

Министерство образования Ставропольского края  
Государственное бюджетное профессионально образовательное учреждение  
«Григорополиский сельскохозяйственный техникум имени атамана  
М.И.Платова»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБПОУ ГСХТ  
им. М.И.Платова

С.Г.Козел



\_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**ПАСПОРТ  
ОТКРЫТОГО СТАДИОНА ШИРОКОГО ПРОФИЛЯ  
С ЭЛЕМЕНТАМИ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ**

ст. Григорополисская 2018 год

**ПАСПОРТ**  
**ОТКРЫТОГО СТАДИОНА ШИРОКОГО ПРОФИЛЯ С**  
**ЭЛЕМЕНТАМИ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ**

Адрес (место расположения) стадиона: Ставропольский край,  
Новоалександровский район, станица Григорополисская, ул.  
Тимирязева д. 92; ул. Ленина д.9

Разработчики:

Руководитель-организатор ОБЖ

А.В. Цыс

Руководитель физического воспитания

Е.В. Самохина

Преподаватель физического воспитания

И.Г. Лунёв

Паспорт открытого стадиона широкого профиля с элементами полосы препятствий рассмотрен и одобрен на заседании предметной (цикловой) комиссии общеобразовательных дисциплин ГБПОУ ГСХТ имени атамана М.И.Платова

«03» 09 2018 г. протокол № 1

Председатель  Г.Ю.Филимонова

## **СОДЕРЖАНИЕ**

- 1. ПАСПОРТНЫЕ ДАННЫЕ ОТКРЫТОГО СТАДИОНА ШИРОКОГО ПРОФИЛЯ С ЭЛЕМЕНТАМИ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ**
- 2. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ ОБ ОТКРЫТОМ СТАДИОНЕ ШИРОКОГО ПРОФИЛЯ С ЭЛЕМЕНТАМИ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ**
- 3. ПРЕЧЕНЬ УЧЕБНЫХ ДИСЦИПЛИН ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ КОТОРЫХ НЕОБХОДИМ ОТКРЫТЫЙ СТАДИОН ШИРОКОГО ПРОФИЛЯ С ЭЛЕМЕНТАМИ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ**
- 4. НОРМАТИВНАЯ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ДОКУМЕНТАЦИЯ ОТКРЫТОГО СТАДИОНА ШИРОКОГО ПРОФИЛЯ С ЭЛЕМЕНТАМИ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ**

## **ПРИЛОЖЕНИЕ**

- 1. СХЕМА ОТКРЫТОГО СТАДИОНА ШИРОКОГО ПРОФИЛЯ С ЭЛЕМЕНТАМИ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ**
- 2. ИНВЕНТАРНАЯ СПРАВКА СТАДИОНА**
- 3. ФОТОПАНОРАМА СТАДИОНА**
- 4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**
- 5. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**
- 6. САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ № 26.ИЦ.01.000.М.003723.0413 от 08.04.2013г., копия**
- 7. СВИДЕТЕЛЬСТВА О ГОСУДАРСТВЕННОЙ РЕГИСТРАЦИИ ПРАВА СОБСТВЕННОСТИ № 26-АИ 320896 от 01.07.2013 г.; № 26-АИ 320954 от 08.07.2013 г.**
- 8. КАДАСТРОВЫЕ ПАСПОРТА № 26/501/13-428662 от 03 октября 2013 года; № 26/501/13-428765 от 03 октября 2013 года.**

# **1 ПАСПОРТНЫЕ ДАННЫЕ ОТКРЫТОГО СТАДИОНА ШИРОКОГО ПРОФИЛЯ С ЭЛЕМЕНТАМИ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ**

**1.1 Организация-разработчик:** государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Григорополисский сельскохозяйственный техникум имени атамана М.И.Платова» (далее – ГБПОУ ГСХТ им. М.И.Платова).

## **1.2 Стадион**

Открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий (далее – стадион) – это специально оборудованный учебный объект, включающий в себя открытые площадки и сооружения, оснащенный материально-техническими и учебно-методическими средствами обучения, а также оборудованный необходимыми техническими устройствами и инвентарём, которые предназначены для организации и проведения учебно-тренировочного процесса и соревнований по различным видам спорта.

Стадион – это структурное подразделение техникума, в котором проводится учебная, воспитательная и внеурочная работа со студентами в полном соответствии с действующими ФГОС СПО, учебными планами и рабочими программами, а также методическая работа по физическому воспитанию обучающихся с целью повышения эффективности и результативности образовательного процесса.

Стадион – это средство, обеспечивающее:

- создание здоровьесберегающей среды как единого комплекса социально-гигиенических, психолого-педагогических, морально-этических, физкультурно-оздоровительных и образовательных системных мер для обеспечения студентам и преподавателям психического и физического благополучия, комфортной морали и бытовой обстановки;

- научную организацию труда студентов и преподавателей в процессе реализации ФГОС СПО;

- формирование у студентов общих и профессиональных компетенций, знаний, умений, практического опыта, и творческого потенциала на занятиях по физической культуре, основы безопасности жизнедеятельности.

## **1.3 Область применения паспорта**

Паспорт стадиона представляет совокупность формализованных документов, в которых приводится систематизированная информация о стадионе. Паспорт стадиона является внутренним документом ГБПОУ ГСХТ им. М.И.Платова.



## **1.4 Назначение паспорта**

Проанализировать состояние базы стадиона и его готовность к реализации требований ФГОС СПО в части учебно-методического и материально-технического обеспечения преподавания физической культуры, осуществления физического воспитания и проведения спортивно- массовой работы.

## **1.5 Основные направления функционирования стадиона**

1. Учебная работа: изучение теоретических основ и получение практических умений по физической культуре в соответствии с ФГОС СПО и ФГОС ОО..
2. Методическая работа: разработка рекомендаций по реализации учебной дисциплины «Физическая культура», физического воспитания, военно-спортивной и организационно-массовой работы.

## **1.6 Исходные данные для разработки паспорта**

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2013 № 273-ФЗ, ст. 2 п. 26 «Средства обучения и воспитания – приборы, оборудование, включая спортивное оборудование и инвентарь, инструменты, учебно-наглядные пособия, компьютеры, информационно-телекоммуникационные сети, аппаратно-программные и аудиовизуальные средства, печатные и электронные образовательные информационные ресурсы и иные материальные объекты, необходимые для организации образовательной деятельности»;

ФГОС СПО;

ФГОС ОО;

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура»;

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

1.7 Стадион функционирует для реализации образовательных программ среднего профессионального образования:

по программам подготовки специалистов среднего звена:

35.02.05 Агрономия

35.02.06 Технология производства и переработки

сельскохозяйственной продукции

35.02.07 Механизация сельского хозяйства

38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям)

по программам подготовки квалифицированных рабочих и служащих:

19.01.17 Повар, кондитер

23.01.03 Автомеханик

- 35.01.11 Мастер сельскохозяйственного производства
- 35.01.13 Тракторист –машинист сельскохозяйственного производства
- 35.01.24 Управляющий сельской усадьбой
- 43.01.09 Повар, кондитер

### **1.8 На стадионе проводятся:**

- практические занятия;
- текущий контроль успеваемости;
- промежуточная аттестация;
- физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- групповые и индивидуальные консультации, в том числе по организации самостоятельной работы студентов.
- культурно-массовые мероприятия.

## **2 ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О СТАДИОНЕ**

### **2.1 Состав сооружений стадиона**

Спортивный комплекс количество 2 шт., земельное основание – ПГС выполнен из следующих элементов:

- комбинированный турник высотой 2,2; 1,9 и 1,6 м
- брусья высотой 1,45 м
- шведская стенка высотой 2,2 м

Беговые дорожки – 2 шт. двухполосная длиной 120 метров и 400 метров,

Площадка для игровых видов спорта. состоящая из следующих элементов:

- баскетбольных щит с кольцом и сеткой на металлической стойке с разметкой СТРИТБОЛ, 2шт.
- волейбольная площадка с двумя металлическими стойками, сеткой и разметкой, 1 шт.

Элементы оборудования военно-прикладной полосы препятствий, состоящий из:

- блиндаж
  - полоса с неровностями
  - разновысотные барьеры
- одиночный окоп для стрельбы и метания гранат 2220\*1020\*600 мм, пл. 1,36 кв.м.

Изображения сооружений стадиона приведены в приложении 1 к паспорту.

Схема расположения стадиона приведена в приложении 2 к паспорту.

### 2.3. Организация обслуживания:

№	Наименование форм обслуживания	режим	исполнители
1	Организация обслуживания и ремонта		
	Уборка открытой территории	Ежедневно	Дворник
	Косметический ремонт	По плану	Заведующий АХО
	Капитальный ремонт	По плану	Заведующий АХО

### 2.4 Материальная ответственность за сооружения стадиона

Материальная ответственность возложена на руководителя физического воспитания

### 2.5. Место расположения стадиона:

Ставропольский край, Новоалександровский район, станица Григорополисская, ул. Тимирязева д. 92; ул. Ленина д.9

### 2.6. Введение стадиона в эксплуатацию

Стадион признан годным для его использования по назначению и введен в эксплуатацию на основании Акта от 17 августа 2018 года.

# Приложение 1

Схемы беговых дорожек:

схема беговой дорожки 1:

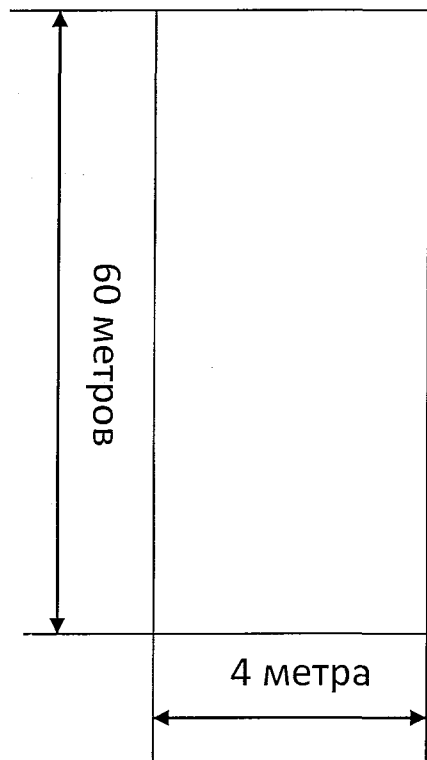


схема беговой дорожки 2:

