятия                                            | 16               |
| <b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>              | <b>-</b>         |
| <b>Итоговая аттестация 2 семестр – дифференцированный зачёт</b> |                  |

#### 3.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем                                                       | Содержание учебного материала (основное и профессионально-ориентированное), лабораторные и практические занятия, прикладной модуль (при наличии). | Объем часов | Формируемые компетенции |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------------------|
| 1                                                                                 | 2                                                                                                                                                 | 3           | 4                       |
| <b>Раздел 1. Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства</b> |                                                                                                                                                   |             |                         |
| <b>Тема 1.1. Государ-</b>                                                         | Содержание учебного материала                                                                                                                     | 2           | ОК 01;                  |

|                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |   |                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------------------------|
| ственная и общественная безопасность                                                                | Российская Федерация в современном мире. Правовая основа обеспечения национальной безопасности. Принципы обеспечения национальной безопасности. Реализация национальных приоритетов как условие обеспечения национальной безопасности и устойчивого развития Российской Федерации. Взаимодействие личности, государства и общества в реализации национальных приоритетов. Государственные службы обеспечения безопасности, их роль и сфера ответственности, порядок взаимодействия с ними. Общественные институты и их место в системе обеспечения безопасности жизни и здоровья населения                                                                                                                                                |   | ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07           |
| Тема 1.2. Роль личности, общества и государства в предупреждении и ликвидации чрезвычайных ситуаций | Практическое занятие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
|                                                                                                     | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), структура, режимы функционирования. Территориальный и функциональный принцип организации РСЧС. Её задачи и примеры их решения. Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Задачи гражданской обороны. Права и обязанности граждан Российской Федерации в области гражданской обороны                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |                                                         |
| Раздел 2. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |   |                                                         |
| Тема 2.1. Современные представления о культуре безопасности                                         | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 4 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
|                                                                                                     | Понятие «культура безопасности», его значение в жизни человека, общества и государства. Соотношение понятий «опасность», «безопасность», «риск» (угроза). Соотношение понятий «опасная ситуация», «чрезвычайная ситуация». Представление об уровнях взаимодействия человека и окружающей среды. Понятие «виктимность», «виктимное поведение», «безопасное поведение». Общие принципы (правила) безопасного поведения. Индивидуальный, групповой, общественно-государственный уровень решения задачи обеспечения безопасности. Влияние действий и поступков человека на его безопасность и благополучие. Действия, позволяющие предвидеть опасность. Действия, позволяющие избежать опасности. Действия в опасной и чрезвычайной ситуации. |   |                                                         |
| Раздел 3. Безопасность в быту                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |   |                                                         |
| Тема 3.1. Источ-                                                                                    | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2 | ОК 01;                                                  |

|                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |   |                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------------------------|
| ники опасности в быту. Профилактика и первая помощь при отравлениях и травмах | Источники опасности в быту, их классификация. Общие правила безопасного поведения. Причины и профилактика бытовых отравлений. Первая помощь, порядок действий в экстренных случаях в ситуациях бытового отравления. Предупреждение бытовых травм. Правила безопасного поведения в ситуациях, связанных с опасностью получить травму (спортивные занятия, использование различных инструментов, стремянок, лестниц и другое). Первая помощь при ушибах переломах, кровотечениях.                                                                       |   | ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07           |
| <b>Тема 3.2.</b> Пожарная безопасность в быту                                 | Содержание учебного материала<br>Основные правила пожарной безопасности в быту. Термические и химические ожоги. Основные правила безопасного поведения при обращении и газовыми и электрическими приборами. Последствия электротравмы. Порядок проведения сердечно-легочной реанимации. Первая помощь при ожогах.                                                                                                                                                                                                                                     | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
| <b>Тема 3.3.</b> Безопасное поведение в местах общего пользования             | Практическое занятие<br>Правила безопасного поведения в местах общего пользования (подъезд, лифт, придомовая территория, детская площадка, площадка для выгула собак и др.). Коммуникация с соседями. Меры по предупреждению преступлений. Правила безопасного поведения в ситуации коммунальной аварии. Порядок вызова аварийных служб и взаимодействие с ними.                                                                                                                                                                                      | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
| <b>Раздел 4. Безопасность на транспорте</b>                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |   |                                                         |
| <b>Тема 4.1.</b> Безопасность дорожного движения                              | Содержание учебного материала<br>История появления правил дорожного движения и причины их изменчивости. Риско-ориентированный подход к обеспечению безопасности на транспорте. Безопасность пешехода в разных условиях (движение по обочине; движение в тёмное время суток; движение с использованием средств индивидуальной мобильности). Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях разного характера (при отсутствии пострадавших; с одним или несколькими пострадавшими; при опасности возгорания; с большим количеством участников) | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
| <b>Тема 4.2.</b> Правила безопасного поведения на разных видах транспорта     | Содержание учебного материала<br>Основные источники опасности на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности в метро. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности на водном                                                                                                                                                                   | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |

