

**МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ**  
**УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ТРАНСПОРТА»**  
**(РУТ (МИИТ))**

**Московский колледж транспорта**



Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины,  
как компонент образовательной программы среднего профессионального образования - программы СПО по специальности  
Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог. Локомотивы,  
утвержденная директором колледжа РУТ (МИИТ) Разинкиным Н.Е.

**Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины**  
**ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности**  
по специальности - 23.02.06 «Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог. Локомотивы»

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины в виде электронного документа выгружена из единой корпоративной информационной системы управления университетом и соответствует оригиналу

Простая электронная подпись, выданная РУТ (МИИТ)  
ID подписи: 160401 Дата: 31.01.2023  
Подписал: директор колледжа Разинкин Николай Егорович

ОДОБРЕНА  
Предметной (цикловой) комиссией  
Протокол от «24» февраля 2022 г. №  
32

Председатель  
\_\_\_\_\_ Е.Р. Титова

Разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования от 17 мая 2012 года № 413 и в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 23.02.06 «Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог. Локомотивы».

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДЕНО

\_\_\_\_\_

«»

\_\_\_\_\_

«»

**Составитель:**

Титова Елена Равилевна – преподаватель Московского колледжа транспорта  
Жилевич Сергей Валентинович – преподаватель Московского колледжа  
транспорта

**Рецензенты:**

Румянцев Д.Н. - преподаватель МКТ

Семенова И.В. – преподаватель - организатор ОБЖ ГБОУ Школа № 222

## **СОДЕРЖАНИЕ**

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД.07  
Основы безопасности жизнедеятельности**

# **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности**

## **1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы**

Общеобразовательная учебная дисциплина (далее - ОУД) ОУД.07 "Основы безопасности жизнедеятельности" является частью обязательной предметной области «...» федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (далее – ФГОС СОО). В соответствии с учебным планом дисциплина изучается в рамках общеобразовательной подготовки и входит в перечень "Общеобразовательные учебные дисциплины" учебных дисциплин.

ОУД.07 "Основы безопасности жизнедеятельности" осуществляется в пределах образовательной программы среднего профессионального образования - программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог. Вагоны в соответствии с ФГОС среднего общего образования, утвержденным приказом Минобрнауки России от 22.04.2014 № 388,(зарегистрирован Минюстом России , регистрационный № ) по специальности 23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог. Вагоны, и примерной основной образовательной программы среднего общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 28.06.2016 N 2/16-з).

## **1.2. Результаты освоения общеобразовательной учебной дисциплины**

### **1.2.1. Личностные результаты освоения общеобразовательной учебной дисциплины**

Рабочая программа ОУД «Основы безопасности жизнедеятельности» направлена на создание условий для достижения обучающимися следующих личностных результатов освоения образовательной программы в соответствии с ФГОС СОО:

ЛР 03 Готовность к служению Отечеству, его защите

ЛР 11 Принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков

ЛР 12 Бережное, ответственное и компетентное отношение к

физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь

ЛР 13 Осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем

ЛР 14 Сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности

### **1.2.2. Метапредметные результаты освоения общеобразовательной учебной дисциплины**

Рабочая программа «Основы безопасности жизнедеятельности» направлена на создание условий для достижения обучающимися следующих метапредметных результатов освоения образовательной программы в соответствии с ФГОС СОО:

МР 01 Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях

МР 02 Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты

МР 03 Владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания

МР 04 Готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников

МР 05 Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности

МР 06 Умение определять назначение и функции различных социальных институтов

МР 07 Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей

### **1.2.3. Предметные результаты освоения общеобразовательной учебной дисциплины**

Рабочая программа ОУД.07 "Основы безопасности жизнедеятельности" направлена на достижение обучающимися следующих предметных результатов освоения дисциплины в соответствии с ФГОС СОО:

ПРБ 01 Сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищённость личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора

ПРБ 02 Знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз

ПРБ 03

Сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения

ПРБ 04 Сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности

ПРБ 05

Знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера

ПРБ 06 Знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.)

ПРБ 07.

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

ПРБ 08 Умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники

ПРБ 09 Умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях

ПРБ 10 Знание основ обороны государства и воинской службы:

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

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

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

### **1.3. Профильная составляющая (направленность) общеобразовательной учебной дисциплины**

Изучение дисциплины ОУД.07 "Основы безопасности жизнедеятельности" осуществляется в рамках ППССЗ с учетом профессиональной направленности специальности 23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог. Локомотивы за счёт межпредметных связей с дисциплинами профессионального учебного цикла.

Кроме того, профильная составляющая находит свое отражение в организации самостоятельной работы обучающихся при ...