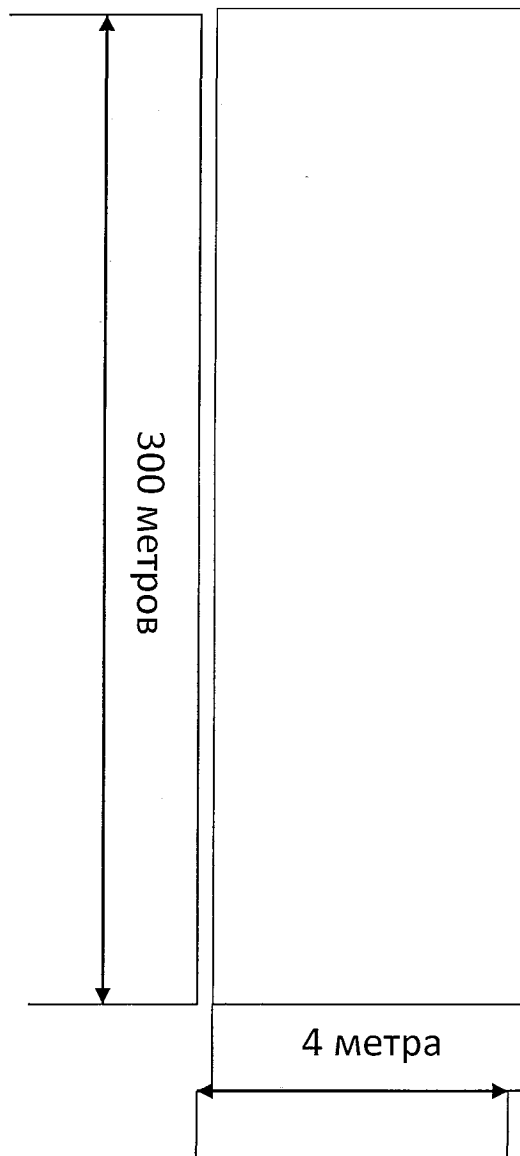
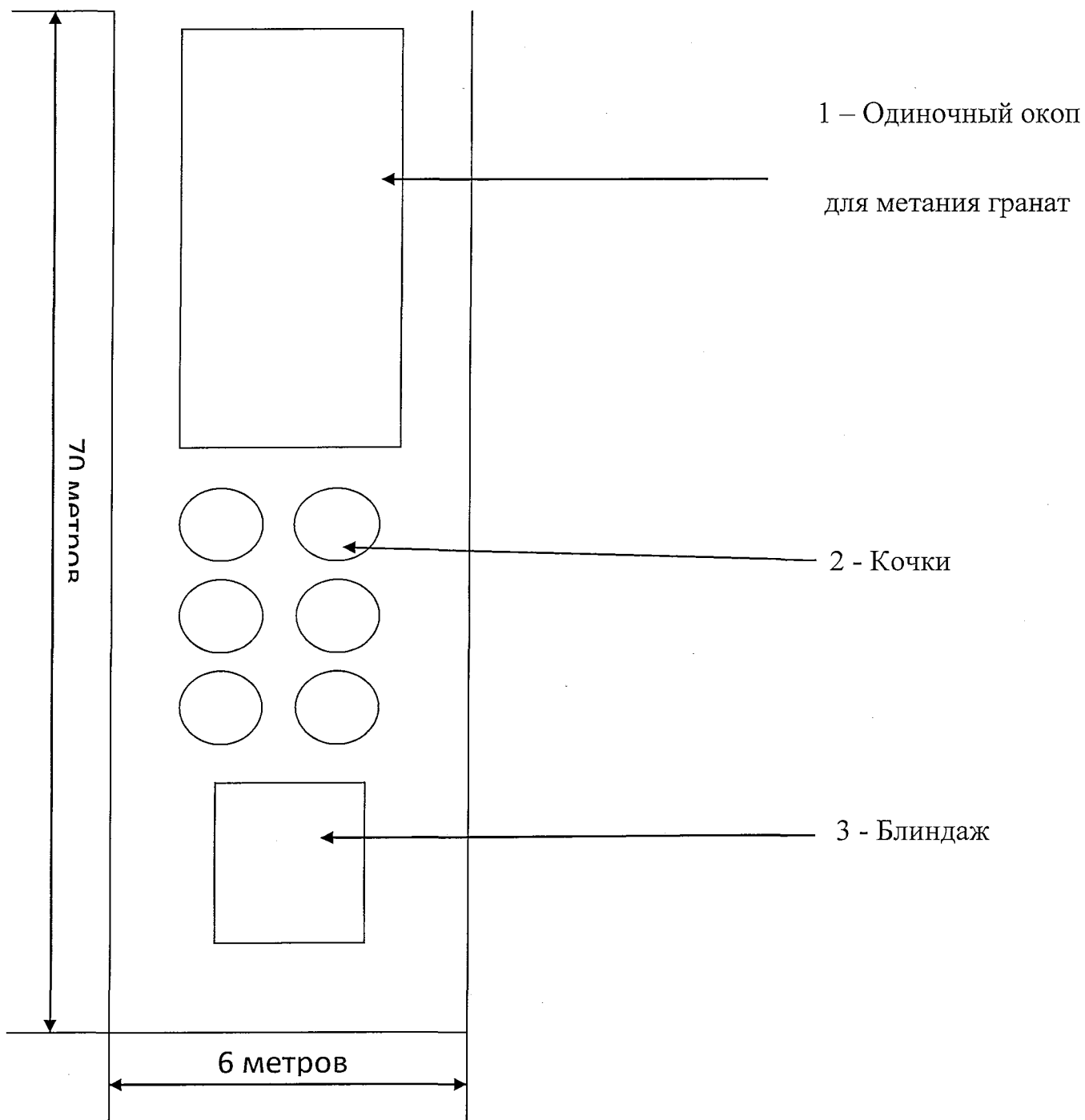
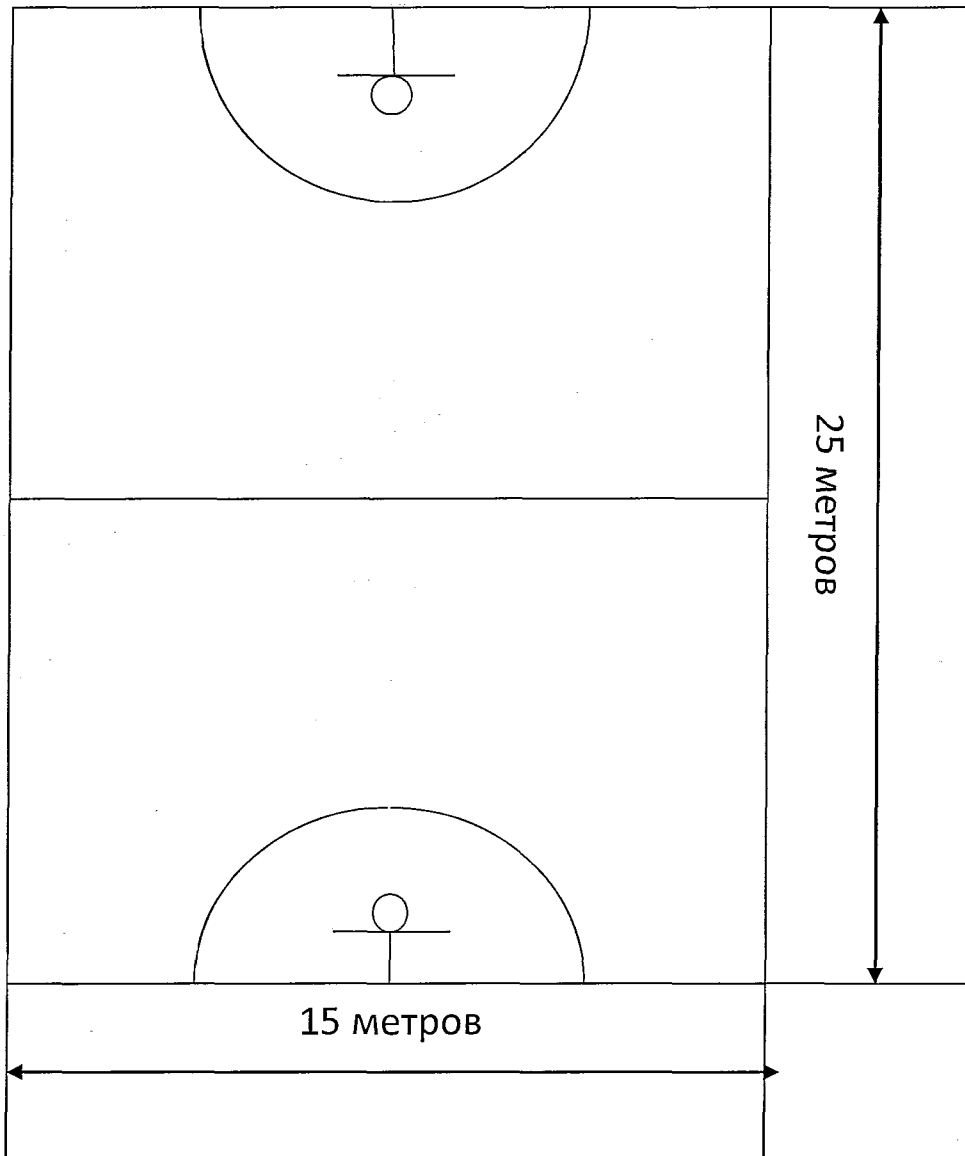


Схема расположения элементов полосы препятствий:

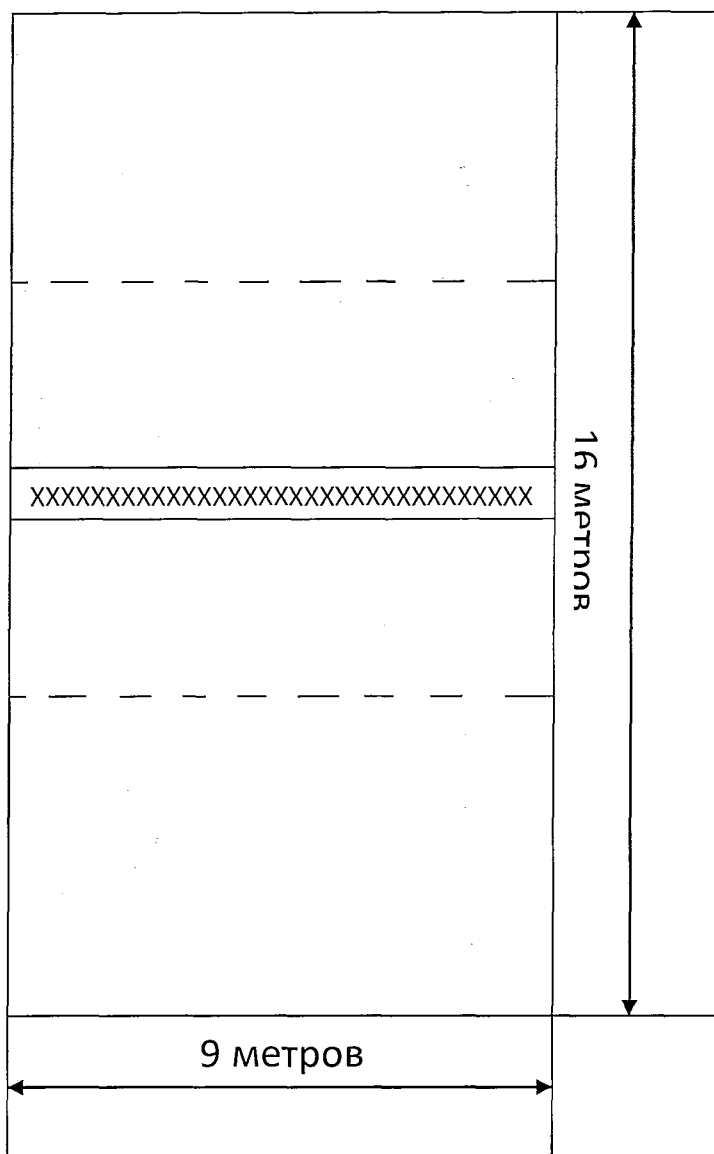


Площадка для игровых видов спорта:

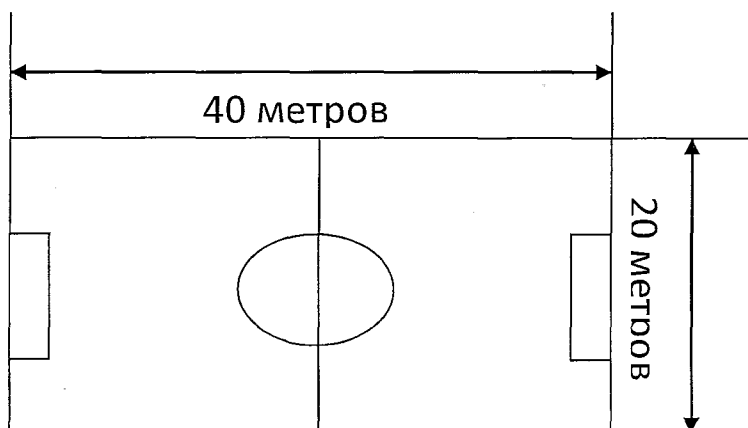
Баскетбольная площадка:



Волейбольная площадка:



Мини-футбольная площадка:



Приложение 2

**Инвентарная справка**

№ п/п	Оборудование и инвентарь	Количество
1	Сетка волейбольная	2
2	Мячи баскетбольные	5
3	Мячи футбольные	5
4	Мячи волейбольные	6
5	Штанга	1
6	Сетка футбольная	4
7	Фишки	20



**ФОТОПАНОРАМА**



**гимнастическая лестница**



**футбольное поле**





**лестница**





**волейбольная площадка**





**площадка для мини-футбола**



**брусья**





**гимнастическая лестница**



**рукоход**



**одиначный окоп для стрельбы и метания гранат**





**блиндаж**



**комбинированный турник**

**Министерство образования Ставропольского края**  
**ГБПОУ «Григорополиский сельскохозяйственный техникум имени**  
**атамана М.И.Платова»**

**Рабочая программа**

**дисциплины «Физическая культура**

**ст. Григорополисская**



Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе  
Федерального государственного образовательного стандарта по  
специальности среднего профессионального образования

## Содержание

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины «Физическая культура»

1.1. Область применения программы

1.2. Место дисциплины в структуре основной общеобразовательной программы: общеобразовательная дисциплина.

1.3. Цели и задачи дисциплины требования к результатам освоения дисциплины.

1.4. Результаты освоения учебной дисциплины.

2. Содержание учебной дисциплины.

3. Условия реализации программы учебной дисциплины.

3.1. Рекомендуемое количество часов.

3.2. Требования к материально-техническому обеспечению программы учебной дисциплины « Физическая культура ».

3.3. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий. Интернет ресурсов, дополнительной литературы.

### **1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины**

#### **Физическая культура**

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

Пояснительная записка

Программа общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» предназначена для организации занятий по физической культуре в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке Квалифицированных рабочих.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Физическая культура», в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований

федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

## **1.2 Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Учебная дисциплина «Физическая культура» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

В профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, учебная дисциплина «Физическая культура» изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС).

В учебных планах ОПОП СПО дисциплина «Физическая культура» входит в состав общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для профессий СПО или специальностей СПО соответствующего профиля профессионального образования.

## **1.3 Цели и задачи дисциплины, требования к результатам освоения дисциплины.**

Содержание программы «Физическая культура» направлено на достижение следующих целей:

- формирование физической культуры личности будущего профессионала, востребованного на современном рынке труда;
- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- овладение системой профессионально и жизненно значимых практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья;

- освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Программа учебной дисциплины «Физическая культура» служит основой для разработки рабочих программ, в которых профессиональные образовательные организации, реализующие образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, уточняют содержание учебного материала, последовательность его изучения, распределение учебных часов, тематику рефератов (докладов), индивидуальных проектов, виды самостоятельных работ с учетом специфики программ подготовки квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена, осваиваемой профессии или специальности.

Программа может использоваться другими профессиональными образовательными организациями, реализующими образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования; программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих; программы подготовки специалистов среднего звена (ПШКРС).

#### **Общая характеристика учебной дисциплины «Физическая культура»**

Содержание учебной дисциплины «Физическая культура» направлено на укрепление здоровья, повышение физического потенциала, работоспособности обучающихся, формирование у них жизненных, социальных и профессиональных мотиваций.

Реализация содержания учебной дисциплины «Физическая культура» в преимущественности с другими общеобразовательными дисциплинами способствует воспитанию, социализации и самоидентификации обучающихся посредством лично и общественно значимой деятельности, становлению целесообразного здорового образа жизни.

Методологической основой организации занятий по физической культуре является системно - деятельный подход, который обеспечивает построение образовательного процесса с учетом индивидуальных, возрастных, психологических, физиологических особенностей и качества здоровья обучающихся.

В соответствии со структурой двигательной деятельности содержание учебной дисциплины «Физическая культура» представлено тремя содержательными линиями:

- 1) физкультурно-оздоровительной деятельностью;
- 2) спортивно-оздоровительной деятельностью с прикладной ориентированной подготовкой;
- 3) введением в профессиональную деятельность .

Первая содержательная линия ориентирует образовательный процесс на укрепление здоровья студентов и воспитание бережного к нему отношения. Через свое предметное содержание она нацеливает студентов на

формирование интересов и потребностей в регулярных занятиях физической культурой и спортом, творческое использование осваиваемого учебного материала в разнообразных формах активного отдыха и досуга, самостоятельной физической подготовке к предстоящей жизнедеятельности. Вторая содержательная линия соотносится с интересами студентов в занятиях спортом и характеризуется направленностью на обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности обучающихся.

Третья содержательная линия ориентирует образовательный процесс на развитие интереса студентов к будущей профессиональной деятельности и показывает значение физической культуры для их дальнейшего профессионального роста, самосовершенствования и конкурентоспособности на современном рынке труда.

Основное содержание учебной дисциплины «Физическая культура» реализуется в процессе теоретических и практических занятий и представлено двумя разделами: теоретическая часть и практическая часть.

Теоретическая часть направлена на формирование у обучающихся мировоззренческой системы научно-практических основ физической культуры, осознание студентами значения здорового образа жизни, двигательной активности в профессиональном росте и адаптации к изменяющемуся рынку труда.

Практическая часть предусматривает организацию учебно-методических и учебно-тренировочных занятий.

Содержание учебно-методических занятий обеспечивает: формирование у студентов установки на психическое и физическое здоровье; освоение методов профилактики профессиональных заболеваний; овладение приемами массажа и , психорегулирующими упражнениями; знакомство с тестами, позволяющими самостоятельно анализировать состояние здоровья; овладение основными приемами неотложной доврачебной помощи. Темы учебно-методических занятий определяются по выбору из числа предложенных программой.

На учебно-методических занятиях преподаватель проводит консультации, по результатам тестирования помогает определить оздоровительную и профессиональную направленность индивидуальной двигательной нагрузки. Учебно-тренировочные занятия содействуют укреплению здоровья, развитию физических качеств, повышению уровня функциональных и двигательных способностей организма студентов, а также профилактике профессиональных заболеваний.

Для организации учебно-тренировочных занятий студентов по физической культуре кроме обязательных видов спорта (легкой атлетики, кроссовой подготовки, лыж, плавания, гимнастики, спортивных игр) дополнительно предлагаются нетрадиционные (ритмическая и атлетическая гимнастика, ушу, стретчинг, армрестлинг, пауэрлифтинг и др.). Вариативные компоненты содержания обучения выделены курсивом.

Специфической особенностью реализации содержания учебной дисциплины «Физическая культура» является ориентация образовательного процесса на получение преподавателем физического воспитания оперативной информации о степени освоения теоретических и методических знаний, умений, состоянии здоровья, физического развития, двигательной, психофизической, профессионально-прикладной подготовленности студента.

С этой целью до начала обучения в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, студенты проходят медицинский осмотр (диспансеризацию) и компьютерное тестирование. Анализ физического развития, физической подготовленности, состояния основных функциональных систем позволяет определить медицинскую группу, в которой целесообразно заниматься студентам основная, подготовительная или специальная.

К основной медицинской группе относятся студенты, не имеющие отклонений в состоянии здоровья, с хорошим физическим развитием и достаточной физической подготовленностью.

К подготовительной медицинской группе относятся лица с недостаточным физическим развитием, слабой физической подготовленностью, без отклонений или с незначительными временными отклонениями в состоянии здоровья.

К специальной медицинской группе относятся студенты, имеющие патологические отклонения в состоянии здоровья.

Используя результаты медицинского осмотра студента, его индивидуальное желание заниматься тем или иным видом двигательной активности, преподаватель физического воспитания распределяет студентов в учебные отделения: спортивное, подготовительное и специальное.

На спортивное отделение зачисляются студенты основной медицинской группы, имеющие сравнительно высокий уровень физического развития и физической подготовленности, выполнившие стандартные контрольные нормативы, желающие заниматься одним из видов спорта, культивируемых в СПО. Занятия в спортивном отделении направлены в основном на подготовку к спортивным соревнованиям в избранном виде спорта.

На подготовительное отделение зачисляются студенты основной и подготовительной медицинских групп. Занятия носят оздоровительный характер и направлены на совершенствование общей и профессиональной двигательной подготовки обучающихся.

На специальное отделение зачисляются студенты, отнесенные по состоянию здоровья к специальной медицинской группе. Занятия с этими студентами нацелены на устранение функциональных отклонений и недостатков в их физическом развитии, формирование правильной осанки, совершенствование физического развития, укрепление здоровья и поддержание высокой работоспособности на протяжении всего периода обучения.

Таким образом, освоение содержания учебной дисциплины «Физическая культура» предполагает, что студентов, освобожденных от занятий

физическими упражнениями, практически нет. Вместе с тем в зависимости от заболеваний двигательная активность обучающихся может снижаться или прекращаться. Студенты, временно освобожденные по состоянию здоровья от практических занятий, осваивают теоретический и учебно-методический материал, готовят рефераты, выполняют индивидуальные проекты. Темой реферата, например, может быть: «Использование индивидуальной двигательной активности и основных валеологических факторов для профилактики и укрепления здоровья» (при том или ином заболевании).

Все контрольные нормативы по физической культуре студенты сдают в течение учебного года для оценки преподавателем их функциональной и двигательной подготовленности, в том числе и для оценки их готовности к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Изучение общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» завершается подведением итогов в форме зачета (дифференцированного зачета) в рамках промежуточной аттестации студентов в процессе освоения ОПОП СПО с получением среднего общего образования (ППКРС).