|                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |   |                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------------------------|
|                                                                                                                          | транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности на авиационном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |   |                                                         |
| Раздел 5. Безопасность в общественных местах                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |   |                                                         |
| Тема 5.1. Опасности социально-психологического характера                                                                 | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
|                                                                                                                          | Общественные места и их классификация. Основные источники опасности в общественных местах закрытого и открытого типа. Общие правила безопасного поведения. Опасности в общественных местах социально-психологического характера (возникновение толпы и давки; проявление агрессии; криминальные ситуации; случаи, когда потерялся человек – ребенок, взрослый, пожилой человек, человек с ментальными нарушениями и т.п.)                                                                                                                                                                                                                                            |   |                                                         |
| Тема 5.2. Действия при угрозе или совершении террористического акта, пожара в общественных местах, обрушении конструкций | Практическое занятие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
|                                                                                                                          | Меры безопасности и порядок поведения при угрозе, в условиях совершения террористического акта. Порядок действий при угрозе возникновения пожара в различных общественных местах, на объектах с массовым пребыванием людей (лечебные, образовательные, культурные, торгово-развлекательные учреждения). Меры безопасности и порядок действий при угрозе обрушения зданий и отдельных конструкций                                                                                                                                                                                                                                                                     |   |                                                         |
| Раздел 6. Безопасность в природной среде                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |   |                                                         |
| Тема 6.1. Основные правила безопасного поведения в природной среде                                                       | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 4 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
|                                                                                                                          | Источники опасности в природной среде. Основные правила безопасного поведения в лесу, в горах, на водоёмах. Общие правила безопасности в походе. Особенности обеспечения безопасности в лыжном походе. Особенности обеспечения безопасности в водном походе. Особенности обеспечения безопасности в горном походе.<br>Ориентирование на местности. Карты, традиционные и современные средства навигации (компас, GPS). Порядок действий в случаях, когда человек потерялся в природной среде. Сооружение убежища. Получение воды и питания. Способы защиты от перегрева и переохлаждения в разных природных условиях. Первая помощь при перегревании, переохлаждении |   |                                                         |
| Тема 6.2. Природные чрезвычайные ситуации                                                                                | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;                              |
|                                                                                                                          | Природные чрезвычайные ситуации. Общие правила поведения в чрезвычайных ситуациях                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |   |                                                         |