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	115
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	78
в том числе:	
Лекция	38
Практическое занятие	40
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	37
в том числе:	
Самостоятельная работа	37
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	



## 2.2. Тематический план и содержание общеобразовательной учебной дисциплины ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, формы организации деятельности обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения</b>		<b>25</b>	
Тема 2.1 Здоровье и здоровый образ жизни	Содержание учебного материала: Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни - основа укрепления и сохранения личного здоровья человека и общества	5	
	Практическое занятие 1 Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки	2	
	Практическое занятие 2 Определение влияния образа жизни на состояние здоровья	2	
Тема 2.2 Психологическое здоровье	Содержание учебного материала: Влияние психоактивных веществ на здоровье человека. Профилактика употребления психоактивных веществ.	2	
Тема 2.3 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов	Содержание учебного материала: Окружающая среда: природная, техногенная, социальная, производственная. Виды негативных факторов по происхождению: природные, биологические, экологические, техногенные, социальные и антропогенные.	4	
	Содержание учебного материала: Воздействие негативных факторов на человека и среду обитания. Глобальное и	2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, формы организации деятельности обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения
1	2	3	4
	региональное загрязнение среды (водной, воздушной, почв) объектами экономики (энергетики, промышленности, транспорта, сельского хозяйства).		
Тема 2.4 Правила и безопасность дорожного движения. Безопасное пользование всеми средствами передвижения	Содержание учебного материала:	4	
	Практическое занятие 3 Отработка моделей поведений в ЧС на транспорте	2	
	Практическое занятие 4 Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.	2	
Самостоятельная работа 2.5 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения	Содержание учебного материала: Проработка конспекта занятия, повторение пройденного на занятии материала. Подготовка докладов, рефератов и презентаций.	10	
<b>Раздел Государственная система обеспечения безопасности населения</b>		<b>25</b>	
Тема 3.1 Изучение и отработка моделей поведения при ЧС	Содержание учебного материала:	4	
	Практическое занятие 5 Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера	2	
	Практическое занятие 6	2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, формы организации деятельности обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения
1	2	3	4
	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера		
Тема 3.2 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	Содержание учебного материала: История создания единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС: ее предназначение, структура, задачи.	4	
	Практическое занятие 7 Изучение первичных средств пожаротушения.	2	
Тема 3.3 Современные средства поражения и их поражающие факторы	Содержание учебного материала: Классификация средств поражения. Химическое, ядерное, бактериологическое оружие.	4	
	Практическое занятие 8 Изучение средств коллективной и индивидуальной защиты и правила их использования.	2	
Тема 3.4 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта	Содержание учебного материала: Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта	2	
Тема 3.5 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Содержание учебного материала:	4	
	Практическое занятие 9 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	2	
	Практическое занятие 10	2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, формы организации деятельности обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения
1	2	3	4
	Законодательные и нормативно-правовые акты РФ в области обеспечения безопасности, общества и государства.		
Самостоятельная работа 3.6 Самостоятельная работа	Содержание учебного материала: Проработка конспекта занятия, повторение пройденного на занятии материала. Подготовка докладов, рефератов и презентаций.	7	
<b>Раздел Основы обороны государства и воинская обязанность</b>		<b>36</b>	
Тема 4.1 История создания Вооруженных Сил России	Содержание учебного материала: Организация вооруженных сил Московского государства. Военные реформы: Ивана Грозного; Петра I; Реформа 19 века. Советские вооруженные силы их структура и предназначение.	14	
	Практическое занятие 11 Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	2	
	Содержание учебного материала: Структура, предназначение и вооружение Сухопутных войск.	2	
	Содержание учебного материала: Структура, предназначение и вооружение Воздушно-космических сил.	2	
	Содержание учебного материала: Структура, предназначение и вооружение Военно-морского флота.	2	
	Содержание учебного материала: Предназначение и вооружение Ракетных войск стратегического назначения, Воздушно-десантных войск.	2	
	Содержание учебного материала: Система руководства и управления Вооруженными силами РФ	2	
Тема 4.2 Воинская обязанность и воинский учет	Содержание учебного материала: Основные понятия воинской обязанности и воинского учета. Постановка граждан на воинский учет.	12	
	Содержание учебного материала: Категории годности. Медицинское освидетельствование граждан при	2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, формы организации деятельности обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения
1	2	3	4
	первоначальной постановке на воинский учет		
	Практическое занятие 12 Альтернативная гражданская служба. Требования, предъявляемые для ее прохождения	2	
	Практическое занятие 13 Прохождение военной службы по контракту. Требования, предъявляемые для ее прохождения	2	
	Содержание учебного материала: Права, обязанности и ответственность военнослужащих	2	
	Содержание учебного материала: Военнослужащий- защитник своего отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил России.	2	
Самостоятельная работа 4.3 Самостоятельная работа	Содержание учебного материала: Основы обороны государства и воинская обязанность	10	
<b>Раздел Основы медицинских знаний</b>		<b>28</b>	
Тема 5.1 Понятие первой помощи	Содержание учебного материала: Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации»	2	
Тема 5.2 Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственная вентиляция легких	Содержание учебного материала:	2	
	Практическое занятие 14 Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственной вентиляции легких	2	
Тема 5.3 Понятие травм и их виды	Содержание учебного материала: Основные виды ран. Меры профилактики осложнения ран.	4	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, формы организации деятельности обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения
1	2	3	4
	Практическое занятие 15 Оказание помощи при травмах. Наложение шин.	2	
Тема 5.4 Понятие и виды кровотечений	Содержание учебного материала:	2	
	Практическое занятие 16 Отработка навыков оказания первой помощи при кровотечении. Наложение повязок, жгута, закрутки.	2	
Тема 5.5 Первая помощь при ожогах, при воздействии низких температур	Содержание учебного материала:	2	
	Практическое занятие 17 Первая помощь при ожогах, при воздействии низких температур	2	
Тема 5.6 Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути	Содержание учебного материала:	2	
	Практическое занятие 18 Отработка основных приемов удаления инородных тел из верхних дыхательных путей	2	
Тема 5.7 Первая помощь при инсульте, инфаркте, эпилепсии	Содержание учебного материала:	2	
	Практическое занятие 19 Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	2	
Тема 5.8 Первая помощь на воде. Помощь при утоплении	Содержание учебного материала:	2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, формы организации деятельности обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения
1	2	3	4
	Практическое занятие 20 Помощь пострадавшему на воде, правила транспортировки пострадавшего. Оказание помощи при утоплении.	2	
Самостоятельная работа 5.9 Самостоятельная работа	Содержание учебного материала: Проработка конспектов, работа с учебником. Подготовка докладов и презентаций. Изучение ФЗ № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».	10	
	<b>Всего:</b>	<b>114</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:**