#### **1.4 Результаты освоения учебной дисциплины**

Освоение содержания учебной дисциплины «Физическая культура» обеспечивает достижение студентами следующих результатов

•личностных:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;
- формировать устойчивую мотивацию к здоровому образу жизни и обучению, целенаправленному личностному совершенствованию двигательной активности с валеологической и профессиональной направленностью, неприятию вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- потребность к самостоятельному использованию физической культуры как составляющей доминанты здоровья;
- приобретение личного опыта творческого использования профессионально-оздоровительных средств и методов двигательной активности;
- формирование личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок, системы значимых социальных и межличностных отношений, личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных действий в процессе целенаправленной двигательной активности, способности их использования в социальной, в том числе профессиональной, практике;
- готовность самостоятельно использовать в трудовых и жизненных ситуациях навыки профессиональной адаптивной физической культуры;
- способность к построению индивидуальной образовательной траектории самостоятельного использования в трудовых и жизненных ситуациях навыков профессиональной адаптивной физической культуры;
- способность использования системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих

личностные и гражданские позиции, в спортивной, оздоровительной и физкультурной деятельности;

– формирование навыков сотрудничества со сверстниками, умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

– принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

– умение оказывать первую помощь при занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

– патриотизм, уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной;

– готовность к служению Отечеству, его защите;

• межпредметных:

– способность использовать межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные) в познавательной, спортивной, физкультурной, оздоровительной и социальной практике;

– готовность учебного сотрудничества с преподавателями и сверстниками с использованием специальных средств и методов двигательной активности;

– освоение знаний, полученных в процессе теоретических, учебно-методических и практических занятий, в области анатомии, физиологии, психологии (возрастной и спортивной), экологии, ОБЖ;

– готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию по физической культуре, получаемую из различных источников;

– формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовку;

– умение использовать средств информационных и коммуникационных технологий (далее — ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, норм информационной безопасности;

• предметных:

– умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;

– владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

– владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

– владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

– владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности, готовность к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

## **2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Теоретическая часть

1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО Современное состояние физической культуры и спорта. Физическая культура и личность профессионала. Оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни, сохранении творческой активности и долголетия, предупреждении профессиональных заболеваний и вредных привычек.

Особенности организации занятий со студентами в процессе освоения содержания учебной дисциплины «Физическая культура». Введение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Требования к технике безопасности при занятиях физическими упражнениями.

Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья. Здоровье человека, его ценность и значимость для профессионала. Взаимосвязь общей культуры обучающихся и их образа жизни. Современное состояние здоровья молодежи. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни. Двигательная активность.

Влияние экологических факторов на здоровье человека. О вреде и профилактике курения, алкоголизма, наркомании. Влияние наследственных заболеваний в формировании здорового образа жизни. Рациональное питание и профессия. Режим в трудовой и учебной деятельности. Активный отдых. Вводная и производственная гимнастика. Гигиенические средства оздоровления и управления работоспособностью: закаливание, личная гигиена, гидропроцедуры, бани, массаж. Материнство и здоровье. Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания.

Практическая часть

Учебно-методические занятия. Содержание учебно-методических занятий определяется по выбору преподавателя с учетом интересов студентов.

1. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств физической культуры для их направленной коррекции.

Использование методов самоконтроля, стандартов, индексов.

2. Методика составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической и профессиональной



направленности. Методика активного отдыха в ходе профессиональной деятельности по избранному направлению

3. Массаж при физическом и умственном утомлении.

4. Физические упражнения для профилактики и коррекции нарушения опорно-двигательного аппарата. Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания. Физические упражнения для коррекции зрения.

5. Составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастики с учетом направления будущей профессиональной деятельности студентов.

6. Методика определения профессионально значимых психофизиологических и двигательных качеств на основе профессиограммы специалиста. Спортограмма и профессиограмма.

7. Самооценка и анализ выполнения обязательных тестов состояния здоровья и общефизической подготовки. Методика самоконтроля за уровнем развития профессионально значимых качеств и свойств личности.

8. Ведение личного дневника самоконтроля (индивидуальной карты здоровья). Определение уровня здоровья (по Э. Н. Вайнеру).

9. Индивидуальная оздоровительная программа двигательной активности с учетом профессиональной направленности.

Учебно-тренировочные занятия.

При проведении учебно-тренировочных занятий преподаватель определяет оптимальный объем физической нагрузки, опираясь на данные о состоянии здоровья студентов, дает индивидуальные рекомендации для самостоятельных занятий тем или иным видом спорта.

1. Легкая атлетика.

Кроссовая подготовка.

Решает задачи поддержки и укрепления здоровья. Способствует развитию выносливости, быстроты, скоростно-силовых качеств, упорства, трудолюбия, внимания, восприятия, мышления.

Кроссовая подготовка: высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование; бег 100 м, эстафетный бег 4 ' 100 м, 4' 400 м; бег по прямой с различной скоростью, равномерный бег на дистанцию 2 000 м (девушки) и 3 000 м (юноши), прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжки в высоту способами: «прогнувшись», перешагивания, «ножницы», перекидной; метание гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши); толкание ядра.

2. Гимнастика

Решает оздоровительные и профилактические задачи. Развивает силу, выносливость, координацию, гибкость, равновесие. Совершенствует память, внимание, целеустремленность, мышление.

Общеразвивающие упражнения, упражнения в паре с партнером, упражнения с гантелями, набивными мячами, упражнения с мячом, обручем (девушки). Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний (упражнения в чередовании напряжения с расслаблением, упражнения для коррекции

нарушений осанки, упражнения на внимание, висы и упоры, упражнения у гимнастической стенки). Упражнения для коррекции зрения. Комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики.

### 3. Спортивные игры

Проведение спортивных игр способствует совершенствованию профессиональной двигательной подготовленности, укреплению здоровья, в том числе развитию координационных способностей, ориентации в пространстве, скорости реакции; дифференцировке пространственных, временных и силовых параметров движения, формированию двигательной активности, силовой и скоростной выносливости; совершенствованию взрывной силы развитию таких личностных качеств, как восприятие, внимание, память, воображение, согласованность групповых взаимодействий, быстрое принятие решений; воспитанию волевых качеств, инициативности и самостоятельности.

Из перечисленных спортивных игр профессиональная образовательная организация выбирает те, для проведения которых есть условия, материально-техническое оснащение, которые в большей степени направлены на предупреждение и профилактику профзаболеваний, отвечают климатическим условиям региона.

#### Волейбол

Исходное положение (стойки), перемещения, передача, подача, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении вперед и последующим скольжением на груди—животе, блокирование, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам волейбола. Игра по правилам.

#### Баскетбол.

Ловля и передача мяча, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком), вырывание и выбивание (приемы овладения мячом), прием техника защиты перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам.

#### Футбол (для юношей)

Удар по летящему мячу средней частью подъема ноги, удары головой на месте и в прыжке, остановка мяча ногой, грудью, отбор мяча, обманные движения, техника игры вратаря, тактика защиты, тактика нападения. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игра по правилам.

Виды спорта по выбору

#### **Дыхательная гимнастика**

Упражнения дыхательной гимнастики могут быть использованы в качестве профилактического средства физического воспитания.

Дыхательная гимнастика используется для повышения основных функциональных систем: дыхательной и сердечно-сосудистой. Позволяет

увеличивать жизненную емкость легких. Классические методы дыхания при выполнении движений. Дыхательные упражнения йогов. Современные методики дыхательной гимнастики.(Лобановой - Поповой, Стрельниковой, Бутейко).

**Содержание учебной дисциплины  
Физическая культура**

**Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Виды учебной работы</b>	<b>ВСЕГО</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	256
<b>Обязательная учебная нагрузка (всего)</b>	171
В том числе:	
Теория физического воспитания	10
Спортивные игры	100
Легкая атлетика	41
Гимнастика	16
туризм	4
<b>Самостоятельная работа обучающихся (всего)</b>	85
В том числе:	
Спортивные игры	59
Легкая атлетика	26
Гимнастика	
Туризм	

**2.Содержание учебной дисциплины «Физическая культура»**

<b>Наименование разделов и тем</b>	<b>Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>Объем часов</b>	<b>Уровень освоения</b>
<b>Раздел 1.Теория физического воспитания.</b>		10	

<p><b>Тема 1.1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов СПО.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p> <p>Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека.</p> <p>Основные понятия: «Физическая культура», «Физическая культура личности», ценности физической культуры.</p> <p>Компоненты физической культуры.</p> <p>Основы здорового образа жизни.</p> <p>Формирование здорового образа жизни.</p> <p>Факторы, определяющие здоровый образ жизни.</p>	2	2
<p><b>Тема 1.2. Тема 1.1. Психофизиологические основы учебного и производственного труда. Средства физической культуры в регулировании работоспособности.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p> <p>Приёмы самомассажа и релаксации. Комплексы упражнений.</p>	2	2
<p><b>Тема 1.3. Основы методики самостоятельных занятий физическими упражнениями</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p> <p>Самоконтроль занятий физическими упражнениями.</p>	2	2

<p><b>Тема</b> <b>1.4.Самоконтроль, его основные методы, показатели и критерии оценки.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b>  Способы контроля. показатели и критерии оценки .физического развития.</p>	2	2
<p><b>Тема 1.5.Физическая культура в профессиональной деятельности специалиста.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b>  Формирование здорового образа жизни. Профилактика профессиональных заболеваний, вредных привычек.</p>	2	2
<p><b>Раздел 2. Спортивные игры. ВОЛЕЙБОЛ.</b> <b>Тема 2.1.Волейбол в системе физического воспитания.</b>  Техника владения мячом.</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b>  Волейбол в системе физического воспитания.  Правила игры.  Техника владения мячом:  Подачи мяча (нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая).  Передачи мяча (передача вперед, передача назад).  Учебные игры.  Совершенствование техники владения мячом.</p>	10	2
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b></p>	8	2

	<p>Поддачи мяча (нижняя прямая, нижняя боковая, верхняя прямая).</p> <p>Передачи мяча (передача вперед, передача назад).</p> <p>Учебные игры.</p> <p>Совершенствовать технику владения мячом, выполнять специальные и подводящие упражнения.</p>		
<b>Тема 2.2. Техника игры в защите.</b>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p> <p>Техника игры в защите:</p> <p>Перемещения (стойки: устойчивая, основная, ходьба, бег, скачок).</p> <p>Прием мяча снизу двумя руками.</p> <p>Прием мяча сверху двумя руками.</p> <p>Места занятий, оборудование, инвентарь.</p>	16	2
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b></p> <p>Выполнять упражнения для совершенствования техники игры в защите .Правила игры.</p>	10	2
<b>Тема 2.3. Тренировочные и</b>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p>	6	2

<p><b>двусторонние игры в волейболе.</b></p>	<p>Тренировочные и двусторонние игры в волейбол.</p> <p>Совершенствование игровых связей.</p> <p>Правила соревнования по волейболу.</p> <p>Отработка изученных элементов.</p> <p>Совершенствование элементов техники игры.</p> <p>Судейство.</p>		
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b></p> <p>Выполнять упражнения для совершенствования техники игры. Изучать правила игры.</p>	2	
<p><b>Тема 2.4. Техника игры в нападении.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p> <p>Техника нападающего удара (ознакомление с техникой).</p> <p>Разбор по частям: разбег, прыжок, удар по мячу.</p> <p>Совершенствование техники нападающего удара.</p> <p>Имитация нападающего удара без мяча.</p>	18	2
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b></p>	7	2