|                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |   |                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------------------------------------|
|                                                                                   | <p>природного характера (предвидеть; избежать опасности; действовать: прекратить или минимизировать воздействие опасных факторов; дожидаться помощи).</p> <p>Природные пожары. Возможности прогнозирования и предупреждения. Правила безопасного поведения. Последствия природных пожаров для людей и окружающей среды. Опасные геологические явления и процессы: землетрясения, извержение вулканов, оползни, сели, камнепады. Опасные гидрологические явления и процессы: наводнения, паводки, половодья, цунами, сели, лавины. Опасные метеорологические явления и процессы: бури, ливни, град, мороз, жара. Чрезвычайные ситуации экологического характера, возможности прогнозирования, предупреждение</p>                                      |   | <p>OK 05;<br/>OK 06;<br/>OK 07</p>                                  |
| <b>Раздел 7. Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи</b>                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |   |                                                                     |
| <b>Тема 7.1.</b> Факторы, влияющие на здоровье человека. Инфекционные заболевания | <p>Содержание учебного материала</p> <p>Понятия «здоровье», «охрана здоровья», «здоровый образ жизни», «лечение», «профилактика». Биологические, социально-экономические, экологические (геофизические), психологические факторы, влияющие на здоровье человека. Составляющие здорового образа жизни: сон, питание, физическая активность, психологическое благополучие. Общие представления об инфекционных заболеваниях. Механизм распространения и способы передачи инфекционных заболеваний. Чрезвычайные ситуации биолого-социального характера. Меры профилактики и защиты. Роль вакцинации. Национальный календарь профилактических прививок. Вакцинация по эпидемиологическим показаниям. Значение изобретения вакцины для человечества</p>  | 2 | <p>OK 01;<br/>OK 02;<br/>OK 04;<br/>OK 05;<br/>OK 06;<br/>OK 07</p> |
| <b>Тема 7.2.</b> Неинфекционные заболевания: факторы риска и меры профилактики    | <p>Содержание учебного материала</p> <p>Неинфекционные заболевания. Самые распространённые неинфекционные заболевания. Факторы риска возникновения сердечно-сосудистых заболеваний. Факторы риска возникновения онкологических заболеваний. Факторы риска возникновения заболеваний дыхательной системы. Факторы риска возникновения эндокринных заболеваний. Меры профилактики неинфекционных заболеваний. Роль диспансеризации в профилактике неинфекционных заболеваний. Признаки угрожающих жизни и здоровью состояний, требующие вызова скорой медицинской помощи (инсульт, сердечный приступ, острая боль в животе, эпилепсия, кровотечения и др.). Состояния, при которых оказывается первая помощь. Основные правила оказания первой по-</p> | 2 | <p>OK 01;<br/>OK 02;<br/>OK 04;<br/>OK 05;<br/>OK 06;<br/>OK 07</p> |

|                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |   |                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------------------------|
|                                                                               | мощи                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |   |                                                         |
| Тема 7.3. Психическое здоровье и психологическое благополучие                 | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
|                                                                               | Психическое здоровье и психологическое благополучие.<br>Критерии психического здоровья и психологического благополучия. Основные факторы, влияющие на психическое здоровье и психологическое благополучие.<br>Основные направления сохранения и укрепления психического здоровья (раннее выявление психических расстройств; минимизация влияния хронического стресса: оптимизация условий жизни, работы, учёбы; профилактика злоупотребления алкоголя и употребления наркотических средств; помощь людям, перенёсшим психотравмирующую ситуацию). Меры, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья                               |   |                                                         |
| Раздел 8. Безопасность в социуме                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |   |                                                         |
| Тема 8.1. Конфликты и способы их разрешения                                   | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
|                                                                               | Понятие «конфликт». Стадии развития конфликта. Конфликты в межличностном общении; конфликты в малой группе. Факторы способствующие и препятствующие эскалации конфликта. Способы поведения в конфликте. Деструктивное и агрессивное поведение. Конструктивное поведение в конфликте. Роль регуляции эмоций при разрешении конфликта, виды эмоциональной регуляции. Способы разрешения конфликтных ситуаций. Основные формы участия третьей стороны в процессе урегулирования и разрешения конфликта. Ведение переговоров при разрешении конфликта. Опасные проявления конфликтов. Способы противодействия проявлению насилия                        |   |                                                         |
| Тема 8.2. Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
|                                                                               | Определение понятия «общение». особенности общения людей, принципы и показатели эффективного общения. Общие представления о понятиях «социальная группа», «большая группа», «малая группа». Способы психологического воздействия. Психологическое влияние в малой группе. Положительные и отрицательные стороны конформизма. Эмпатия и уважение к партнёру (партнёрам) по общению как основа коммуникации. Убеждающая коммуникация. Этапы убеждения. Подчинение и сопротивление влиянию. Манипуляция в общении. Цели, технологии и способы противодействия. Манипулятивное воздействие в группе. Манипулятивные приёмы. Манипуляция и мошенничество |   |                                                         |