Учебная дисциплина ОУД.07 «Основы безопасности жизнедеятельности» реализуется в учебном кабинете Безопасности жизнедеятельности и охраны труда;

Минимально необходимое материально-техническое обеспечение включает в себя:

Рабочие места по количеству обучающихся (стол, стулья аудиторные);

Оборудованное рабочее место преподавателя (стол, кресло);

Доска меловая;

Шкафы-стеллажи для размещения учебно-наглядных пособий и документации;

Комплект учебно-наглядных пособий по безопасности жизнедеятельности:

1. Комплект плакатов. Гражданская оборона:

? средства индивидуальной защиты кожи;

? средства индивидуальной защиты органов дыхания;

? средства коллективной защиты. Противорадиационные укрытия;

? средства коллективной защиты. Убежища;

? средства химической разведки;

? средства радиационной разведки;

? структура гражданской обороны Российской Федерации.

2. Натурные образцы:

? полумаска ЗМ 6000;

? респиратор;

? изолирующие перчатки;

? противогаз ГП 5;

? защитные очки

**Технические средства обучения:**

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

##### **Основные источники:**

№ п/п	Библиографическое описание
1	Микрюков В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник / Микрюков В.Ю. — Москва: КноРус, 2022. — 290 с. — ISBN 978-5-406-08825-8
2	Микрюков, В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник / Микрюков В.Ю. — Москва: КноРус, 2022. — 282 с. — ISBN 978-5-406-09982-7.



### **Дополнительные источники:**

№ п/п	Библиографическое описание
1	1. Косолапова Н.В. Безопасность жизнедеятельности: учебник / Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. - Москва: КноРус, 2022. — 192 с. — ISBN 978-5-406-09732-8

### **Интернет-ресурсы**

<https://book.ru/>

### **3.3. Сопровождение реализации образовательной программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий**

Изучение дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» осуществляется в рамках ППСЗ с учетом профессиональной направленности специальности 23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог за счёт межпредметных связей с дисциплинами профессионального учебного цикла.

Кроме того, профильная составляющая находит свое отражение в организации самостоятельной работы обучающихся при составлении диалогов по образцу, написании рефератов и подготовке сообщений с использованием информации профессиональных учебных и периодических изданий, ЭОР, сайтов.

?

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

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины ОУД.07 "Основы безопасности жизнедеятельности" осуществляется педагогическим работником в процессе проведения аудиторных занятий, что позволяет проверить у обучающихся не только сформированность профессиональных компетенций, но и развитие общих компетенций и обеспечивающих их умений.

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения регламентированы соответствующим Фондом оценочных средств (ФОС) по учебной дисциплине ОУД.07 "Основы безопасности жизнедеятельности".