	Выполнять упражнения для совершенствования техники игры. Изучать правила игры.		
<b>Тема 2.5.Подача мяча : нижняя боковая , нападающий удар.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>  Передачи мяча сверху, снизу.  Подачи мяча (нижняя прямая, верхняя прямая боковая)  Правила игры.	2	2
<b>Тема 2.6.Тренировка и двухсторонние игры.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>  Передачи мяча сверху, снизу.  Подачи мяча (нижняя прямая, верхняя прямая боковая)  Правила игры.	6	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>  Передачи мяча сверху, снизу.  Подачи мяча (нижняя прямая, верхняя прямая боковая). Правила игры.	2	2
<b>Тема 2.7. Баскетбол. Баскетбол в системе</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>  Техника владения мячом:	4	2

<p><b>физического воспитания.</b></p> <p><b>Техника ведения мяча.</b></p>	<p>Ловля мяча на месте и в движении,</p> <p>Передачи мяча: двумя руками от груди, с отскоком о пол, одной рукой (дальняя).</p> <p>Ведение мяча левой и правой рукой. высокое, низкое ведение.</p> <p>Обвод стоек.</p> <p>Ведение с броском по кольцу.</p> <p>Баскетбол в системе физического воспитания.</p> <p>Личная гигиена занимающихся.</p>		
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся . правила игры.</b></p> <p>Ведение мяча левой и правой рукой. высокое, низкое ведение.</p>	4	2
<p><b>Тема 2.8.Техника игры в защите.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p> <p>Техника игры в защите: Перемещения, защитная стойка, передвижения обычными и приставными шагами в различных направлениях, передвижения спиной вперёд.</p>	12	2

	<p>Элементы тактики игры в защите.</p> <p>Действия защитника против игрока с мячом и без мяча.</p> <p>Взаимодействия игроков в защите.</p> <p>Профилактика спортивного травматизма.</p> <p>Правила соревнований по баскетболу.</p>		
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b></p> <p>Техника игры в защите (зонная, личная)-изучить более подробно варианты защиты.</p>	10	2
<p><b>Тема 2.9. Техника игры в нападении.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p> <p>Техника игры в нападении: передвижения обычными и приставными шагами с изменением скорости и направления движения.</p> <p>«Быстрый прорыв»</p>	10	2
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b></p> <p>Совершенствовать технику игры в нападении.</p>	2	2
<p><b>Тема 2.10. Броски по кольцу. Техника противодействий.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p> <p>Броски по кольцу со штрафной линии.</p> <p>Овладение техники броска и ее совершенствование.</p>	4	2

	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Совершенствовать технику броска по кольцу.</p>	4	2
<p><b>Тема 2.11. Техника противодействий</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> Техника противодействий: Перехваты, вырывание, выбивание мяча. Овладение мячом при отскоке от щита, от корзины. Способы противодействия броска в корзину. Совершенствование технике противодействий.</p>	4	2
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Совершенствовать технику противодействий(выполнять упражнения развивающие ловкость, быстроту реакции).</p>	2	2
<p><b>Тема 2.12. Техника владения мячом.</b></p>	<p>Техника владения мячом: Ловля мяча на месте и в движении, Передачи мяча: двумя руками от груди, с отскоком о пол, одной рукой (дальняя). Ведение мяча левой и правой рукой. высокое, низкое ведение.</p>	16	2

	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся;</b> Ловля мяча на месте и в движении,</p> <p>Передачи мяча: двумя руками от груди, с отскоком о пол, одной рукой (дальняя).</p> <p>Ведение мяча левой и правой рукой. высокое, низкое ведение.</p>	8	2
<b>Раздел 3. Легкая атлетика.</b>			
<p><b>Тема 3.1.</b> Легкая атлетика в системе физического воспитания.</p> <p>Оздоровительное значение легкой атлетике. Техника бега с низкого старта.</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p> <p>Легкая атлетика в системе физического воспитания.</p> <p>Оздоровительное значение легкой атлетике.</p> <p>Техника бега:</p> <p>Низкий старт(техника принятия стартовых поз, бег по дистанции, финишировании).</p> <p>Специальные упражнения легкоатлетического бегуна.</p> <p>Переменный бег, бег с ускорением, бег с хода, с высокого старта.</p> <p>Воздействия природных компонентов на технику бега.</p>	16	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	10	2

	Беговые упражнения, бег 60, 100 метров.		
<b>Тема 3.2 Кроссовая подготовка.</b>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p> <p>Бег по пересеченной местности, бег в гору и под уклон. специальные упражнения бегуна.</p> <p>Совершенствование элементов высокого старта. Техника бега на равнинных местностях.</p> <p>Судейство соревнований по кроссу.</p> <p>Кросс:</p> <p style="padding-left: 40px;">Юноши – 1000м. - 3000м.</p>	12	2
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b></p> <p>Беговые упражнения. бег на выносливость.</p>	8	2
<b>Тема 3.3.Метание гранаты.</b>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p> <p>Метание гранаты:</p> <p>Составные элементы метания гранаты:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- держание снаряда,</li> <li>-разгон снаряда (разбег),</li> <li>-скрестные шаги,</li> <li>-финальное усилие.</li> </ul> <p>Техника безопасности.</p> <p>Метание гранаты с короткого разбега, с</p>	6	2

	<p>полного разбега.          Специальное упражнение метателя гранаты.</p>		
	<p><b>Самостоятельная работа:</b>          Выполнять специальные и проводящие упражнения метателя.</p>	6	2
<p><b>Тема 3.4. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> Разбег, толчок, полёт, приземление.</p>	4	2
<p><b>Тема 3.5. Прыжки с разбега в высоту способом «перекидной».</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> Разбег, толчок, переход через планку, приземление.</p>	1	2
<p><b>Раздел 4.          Гимнастика.</b></p>		16	
<p><b>Тема 4.1. Классификация видов гимнастики, основные требования к занятиям. Перестроения на месте и в движении. Ходьба строевым шагом.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b>          Строевые упражнения.          Перестроение на месте и в движении.          Ходьба строевым шагом.          Комплекс гимнастических упражнений.</p>	4	2
<p><b>Тема 4.2. Комплекс упражнений гигиенической гимнастики.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b>          Утренняя гигиеническая гимнастика(УГГ):          значение УГГ.</p>	4	2

	Составление и выполнение комплекса утренней гигиенической гимнастики.		
<b>Тема 4.3. Акробатика.</b> Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, переворот боком (колесом).  Стойки, равновесие, мост. Составление из ранее изученных акробатических упражнений вольные, их совершенствование.	<b>Содержание учебного материала:</b>  Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, переворот боком (колесом)  Стойки, равновесие, мост.  Шпагат, полу шпагат.	4	2
<b>Тема 4.4.Комплекс упражнений гигиенической гимнастики. составление и выполнение.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Комплекс упражнений гигиенической гимнастики.	4	2
<b>Тема 4.5.Туризм в системе физического воспитания, его оздоровительное значение. Виды туризма. Личная гигиена, одежда, обувь, укладка рюкзака.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Виды туризма. Личная гигиена, одежда, обувь, укладка рюкзака.	2	2
<b>Тема 4.6. Туризм. Оказание первой помощи, установка палатки. Охрана природы. Выбор места, разбивка бивака,</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> Оказание первой помощи, установка палатки. Охрана природы. Выбор места, разбивка бивака, разжигание костра.	4	2



<b>разжигание костра. Дифференцированный зачёт.</b>			
<b>ВСЕГО</b>	<b>Максимальная учебная нагрузка</b>	<b>256</b>	
	<b>обязательная учебная нагрузка</b>	<b>171</b>	

### **3. Условия реализации программы учебной дисциплины**

3.1. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины «Физическая культура».

При реализации содержания общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования ( ППКРС) вне зависимости от профиля профессионального образования максимальная учебная нагрузка обучающихся составляет:

- по специальностям СПО — 256 часов,  
из них аудиторная (обязательная) учебная нагрузка обучающихся, включая практические занятия, — 171 часов;
- внеаудиторная самостоятельная работа студентов — 85 часов

### **Характеристика основных видов учебной деятельности студентов.**

Теоретическая часть

1. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовки студентов СПО Современное состояние физической культуры и спорта. Физическая культура и личность профессионала. Оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни, сохранении творческой активности и долголетия, предупреждении профессиональных заболеваний и вредных привычек.

Особенности организации занятий со студентами в процессе освоения содержания учебной дисциплины «Физическая культура». Введение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Требования к технике безопасности при занятиях физическими упражнениями.

Основы здорового образа жизни. Физическая культура в обеспечении здоровья. Здоровье человека, его ценность и значимость для профессионала. Взаимосвязь общей культуры обучающихся и их образа жизни. Современное состояние здоровья молодежи. Личное отношение к здоровью как условие формирования здорового образа жизни. Двигательная активность.

Влияние экологических факторов на здоровье человека. О вреде и профилактике курения, алкоголизма, наркомании. Влияние наследственных заболеваний в формировании здорового образа жизни. Рациональное питание и профессия. Режим в трудовой и учебной деятельности. Активный отдых. Вводная и производственная гимнастика. Гигиенические средства оздоровления и управления работоспособностью: закаливание, личная гигиена, гидропроцедуры, бани, массаж. Материнство и здоровье. Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания.

Практическая часть

Учебно-методические занятия. Содержание учебно-методических занятий определяется по выбору преподавателя с учетом интересов студентов.

1. Простейшие методики самооценки работоспособности, усталости, утомления и применение средств физической культуры для их направленной коррекции.

Использование методов самоконтроля, стандартов, индексов.

2. Методика составления и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями гигиенической и профессиональной направленности. Методика активного отдыха в ходе профессиональной деятельности по избранному направлению

3. Массаж при физическом и умственном утомлении.

4. Физические упражнения для профилактики и коррекции нарушения опорно-двигательного аппарата. Профилактика профессиональных заболеваний средствами и методами физического воспитания. Физические упражнения для коррекции зрения.

5. Составление и проведение комплексов утренней, вводной и производственной гимнастик и с учетом направления будущей профессиональной деятельности студентов.

6. Методика определения профессионально значимых психофизиологических и двигательных качеств на основе профессиограммы специалиста. Спортограмма и профессиограмма.

7. Самооценка и анализ выполнения обязательных тестов состояния здоровья и общефизической подготовки. Методика самоконтроля за уровнем развития профессионально значимых качеств и свойств личности.

8. Ведение личного дневника самоконтроля (индивидуальной карты здоровья). Определение уровня здоровья (по Э. Н. Вайнеру).

9. Индивидуальная оздоровительная программа двигательной активности с учетом профессиональной направленности.

Учебно-тренировочные занятия.

При проведении учебно-тренировочных занятий преподаватель определяет оптимальный объем физической нагрузки, опираясь на данные о состоянии здоровья студентов, дает индивидуальные рекомендации для самостоятельных занятий тем или иным видом спорта.

1. Легкая атлетика.

Кроссовая подготовка.

Решает задачи поддержки и укрепления здоровья. Способствует развитию выносливости, быстроты, скоростно-силовых качеств, упорства, трудолюбия, внимания, восприятия, мышления.