|                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |   |                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------------------------|
| Тема 8.3. Психологические механизмы воздействия на большие группы людей | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
|                                                                         | Психологическое влияние в больших группах. Способы воздействия на человека в большой группе (заражение; убеждение; внушение; подражание). Деструктивные и псевдопсихологические технологии. Противодействие вовлечению молодёжи в противозаконную и антиобщественную деятельность                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |                                                         |
| Раздел 9. Безопасность в информационном пространстве                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |   |                                                         |
| Тема 9.1. Безопасность в цифровой среде                                 | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
|                                                                         | Понятия «цифровая среда», «цифровой след». Влияние цифровой среды на жизнь человека. Приватность, персональные данные. «Цифровая зависимость», её признаки и последствия. Опасности и риски цифровой среды, их источники. Правила безопасного поведения в цифровой среде. Кража персональных данных, паролей. Мошенничество, правила защиты от мошенников. Правила безопасного использования устройств и программ                                                                                                                                              |   |                                                         |
| Тема 9.2. Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде         | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
|                                                                         | Поведенческие риски в цифровой среде и их причины. Опасные персоны, имитация близких социальных отношений. Неосмотрительное поведение и коммуникация в Сети как угроза для будущей жизни и карьеры. Травля в Сети, методы защиты от травли. Деструктивные сообщества и деструктивный контент в цифровой среде, их признаки. Механизмы вовлечения в деструктивные сообщества. Вербовка, манипуляция, воронки вовлечения. Радикализация деструктива. Профилактика и противодействие вовлечению в деструктивные сообщества. Правила коммуникации в цифровой среде |   |                                                         |
| Тема 9.3. Достоверность информации в цифровой среде                     | Практическое занятие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
|                                                                         | Достоверность информации в цифровой среде. Источники информации. Проверка на достоверность. «Информационный пузырь», манипуляция сознанием, пропаганда. Фальшивые аккаунты, вредные советчики, манипуляторы. Понятие «фейк», цели и виды, распространение фейков. Правила и инструменты для распознавания фейковых текстов и изображений. Понятие прав человека в цифровой среде, их защита. Ответственность за действия в Интернете. Запрещённый контент. Защита прав в цифровом пространстве                                                                 |   |                                                         |
| Раздел 10. Основы противодействия экстремизму и терроризму              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |   |                                                         |
| Тема 10.1. Экстремизм и терроризм                                       | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;                                        |
|                                                                         | Экстремизм и терроризм как угроза устойчивого                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |   |                                                         |

|                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |   |                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------------------------|
| как угроза устойчивого развития общества                                                | развития общества. Понятия «экстремизм» и «терроризм», их взаимосвязь. Варианты проявления экстремизма, возможные последствия. Преступления террористической направленности, их цель, причины, последствия. Опасность вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность: способы и признаки. Предупреждение и противодействие вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность                                                                                                                                                                                                                                                 |   | ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07                     |
| Тема 10.2. Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта | Практическое занятие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
|                                                                                         | Формы совершения террористических актов. Уровни террористической угрозы. Правила поведения и порядок действий при угрозе или совершении террористического акта, проведении контртеррористической операции                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |   |                                                         |
| Тема 10.3 Противодействие экстремизму и терроризму                                      | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
|                                                                                         | Правовые основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации. Основы государственной системы противодействия экстремизму и терроризму, ее цели, задачи, принципы. Права и обязанности граждан и общественных организаций в области противодействия экстремизму и терроризму                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |   |                                                         |
| Раздел 11. Основы военной подготовки                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |   |                                                         |
| Тема 11.1. Оборона страны как обязательное условие благополучного развития страны       | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 4 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
|                                                                                         | Роль Вооружённых Сил Российской Федерации и других войск, воинских формирований и органов повышения мобилизационной готовности Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности. Воинские звания и военная форма одежды. Сущность единоначалия. Командиры (начальники) и подчинённые. Старшие и младшие. Приказ (приказание), порядок его отдачи и выполнения. Особенности прохождения службы по призыву, освоение военно-учетных специальностей. Особенности прохождения службы по контракту. Организация подготовки офицерских кадров для ВС РФ, МВД России, ФСБ России, МЧС России. Военно-учебные заведения и военно-учебные центры |   |                                                         |
| Тема 11.2. Виды, назначение и характеристики современного оружия                        | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 1 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07 |
|                                                                                         | Стрелковое оружие. Назначение и тактико-технические характеристики современных видов стрелкового оружия (АК-12, ПЯ, ПЛ). Перспективы и тенденции развития современного стрелкового оружия                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |   |                                                         |
| Тема 11.3 Виды                                                                          | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 1 | ОК 01;                                                  |