Кроссовая подготовка: высокий и низкий старт, стартовый разгон, финиширование; бег 100 м, эстафетный бег 4 × 100 м, 4 × 400 м; бег по прямой с различной скоростью, равномерный бег на дистанцию 2 000 м (девушки) и 3 000 м (юноши), прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжки в высоту способами: «прогнувшись», перешагивания, «ножницы», перекидной; метание гранаты весом 500 г (девушки) и 700 г (юноши); толкание ядра.

## 2. Гимнастика

Решает оздоровительные и профилактические задачи. Развивает силу, выносливость, координацию, гибкость, равновесие, сенсоторику. Совершенствует память, внимание, целеустремленность, мышление.

Общеразвивающие упражнения, упражнения в паре с партнером, упражнения с гантелями, набивными мячами, упражнения с мячом, обручем (девушки). Упражнения для профилактики профессиональных заболеваний (упражнения в чередовании напряжения с расслаблением, упражнения для коррекции нарушений осанки, упражнения на внимание, висы и упоры, упражнения у гимнастической стенки). Упражнения для коррекции зрения. Комплексы упражнений вводной и производственной гимнастики.

## 3. Спортивные игры

Проведение спортивных игр способствует совершенствованию профессиональной двигательной подготовленности, укреплению здоровья, в том числе развитию координационных способностей, ориентации в пространстве, скорости реакции; дифференцировке пространственных, временных и силовых параметров движения, формированию двигательной активности, силовой и скоростной выносливости; совершенствованию взрывной силы; развитию таких личностных качеств, как восприятие, внимание, память, воображение, согласованность групповых взаимодействий, быстрое принятие решений; воспитанию волевых качеств, инициативности и самостоятельности.

Из перечисленных спортивных игр профессиональная образовательная организация выбирает те, для проведения которых есть условия, материально-техническое оснащение, которые в большей степени направлены на предупреждение и профилактику профзаболеваний, отвечают климатическим условиям региона.

### Волейбол

Исходное положение (стойки), перемещения, передача, подача, нападающий удар, прием мяча снизу двумя руками, прием мяча одной рукой с последующим нападением и перекатом в сторону, на бедро и спину, прием мяча одной рукой в падении вперед и последующим скольжением на груди—животе, блокирование, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам волейбола. Игра по правилам.

Баскетбол .

Ловля и передача мяча, ведение, броски мяча в корзину (с места, в движении, прыжком), вырывание и выбивание (приемы овладения мячом), прием техники защита — перехват, приемы, применяемые против броска, накрывание, тактика нападения, тактика защиты. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игра по правилам.

Футбол (для юношей)

Удар по летящему мячу средней частью подъема ноги, удары головой на месте и в прыжке, остановка мяча ногой, грудью, отбор мяча, обманные движения, техника игры вратаря, тактика защиты, тактика нападения. Правила игры. Техника безопасности игры. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игра по правилам.

Виды спорта по выбору

**Дыхательная гимнастика**

Упражнения дыхательной гимнастики могут быть использованы в качестве профилактического средства физического воспитания.

Дыхательная гимнастика используется для повышения основных функциональных систем: дыхательной и сердечно-сосудистой. Позволяет увеличивать жизненную емкость легких. Классические методы дыхания при выполнении движений. Дыхательные упражнения йогов. Современные методики дыхательной гимнастики. (Лобановой - Поповой, Стрельниковой, Бутейко).

### **3.2. Требования к материально-техническому обеспечению программы учебной дисциплины « Физическая культура »**

Все помещения, объекты физической культуры и спорта, места для занятий физической подготовкой, которые необходимы для реализации учебной дисциплины «Физическая культура», должны быть оснащены соответствующим оборудованием и инвентарем в зависимости от изучаемых разделов программы и видов спорта. Все объекты, которые используются при проведении занятий по физической культуре, должны отвечать действующим санитарным и противопожарным нормам.

Оборудование и инвентарь спортивного зала:

- стенка гимнастическая; перекладина навесная универсальная для стенки гимнастической; гимнастические скамейки; гимнастические снаряды (перекладина, брусья, бревно, конь с ручками, конь для прыжков и др.), тренажеры для занятий атлетической гимнастикой, маты гимнастические, канат, шест для лазания, канат для перетягивания, стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, беговая дорожка, ковер борцовский или татами, скакалки, палки гимнастические, мячи набивные, мячи для метания, гантели (разные), гири 16, 24, 32 кг, секундомеры, весы напольные, ростомер, динамометры, приборы для измерения давления и др.;

- кольца баскетбольные, щиты баскетбольные, рамы для выноса баскетбольного щита или стойки баскетбольные, защита для баскетбольного щита и стоек, сетки баскетбольные, мячи баскетбольные, стойки волейбольные, защита для волейбольных стоек, сетка волейбольная, антенны волейбольные с карманами, волейбольные мячи, ворота для мини-футбола, сетки для ворот мини-футбольных, гасители для ворот мини-футбольных, мячи для мини-футбола и др.

Открытый стадион широкого профиля:

- стойки для прыжков в высоту, перекладина для прыжков в высоту, зона приземления для прыжков в высоту, решетка для места приземления, указатель расстояний для тройного прыжка, брусок отталкивания для прыжков в длину и тройного прыжка, турник уличный, брусья уличные, рукоход уличный, полоса препятствий, ворота футбольные, сетки для футбольных ворот, мячи футбольные, сетка для переноса мячей, колодки стартовые, барьеры для бега, стартовые флажки или стартовый пистолет, флажки красные и белые, палочки эстафетные, гранаты учебные Ф-1, круг для метания ядра, упор для ног, для метания ядра, ядра, указатели дальности метания на 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55 м, нагрудные номера, тумбы «Старт—Финиш», «Поворот», рулетка металлическая, мерный шнур, секундомеры.

В зависимости от возможностей, которыми располагают профессиональные образовательные организации, для реализации учебной дисциплины «Физическая культура» в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования могут быть использованы:

- тренажерный зал;
- плавательный бассейн;
- лыжная база с лыжохранилищем;
- специализированные спортивные залы (зал спортивных игр, гимнастики, хореографии, единоборств и др.);
- открытые спортивные площадки для занятий: баскетболом; бадминтоном, волейболом, теннисом, мини-футболом, хоккеем;
- футбольное поле с замкнутой беговой дорожкой, секторами для прыжков и метаний.

В зависимости от возможностей материально-технической базы и наличия кадрового потенциала перечень учебно-спортивного оборудования и инвентаря может быть дополнен.

Для проведения учебно-методических занятий целесообразно использовать комплект мультимедийного и коммуникационного оборудования: электронные носители, компьютеры для аудиторной и внеаудиторной работы.

**3.3 Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий. Интернет ресурсов, дополнительной литературы.**

**Основная литература.**

Бишаева А.А. Физическая литература: учебник для студ. Учреждений сред. проф. Образования /А.А. Бишаева, \_ 5 изд.; стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2018, \_ 320с.

### **Дополнительная литература.**

Для студентов.

Физическая литература: Учеб. Для проф. образования И.П. Залетаев, В.П. шеянов, Б.И.Загорский и др. – М.: Высшая школа, 1984 – 287с.

Спортивные игры. Учебник для физ. Ин-тов. Под ред. Портных Ю.И. М., «Физкультура и спорт», 1975.

Барчуков И. С., Назаров Ю. Н., Егоров С. С. и др. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов вузов, курсантов и слушателей образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России / под ред. В. Я. Кикотя, И. С. Барчукова. —М., 2015

Барчуков И. С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / под общ.ред. Г. В. Барчуковой. —М., 2014.

Бишаева А. А. Физическая культура: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. —М., 2014.

Гамидова С. К. Содержание и направленность физкультурно-оздоровительных занятий. — Смоленск, 2015.

Решетников Н. В., Кислицын Ю. Л., Палтиевич Р. Л., Погадаев Г. И. Физическая культура: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. —М., 2015.

Сайганова Е. Г., Дудов В. А. Физическая культура. Самостоятельная работа: учеб. пособие. —М., 2015—(Бакалавриат).

Для преподавателей.

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013

№ 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014

№ 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ).

Приказ Министерства образования и науки РФ «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).

Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 “Об утверждении федерального

государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования»).

Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Министерства образования и науки РФ от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования».

Бишаева А. А. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента: учеб. пособие. —М., 2015.

Евсеев Ю. И. Физическое воспитание. —Ростов н/Д, 2015

Кабачков В. А. Полиевский С. А., Бурова А. Э. Профессиональная физическая культура в системе непрерывного образования молодежи: науч.-метод. пособие. —М., 2015

Литвинов А. А., Козлов А. В., Ивченко Е. В. Теория и методика обучения базовым видам спорта. Плавание. —М., 2014.

Манжелей И. В. Инновации в физическом воспитании: учеб. пособие. — Тюмень, 2015.

Мионов А. Т. И. Реабилитация социально-психологического здоровья детско-молодежных групп. —Кострома, 2014.

Тимошина А. И. Педагогическое обеспечение социальной работы с молодежью: учеб. пособие / под ред. Н. Ф. Басова. —3-е изд. —М., 2015.

Хомич М.М., Эммануэль Ю. В., Ванчакова Н.П. Комплексы корректирующих мероприятий при снижении адаптационных резервов организма на основе саногенетического мониторинга / под ред. С. В. Матвеева. —СПб., 2015

Интернет-ресурсы [www. minstm. gov. ru](http://www.minstm.gov.ru) (Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации).

[www. edu. ru](http://www.edu.ru) (Федеральный портал «Российское образование»).

[www. olymptic. ru](http://www.olymptic.ru) (Официальный сайт Олимпийского комитета России).

[www. gour32441. narod. ru](http://www.gour32441.narod.ru) (сайт: Учебно-методические пособия «Общевойсковая подготовка». Наставление по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации .

#### **4.Контроль и оценка результатов освоения дисциплины**

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, индивидуальных заданий, исследований.

<b>Результаты обучения</b> <b>(освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения.</b>
---	---

Умения	
-использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.	Тестирование уровня физической подготовленности.
Знания	
-о роли физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; -основы здорового образа жизни.	Тестирование уровня теоретической подготовленности.
Итоговая аттестация	дифференцированный зачет.



Министерство образования Ставропольского края  
ГБПОУ «Григорополиский сельскохозяйственный техникум имени  
атамана М.И. Платова»

# Рабочая программа

Дисциплины:

**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

Ст. Григорополисская  
2018 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с примерной программой общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования Протокол № 3 от 21 июля 2015 г.

Организация-разработчик ГБПОУ ГСХТ имени атамана М.И. Платова

Разработчик: Цыс Артур Викторович.

Рецензент: Самохина Е.В.

Одобрена:  
на заседании цикловой  
комиссии  
общеобразовательных  
дисциплин

Протокол № \_\_\_\_\_  
от « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018 г.

Председатель \_\_\_\_ Филимонова Г.Ю.

Утверждаю:

Заместитель директора по  
учебной работе  
\_\_\_\_\_ Чикильдина Н.А.

Согласовано:  
Старший методист  
Юровникова И.В.

## Содержание

Элементы оглавления не найдены. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ .....	23
---	----

### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях СПО, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе

основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

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

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

Программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» является основой для разработки рабочих программ, в которых профессиональные образовательные организации, реализующие образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, уточняют содержание учебного материала, последовательность его изучения, распределение учебных часов, тематику рефератов (докладов), индивидуальных проектов, виды самостоятельных работ, учитывая специфику программ подготовки квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена, осваиваемой профессии или специальности.