|                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |   |                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| оружия массового поражения и поражающие факторы. Средства индивидуальной и коллективной защиты                                  | Понятие оружия массового поражения. История его развития, примеры применения. Его роль в современном бою. Поражающие факторы ядерных взрывов. Отравляющие вещества, их назначение и классификация. Внешние признаки применения бактериологического (биологического) оружия. Основные виды средств индивидуальной и коллективной защиты. Требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |   | ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07                                                    |
| Тема 11.4. Беспилотные системы и радиосвязь                                                                                     | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07                                          |
|                                                                                                                                 | История возникновения и развития беспилотных авиасистем (БАС). Виды, предназначение, тактико-технические характеристики и общее устройство беспилотных летательных аппаратов (БПЛА). Способы боевого применения БПЛА. Конструктивные особенности БПЛА квадрокоптерного типа. Морские беспилотные аппараты (автономные необитаемые подводные аппараты (АНПА), безэкипажные катеры (БЭК). История возникновения и развития радиосвязи. Радиосвязь, назначение и основные требования. Предназначение, общее устройство и тактико-технические характеристики переносных радиостанций                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |   |                                                                                                  |
| Профессионально ориентированное содержание                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |   |                                                                                                  |
| Раздел 1. Особенности профессиональной деятельности в рамках получаемой специальности, потенциальные опасности и их последствия | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2 | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07;<br>ПК 3.1<br>ПК 3.2<br>ПК 3.3<br>ПК 3.4 |
|                                                                                                                                 | Обзорная экскурсия на промышленные суда г. Петропавловска-Камчатского, с целью изучения их электрооборудования и средств автоматики.<br><b>Теоретическая часть обзорной экскурсии</b> (виртуальная экскурсия): Изучаемая отрасль по специальности 26.02.06 «Эксплуатация судового электрооборудования и средств автоматики» в России, ее перспективы и развитие. Сфера профессиональной деятельности, родственные профессии, классификация профессии, требования к индивидуальным особенностям специалиста, медицинские противопоказания, требования к профессиональной подготовке, область применения, требуемое профобразование, карьерный рост.<br><b>Практическая часть обзорной экскурсии</b> (промышленные суда г. Петропавловска-Камчатского): условия труда, профессиональные риски, опасные и вредные производственные факторы, Методы уменьшения опасностей на рабочем месте, выбор средств индивидуальной и коллективной защиты. Типовые отраслевые нормы выдачи средств индивидуальной |   |                                                                                                  |
| Раздел 2. Меры-                                                                                                                 | Практическое занятие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2 | ОК 01;                                                                                           |

|                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |    |                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------|
| приятия и алгоритм оказания первой помощи при возникновении несчастного случая на производстве | Первая помощь, история возникновения скорой медицинской помощи и первой помощи. Состояния, при которых оказывается первая помощь. Оказания первой помощи в сложных случаях (травма глаза, «сложные кровотечения», иные несчастные случаи на производстве). Первая помощь с использованием подручных средств, первая помощь при нескольких травмах одновременно. Действия при прибытии скорой медицинской помощи |    | ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07;<br>ПК 3.5 |
| Раздел 3. Знакомство с повседневным бытом военнослужащих                                       | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 2  | ОК 01;<br>ОК 02;<br>ОК 04;<br>ОК 05;<br>ОК 06;<br>ОК 07; |
|                                                                                                | Тематическая экскурсия с показом учебных классов, казармы, специальной военной техники, посещение музея части. (прим: Экскурсия в Военный комиссариат в рамках акции «Есть такая профессия - Родину защищать», «День призывника»; организация встреч с представителями воинских частей, участниками СВО)                                                                                                        |    |                                                          |
|                                                                                                | Практическое занятие                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2  |                                                          |
|                                                                                                | Составление статьи-отчета об экскурсии в ВЧ (по плану);<br>Статья-отчёт об экскурсии в музей воинской славы (по плану);<br>Разработка моего распорядка дня на военных сборах в ВЧ.                                                                                                                                                                                                                              |    |                                                          |
| Промежуточная аттестация (дифференцированный зачёт)                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 2  |                                                          |
| Всего:                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 70 |                                                          |

### 3.3. Перечень вопросов итогового контроля знаний

1. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.
2. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма.
3. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья.
4. Режим дня, труда и отдыха.
5. Рациональное питание и его значение для здоровья.
6. Влияние двигательной активности на здоровье человека.
7. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.
8. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.
9. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.
10. Курение и его влияние на состояние здоровья.
11. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам.
12. Профилактика наркомании.

13. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения
14. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.
15. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него.
16. Здоровый образ жизни - необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.
17. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи.
18. Основы семейного права в Российской Федерации
19. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания
20. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера
21. МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
22. Полиция Российской Федерации - система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств.
23. Служба скорой медицинской помощи.
24. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России).
25. Другие государственные службы в области безопасности. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV-XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века.
26. 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.
27. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе.
28. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.
29. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура.
30. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура.
31. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура.
32. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура.
33. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура.
34. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура
35. Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации.
36. Внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации.

37. Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси.

38. Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение.

39. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету.

40. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.

41. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе.

42. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.

43. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.

44. Прохождение военной службы по контракту.

45. Альтернативная гражданская служба.

46. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества.

47. Военнослужащий - специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.

48. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника.

49. Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие - принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих.

50. Виды ответственности, установленной для военнослужащих.

51. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования.

52. Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества.

53. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

54. Понятие первой доврачебной помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.

55. Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях.

### **3.4. Индивидуальный проект**

Индивидуальный проект представляет собой учебный проект или учебное исследование, выполняемое обучающимся в рамках одного или нескольких учебных дисциплин с целью приобретения навыков в самостоятельном освоении содержания и методов избранных областей знаний и/или видов деятельности, или самостоятельном применении приобретенных знаний и способов действий при решении практических задач, а также развития способности проектирования и осуществления целесообразной и результативной деятельности (познавательной, конструкторской, социальной, художественно-творческой, иной).

Проектная деятельность студентов является одним из методов развивающего (лично-ориентированного) обучения, направлена на выработку самостоятельных исследо-

вательских умений (постановка проблемы, сбор и обработка информации, проведение экспериментов, анализ полученных результатов), способствует развитию творческих способностей и логического мышления, объединяет знания, полученные в ходе учебного процесса, и приобщает к конкретным жизненно важным и профессиональным проблемам.

Проектная деятельность является обязательной частью учебной деятельности студентов первого курса. Студенты выполняют индивидуальные проекты за счёт времени, отведенного на самостоятельную работу.

Возможны следующие типы индивидуальных проектов:

- информационные и проблемно-реферативные работы, написанные на основе нескольких научных и литературных источников и предполагающие сопоставление данных из разных источников и на основе этого собственную трактовку поставленной проблемы;

- экспериментальные работы, написанные на основе выполнения эксперимента, описанного в науке и имеющего известный результат; носят скорее иллюстративный характер и предполагают самостоятельную трактовку особенностей результата в зависимости от изменения исходных данных;

- натуралистические и описательные работы, представляющие собой наблюдение и качественное описание какого-либо явления;

- исследовательские работы, выполненные с помощью конкретных методик и имеющие собственный экспериментальный материал, на основании которого делается анализ и выводы о характере исследуемого явления;

- практико-ориентированные работы, предполагающие изготовление материального объекта (модели, макета или иного конструкторского изделия).