Программа может использоваться другими профессиональными образовательными организациями, реализующими образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования; программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих; программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ).

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

В современных условиях глобализации развития мировой экономики, усложнения, интенсификации и увеличения напряженности профессиональной деятельности специалистов существенно возрастает общественно-производственное значение состояния здоровья каждого человека. Здоровье становится приоритетной социальной ценностью. В связи с этим исключительную важность приобретает высокая профессиональная подготовка специалистов различного профиля к принятию решений и действиям по предупреждению чрезвычайных ситуаций (ЧС), а при их возникновении — к проведению соответствующих мероприятий по ликвидации их негативных последствий, и прежде всего к оказанию первой помощи пострадавшим.

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучает риски производственной, природной, социальной, бытовой, городской и других сред обитания человека как в условиях повседневной жизни, так и при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного, природного и социального характера. Данная дисциплина является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности.

Основными содержательными темами программы являются: введение в дисциплину, обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья, государственная система обеспечения безопасности населения, основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний.

Изучение общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации студентов в процессе освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППССЗ).

### **МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

В профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, учебная

дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП

СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППССЗ).

В учебных планах ППССЗ место учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» — в составе общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для профессий СПО или специальностей СПО соответствующего профиля профессионального образования.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

• **личностных:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

• **метапредметных:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-

- следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
  - формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
  - приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
  - развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
  - формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
  - формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
  - развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
  - формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
  - развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
  - освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
  - приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
  - формирование установки на здоровый образ жизни;

- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;
- **предметных:**
  - сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
  - получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
  - сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
  - сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
  - освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
  - освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
  - развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
  - формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
  - развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
  - получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
  - освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по



призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

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

## **РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Освоение содержания учебной дисциплины:

«Основы Безопасности Жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих результатов. Студенты должны:

### **уметь:**

- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- применять первичные средства пожаротушения;
- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
- оказывать первую помощь пострадавшим;

### **знать:**

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;

- основы военной службы и обороны государства;
- задачи и основные мероприятия гражданской обороны;
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;
- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;
- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

### **ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА**

Студент должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

- ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
- ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.
- ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
- ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
- ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
- ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
- ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### Введение

Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО.

### 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.

1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.

1.4. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.

1.5. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

1.6. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.

1.7. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».

### *Практические занятия*

. Вредные привычки

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

2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

2.2. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

2.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

2.4. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.

2.5. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.

2.6. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.

2.7. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.

2.8. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита,

эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.

2.9. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.

2.10. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

### *Практические занятия*

Организация ГО на объекте.

Основные мероприятия ГО по защите населения

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

3.1. История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.

3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации,

Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение.

3.3. Военская обязанность. Основные понятия о военной обязанности. Военский учет. Организация военного учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на военский учет. Обязанности граждан по военскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на военский учет.

3.4. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

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

3.6. Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

3.7. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.

3.8. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая военская дисциплина, верность военскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию

РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

3.9. Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.

3.10. Как стать офицером Российской армии. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.

3.11. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества. Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России — дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.

3.12. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

### ***Практические занятия***

Воинская обязанность.

Воинский учет.

Нормы международного права.

## **4. Основы медицинских знаний**

4.1. Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».

4.2. Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.

4.3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.

4.4. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.

4.5. Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.

4.6. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.

4.7. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.

4.8. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.

4.9. Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.

4.10. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.

4.11. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.

4.12. Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за



младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.

### ***Практические занятия***

Первая доврачебная помощь при ранениях

Первая доврачебная помощь при переломах

Первая доврачебная помощь при ожогах и отморожениях.

Первая доврачебная помощь при массовых поражениях

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

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

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

#### **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

При реализации содержания общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования вне зависимости от профиля профессионального образования максимальная учебная нагрузка студентов составляет:

#### **Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

- максимальная учебная нагрузка обучающегося - **105** часов,  
в том числе:
- самостоятельная работа обучающегося - **35** часов.
- обязательная аудиторная работа обучающегося - **70** часа;
- практическая работа - **20** часа.

## СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>105</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>70</b>
в том числе:	
лабораторные работы	Не предусмотрено
практические работы	<b>20</b>
курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	Не предусмотрено
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>35</b>
<b>в том числе:</b>	
Самостоятельная работа над курсовой работой (проектом) (если предусмотрено)	Не предусмотрено
- реферат - доклад - домашнее задание (написание конспекта по теме) Указываются другие виды самостоятельной работы при их наличии (реферат, расчетно-графическая работа, домашняя работа и т.п.)	- - <b>35</b>
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета.	<b>2</b>

Наименование тем	Максимальная учебная нагрузка	Внеаудиторная самостоятельная работа	Обязательная	Из них	
				теория	практика
<b>Введение</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.</b>	<b>20</b>	<b>6</b>	<b>14</b>	<b>12</b>	<b>2</b>
<b>Государственная система обеспечения безопасности населения.</b>	<b>26</b>	<b>10</b>	<b>16</b>	<b>12</b>	<b>4</b>
<b>Основы обороны государства и</b>	<b>28</b>	<b>10</b>	<b>18</b>	<b>12</b>	<b>6</b>

<b>воинская обязанность.</b>					
<b>Основы медицинских знаний.</b>	<b>26</b>	<b>8</b>	<b>18</b>	<b>10</b>	<b>8</b>
<b>Итоговое занятие: Дифференцированный зачёт.</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>Итого</b>	<b>105</b>	<b>35</b>	<b>70</b>	<b>50</b>	<b>20</b>

**Тематический план и содержание учебной дисциплины  
ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ.**

<b>№ П/П</b>	<b>Наименование разделов и тем.</b>	<b>Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа студентов.</b>	<b>Объем часов</b>	<b>Уровень освоения</b>
1	<b>Введение.</b>	Содержание учебного материала. <b>Введение.</b>	2	3
<b>Раздел №1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровье.</b>			<b>20</b>	
2	<b>Тема 1.1 Здоровый образ жизни, основные понятия и определения.</b>	Содержание учебного материала. <b>Здоровый образ жизни, основные понятия и определения.</b>	2	3
		<u>Самостоятельная работа студентов:</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.</li> <li>• Факторы, способствующие укреплению здоровья.</li> </ul>	2	1
3	<b>Тема 1.2. Здоровое питание человека.</b>	Содержание учебного материала. <b>Здоровое питание человека.</b>	2	3
		Содержание учебного материала.		

4	Тема 1.3. Режим труда и отдыха.	Режим труда и отдыха.	2	3
5	Тема 1.4. Вредные привычки. Табакокурение.	Содержание учебного материала.	2	3
		Табакокурение.		
6	Тема 5. Вредные привычки. Алкоголизм.	Содержание учебного материала.	2	3
		Алкоголизм.		
7	Тема 1.6. Вредные привычки. Наркомания.	Содержание учебного материала	2	3
		Практическая занятие №1: Вредные привычки. Наркомания.		
		<u>Самостоятельная работа студентов:</u> · 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.	2	1
8	Тема 1.7. Нравственность и здоровье.	Содержание учебного материала.	2	3
		Нравственность и здоровье.	2	1
		<u>Самостоятельная работа студентов:</u> - Семья в современном обществе. - Пути сохранения репродуктивного здоровья общества. - Болезни передаваемые половым путем. - СПИД — чума XXI века.		
<b>Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения</b>			<b>24</b>	
9	Тема 2.1. Общая характеристика чрезвычайных ситуаций.	Содержание учебного материала.	2	3
		Общая характеристика чрезвычайных ситуаций.		
		<u>Самостоятельная работа студентов:</u> · Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.	2	1

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.</li> <li>• Терроризм как основная социальная опасность современности.</li> </ul>		
10	<b>Тема 2.2</b> <b>Организация защиты в ЧС.</b>	Содержание учебного материала. <b>Организация защиты в ЧС.</b>	2	3
11	<b>Тема 2.3.</b> <b>Экологическая безопасность.</b>	Содержание учебного материала. <b>Экологическая безопасность.</b>	2	3
		<u>Самостоятельная работа студентов:</u> - Экологическое законодательство. - Экология и здоровье человека.	2	1
12	<b>Тема 2.4. Единая Государственная система предупреждения и ликвидации ЧС.</b>	Содержание учебного материала. <b>Единая Государственная система предупреждения и ликвидации ЧС.</b>	2	3
13	<b>Тема 2.5. Цели и задачи гражданской обороны.</b>	Содержание учебного материала. <b>Цели и задачи гражданской обороны.</b>	2	3
14	<b>Тема 2.6.</b> <b>Современные средства поражения.</b>	Содержание учебного материала <b>Современные средства поражения.</b>	2	3
		<u>Самостоятельная работа студентов:</u> - Современные средства поражения и их поражающие факторы.	2	1
15	<b>Тема 2.7.</b> <b>Организация ГО на объекте.</b>	Содержание учебного материала. <b>Практическая работа №2:</b> <b>Организация ГО на объекте.</b>	2	3
ПР 2		<u>Самостоятельная работа студентов:</u> - Структура ГО на объекте - Информирование населения. - Средства радиационного и химического контроля.	2	1
		Содержание учебного материала		

16 ПР 3	Тема 2.8. Основные мероприятия ГО по защите населения.	Практическая работа №3: Основные мероприятия ГО по защите населения.	2	3
		<u>Самостоятельная работа студентов:</u> - Средства коллективной защиты. - Средства индивидуальной защиты.	2	1
Раздел 3 Основы обороны государства и воинская обязанность.			28	
17	Тема 3.1. История создания вооруженных сил России.	Содержание учебного материала.	2	3
		История создания вооруженных сил России.		
		<u>Самостоятельная работа студентов:</u> - Вооруженные силы. Московского государства. - Реформы Петра I и Екатерины II. - Военные реформы Д.А. Милютин. - Реформы армии XX в.	2	1
18	Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил России.	Содержание учебного материала.	2	3
		Организационная структура Вооруженных Сил России.		
19	Тема 3.3. Функции и основные задачи Вооруженных сил РФ.	Содержание учебного материала.	2	3
		Функции и основные задачи Вооруженных сил РФ.		
20	Тема 3.4. Воинская обязанность.	Содержание учебного материала.	2	3
		Воинская обязанность.		
21 ПР 4	Тема 3.5. Воинский учет.	Содержание учебного материала.	2	3
		Практическая работа №4: Воинский учет.		
		<u>Самостоятельная работа студентов:</u> - Организация воинского учета. - Обязанности граждан ВУ. - Постановка на воинский учет.	2	1
22		Содержание учебного материала.		