Примерные темы 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 РФ. Виды и рода войск.
- Основные виды вооружения и военной техники в РФ.
- Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
- Организация и порядок призыва граждан на военную службу в РФ.
- Боевые традиции Вооруженных Сил РФ.
- Символы воинской чести.
- Патриотизм и верность воинскому долгу.
- Дни воинской славы России.
- Города-герои РФ.
- Города воинской славы РФ.
- 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.

#### **4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

##### **4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Для реализации учебной дисциплины имеется кабинет «Безопасность жизнедеятельности».

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета: учебные столы, руководства и пособия, справочные материалы.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- наглядные пособия (стенд с изображением Государственной символики Российской Федерации, учебные стенды, схемы и др.);
- дидактические материалы (задания для контрольных работ, для разных видов оценочных средств, промежуточной аттестации и др.);
- технические средства обучения (компьютер; телевизор; доска, выход в локальную сеть).

Нормативные документы в актуальной редакции:

- Конституция Российской Федерации

- Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»
- Федеральный закон «О гражданской обороне»
- Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»
- Федеральный закон «О пожарной безопасности»
- Федеральный закон «О радиационной безопасности населения»
- Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»
- Федеральный закон «О противодействии терроризму»

## 4.2. Информационное обеспечение обучения

### *Основная литература*

1. Каракеян, В. И. Организация безопасности в чрезвычайных ситуациях: учебное пособие для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. - Москва: Издательство Юрайт, 2019. - 120 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-09151-9. - Текст: электронный // ЭБ Юрайт [сайт]. - URL: <https://biblio-online.ru/bcode/433762>

### *Дополнительная литература*

2. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для 10 кл./ А.Т.Смирнов и др. – М.: Астрель, 2001.
3. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для 11 кл./ В.В. Марков [и др.]. – М.: Дрофа, 2003.
4. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для 11 кл. –М.: Просвещение, 2002.
5. Хван Т.А. Основы безопасности жизнедеятельности: Учеб. пособие. – Ростов-Дону, 2000.

### *Интернет-ресурсы*

6. [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ). [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ). [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны). [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ).
7. [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии). [www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) (Boo^Gid. Электронная библиотека).
8. [www.school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).
9. [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
10. [www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»). [www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).
11. [www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность). [www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

| Общая/профессиональная компетенция                | Результаты обучения                                      | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения |
|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|
| ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиона- | <b>Умения:</b><br>– распознавать задачу и/или проблему в | тестирование<br>кейс задания                          |

|                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>нальной деятельности применительно к различным контекстам</p>                                                                                                           | <p>профессиональном и/или социальном контексте;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;</li> <li>– определять этапы решения задачи;</li> <li>– выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;</li> <li>– составлять план действия;</li> <li>– определять необходимые ресурсы;</li> <li>– владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;</li> <li>– основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;</li> <li>– алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах;</li> <li>– структуру плана для решения задач;</li> <li>– порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности</li> </ul> | <p>устный опрос<br/>доклады, рефераты, проекты<br/>оценка самостоятельно выполненных заданий<br/>ситуационные задачи;<br/>выполнение заданий на зачете</p> |
| <p>ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности</p> | <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять задачи для поиска информации</li> <li>– определять необходимые источники информации</li> <li>– планировать процесс поиска</li> <li>– структурировать получаемую информацию</li> <li>– выделять наиболее значимое в перечне информации</li> <li>– оценивать практическую значимость результатов поиска</li> <li>– оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач</li> <li>– использовать современное программное обеспечение</li> <li>– использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности</li> <li>– приемы структурирования информации</li> <li>– формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации</li> <li>– порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств</li> </ul>                                                    |                                                                                                                                                            |
| <p>ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде</p>                                                                                                | <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– организовывать работу коллектива и команды;</li> <li>– взаимодействовать с коллегами, руковод-</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                            |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <p>ством, клиентами в ходе профессиональной деятельности</p> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности;</li> <li>– основы проектной деятельности</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
| ОК 05 Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста                                                                                                                               | <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе.</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– особенности социального и культурного контекста;</li> <li>– правила оформления документов и построения устных сообщений.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |
| ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения | <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– описывать значимость своей специальности</li> <li>– применять стандарты антикоррупционного поведения</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей</li> <li>– значимость профессиональной деятельности по специальности</li> <li>– стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |
| ОК 07 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях                                                                                             | <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– соблюдать нормы экологической безопасности;</li> <li>– определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности</li> <li>– по специальности, осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства</li> <li>– организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности</li> <li>– основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности</li> <li>– пути обеспечения ресурсосбережения</li> <li>– принципы бережливого производства</li> <li>– основные направления изменения климатических условий региона</li> </ul> |  |
| ПК 3.1. Организовывать мероприятия по обеспечению транспортной безопасности                                                                                                                                                                                                               | <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– обеспечивать защищенность судна от актов незаконного вмешательства;</li> <li>– предотвращать неразрешенный доступ на судно;</li> <li>– действовать в чрезвычайных ситуациях</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– нормативно-правовых актов в области безопасности плавания и обеспечения транспортной безопасности;</li> <li>– мероприятий по обеспечению транспортной безопасности;</li> <li>– уровней охраны на судах и портовых сред-</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |

|                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                                                                                                                                                                                   | ствах                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
| ПК 3.2. Применять средства по борьбе за живучесть судна                                                                                                                           | <b>Умения:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять средства по борьбе за живучесть судна;</li> <li>– применять средства по борьбе с водой</li> </ul> <b>Знания:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– мероприятий по обеспечению непотопляемости судна;</li> <li>– методов восстановления остойчивости и спрямления аварийного судна</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |
| ПК 3.3. Организовывать и обеспечивать действия подчинённых членов экипажа судна при организации учебных пожарных тревог, предупреждения возникновения пожара и при тушении пожара | <b>Умения:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– применять средства и системы пожаротушения;</li> <li>– пользоваться судовыми средствами подачи сигналов в случае возникновения или угрозы возникновения пожара</li> </ul> <b>Знания:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– расписания по тревогам, видов и сигналов тревог;</li> <li>– организации проведения тревог;</li> <li>– мероприятий по обеспечению противопожарной безопасности на судне;</li> <li>– видов и химической природы пожара;</li> <li>– видов средств и систем пожаротушения на судне;</li> <li>– особенностей тушения пожаров в различных судовых помещениях;</li> <li>– видов средств индивидуальной защиты</li> </ul> |  |
| ПК 3.4. Организовывать и обеспечивать действия подчинённых членов экипажа судна при авариях                                                                                       | <b>Умения:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– действовать при различных авариях;</li> <li>– применять меры защиты и безопасности пассажиров и экипажа в аварийных ситуациях;</li> <li>– устранять последствия различных аварий</li> <li>– пользоваться судовыми средствами подачи аварийно-предупредительной сигнализации в случае происшествия или угрозы происшествия</li> </ul> <b>Знания:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– порядка действий при авариях;</li> <li>– мероприятий по предупреждению аварий и устранению последствий при авариях</li> </ul>                                                                                                                          |  |
| ПК 3.5. Оказывать первую помощь пострадавшим                                                                                                                                      | <b>Умения:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– оказывать первую помощь, в том числе под руководством квалифицированных специалистов с применением средств связи</li> </ul> <b>Знания:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– порядка действий при оказании первой помощи</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |

## 6. ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

Дополнения и изменения в рабочей программе за \_\_\_\_/\_\_\_\_ учебный год

В рабочую программу по дисциплине «Основы безопасности и защиты Родины» для специальности 26.02.05 «Эксплуатация судовых энергетических установок» вносятся следующие дополнения и изменения:

Дополнения и изменения внес \_\_\_\_\_  
(должность, Ф.И.О., подпись)

Рабочая программа рассмотрена на педагогическом совете колледжа

Протокол №\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_20\_\_г.

Зам. директора по УМР \_\_\_\_\_