ПР 5	Тема 3.6. Правовые основы военной службы.	Практическая работа №5: Правовые основы военной службы.	2	3
		Самостоятельная работа студентов: 1.Права и обязанности военнослужащих. 2.Ответственность военнослужащих. 3.Воинская дисциплина. 4.Преступления против военной службы. 5.Требования к военнослужащим.	2	1
23 ПР 6	Тема 3.7. Нормы международного права.	Содержание учебного материала.	2	3
		Практическая работа №6: Нормы международного права.		
		Самостоятельная работа студентов: - Миротворческая деятельность. - Военные аспекты международного права.	2	1
24	Тема 3.8. Дни воинской славы.	Содержание учебного материала.	2	3
		Дни воинской славы.		
		Самостоятельная работа студентов: - Ледовое побоище. - Куликовская битва. - 1612 г. освобождение Москвы. - Полтавское сражение. - Сражение при Гангуте. - Штурм крепости Измаил. - Сражение у Тендеры. - Бородино.	2	1
25	Тема 3.9. Символы воинской части. Ритуалы Вооруженных сил России.	Содержание учебного материала.	2	3
		Символы воинской части. Ритуалы Вооруженных сил России.		
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний.</b>			<b>26</b>	
26	Тема 4.1. Инфекционные заболевания.	Содержание учебного материала.	2	3
		Инфекционные заболевания.		
		Содержание учебного материала.		



27	Тема 4.2. Первая доврачебная помощь при ранениях.	Первая доврачебная помощь при ранениях.	2	3
28 ПР 7	Тема 4.3. Первая доврачебная помощь при кровотечениях.	Содержание учебного материала.	2	3
		<b>Практическая работа №7: Первая доврачебная помощь при кровотечениях.</b>		
		<u>Самостоятельная работа студентов:</u> - Виды кровотечений и способы оказания ПДП. - Наложения повязок, жгута.	2	1
29 ПР 8	Тема 4.4. Первая доврачебная помощь при переломах.	Содержание учебного материала.	2	3
		<b>Практическая работа №8: Первая доврачебная помощь при переломах.</b>		
		<u>Самостоятельная работа студентов:</u> - Техника безопасности. - Виды переломов. - Оказания ПДП при переломах, растяжениях, вывихах, порывах связок и мышц.	2	1
30 ПР 9	Тема 4.5. Первая доврачебная помощь при ожогах и отморожениях.	Содержание учебного материала.	2	3
		<b>Практическая работа №9: Первая доврачебная помощь при ожогах и отморожениях.</b>		
		<u>Самостоятельная работа студентов:</u> Первая доврачебная помощь при ожогах и отморожениях.	2	1
31 ПР 10	Тема 4.6. Первая доврачебная помощь при массовых поражениях.	Содержание учебного материала.	2	3
		<b>Практическая работа №10: Первая доврачебная помощь при массовых поражениях.</b>		
		<u>Самостоятельная работа студентов:</u> - Первая доврачебная помощь при шоке. - Радиационное поражение. - Первая доврачебная помощь при химическом поражении.	2	1
		Содержание учебного материала.		

32	<b>Тема 4.7. Проведение сердечно – легочной реанимации.</b>	<b>Проведение сердечно – легочной реанимации.</b>	2	3
33	<b>Тема 4.8. Оказания первой доврачебной помощи при отравлениях.</b>	Содержание учебного материала.	2	3
		<b>Оказания первой доврачебной помощи при отравлениях.</b>		
34	<b>Тема 4.9. Транспортные положения при различных видах травм.</b>	Содержание учебного материала.	2	3
		<b>Транспортные положения при различных видах травм.</b>		
35	<b>Итоговое занятие. Дифференцирован ный зачет.</b>	<b>Дифференцированный зачет.</b>	2	2
		Самостоятельная работа студентов: Сдача зачета.	1	1

## УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

### Требования к минимальному материально-техническому обеспечению дисциплины «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Помещение кабинета основ безопасности жизнедеятельности и безопасности жизнедеятельности должно удовлетворять требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2.178-02)<sup>1</sup>. Оно должно быть оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки студентов.

В кабинете должно быть мультимедийное оборудование, при помощи которого участники образовательного процесса могут просматривать визуальную информацию, создавать презентации, видеоматериалы, иные документы.

В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы учебной дисциплины входят:

- многофункциональный комплекс преподавателя;
- наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов, портретов выдающихся ученых в области обеспечения безопасной жизнедеятельности населения и др.);
- информационно-коммуникативные средства;
- экранно-звуковые пособия;
- тренажеры для отработки навыков оказания сердечно-легочной и мозговой реанимации с индикацией правильности выполнения действий на экране компьютера и пульте контроля управления — роботы-тренажеры типа «Гоша» и др.;
- тренажер для отработки действий при оказании помощи в воде;
- имитаторы ранений и поражений;
- образцы аварийно-спасательных инструментов и оборудования (АСИО), средств индивидуальной защиты (СИЗ): противогаз ГП-7, респиратор Р-2, защитный костюм Л-1, общевойсковой защитный костюм, общевойсковой прибор химической разведки, компас-азимут; дозиметр бытовой (индикатор радиоактивности);
- учебно-методический комплект «Факторы радиационной и химической опасности» для изучения факторов радиационной и химической опасности;
- образцы средств первой медицинской помощи: индивидуальный перевязочный пакет ИПП-1; жгут кровоостанавливающий; аптечка индивидуальная АИ-2; комплект противоожоговый; индивидуальный

противохимический пакет ИПП-11; сумка санитарная; носилки плащевые;

- образцы средств пожаротушения (СП);
- макеты: встроенного убежища, быстровозводимого убежища, противорадиационного укрытия, а также макеты местности, зданий и муляжи;
- макет автомата Калашникова;
- электронный стрелковый тренажер;
- обучающие и контролирующие программы по темам дисциплины;
- комплекты технической документации, в том числе паспорта на средства обучения, инструкции по их использованию и технике безопасности;
- библиотечный фонд.

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

Библиотечный фонд может быть дополнен энциклопедиями, справочниками, научной и научно-популярной литературой и др.

## РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

### Основная литература

Косолапов Н В Основы Безопасности Жизнедеятельности Учебник. Рекомендовано ФГАУ (ФИРО) 4-е изд.М.-Академия 2017-г пер № 7 бц

Косолапов Н В Основы Безопасности Жизнедеятельности Учебник. Рекомендовано ФГАУ (ФИРО) 4-е изд.М.-Академия 2015-г

Микрюков В.Ю. Азбука патриота. Друзья и враги России. — М., 2015.

### Дополнительная литература

Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных федеральными конституционными законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ) // СЗ РФ. — 2009. — № 4. — Ст. 445.

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (в ред. федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ) «Об образовании в Российской Федерации».

Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).

Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования"».

Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования».

Гражданский кодекс РФ (Ч. 1) (утвержден Федеральным законом от 30.11.94 № 51-ФЗ (в ред. от 11.02.2013, с изм. и доп. от 01.03.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 32 (Ч. 1). — Ст. 3301.

Гражданский кодекс РФ (Ч. 2) (утвержден Федеральным законом от 26.01.96 № 14-ФЗ) (в ред. от 14.06.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 5 (Ч. 2). — Ст. 410.

Гражданский кодекс РФ (Ч. 3) (утвержден Федеральным законом от 26.11.01 № 146-ФЗ) (в ред. от 05.06.2012) // СЗ РФ. — 2001. — № 49. — Ст. 4552.

Гражданский кодекс РФ (Ч. 4) (утвержден Федеральным законом от 18.12.06 № 230-ФЗ) (в ред. от 08.12.2011) // СЗ РФ. — 2006. — № 52 (Ч. 1). — Ст. 5496.

Семейный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 29.12.1995 № 223-ФЗ) (в ред. от 12.11.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 1. — Ст. 16.

Уголовный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 13.06.1996 № 63-ФЗ) (в ред. от 07.12.2011 ; с изм. и доп., вступающими в силу с 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 25. — Ст. 2954.

Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.

Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.

Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.

Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.

Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.

Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.

Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.

Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.

Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.

Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил

Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2015. — № 47.

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2016.

Приказ министра обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.02.2010 № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» (зарегистрировано Минюстом России 12.04.2010, регистрационный № 16866).

Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. — М., 2014.

Косолапова Н.В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2013.

Митяев А. Книга будущих командиров. — М., 2015.

Назарова Е.Н., Жиллов Ю.Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2016.

Общевойсковые уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2015 г.) — Ростов н/Д, 2015.

### **Справочники, энциклопедии**

Изотова М.А., Царева Т.Б. Полная энциклопедия орденов и медалей России. — М., 2016.

Ионина Н.А. 100 великих наград. — М., 2009.

Каменев А. И. Энциклопедия русского офицера. — М., 2015.

Каторин Ю. Ф. Танки: иллюстрированная энциклопедия. — М., 2016.

Лубченков Ю. Н. Русские полководцы. — М., 2016

## Интернет-ресурсы

- [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).  
[www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).  
[www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) (Boo^ Gid. Электронная библиотека).  
[www.globalteka.ru/index.html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).  
[www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).  
[www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).  
[www.school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).  
[www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).  
[www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).  
[www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).  
[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)

## КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<b>Умения:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- работать с программными средствами универсального назначения, соответствующими современным требованиям;</li><li>- осуществлять выбор способа представления информации в соответствии с учебными задачами;</li><li>- иллюстрировать учебные работы с использованием средств информационных технологий;</li><li>- использовать альтернативные средства коммуникации в учебной и будущей профессиональной деятельности;</li><li>- использовать специальные информационные и коммуникационные технологии в индивидуальной и</li></ul>	<b>Текущий контроль:</b> Формализованное наблюдение за деятельностью обучающегося и оценка результатов тестирования, письменного опроса, фронтального опроса



<p>коллективной учебной и будущей профессиональной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать приобретенные знания и умения в учебной и будущей профессиональной деятельности для эффективной организации индивидуального информационного пространства;</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы современных информационных технологий переработки и преобразования текстовой, табличной, графической и другой информации;</li> <li>- современное состояние уровня и направлений развития технических и программных средств универсального и специального назначения</li> </ul>	<p>ОК 1 – 9</p> <p><i>Текущий контроль:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– опрос,</li> <li>контрольное тестирование;</li> <li>-защита рефератов;</li> <li>решение тестовых заданий</li> </ul> <p>ОК 1 - 9</p>
--	---

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки результатов
<ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;</li> <li>- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;</li> <li>- применять первичные средства пожаротушения;</li> <li>- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности; применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;</li> <li>- владеть способами бесконфликтного общения и самоконтроля в повседневной деятельности и экстремальных условиях</li> </ul>	<p>Сообщение Письменный контроль темы. Видео плакаты.</p> <p>Сообщение Письменный контроль темы. Защита практической работы. Письменный контроль темы Доклад</p> <p>Защита практической работы Защита практической работы</p> <p>Защита практической работы</p>



Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки результатов
<p>- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирование развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;</li> <li>- основы военной службы и обороны государства;</li> <li>- задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;</li> <li>- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;</li> <li>- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;</li> <li>- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;</li> <li>- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;</li> <li>- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим</li> </ul>	<p>Сообщение Письменный контроль темы.</p> <p>Сообщение Письменный контроль темы.</p> <p>Сообщение Письменный контроль темы. Защита практической работы Тестирование.</p> <p>Защита практической работы Сообщение.</p> <p>Защита практической работы Доклад</p> <p>Сообщение Письменный контроль темы. Изготовление видео плакатов</p> <p>Доклад. Защита практической работы Сообщения</p> <p>Письменный контроль темы. Защита практической работы Тестирование. Видео плакаты</p>

Преподаватель – организатор ОБЖ

Цыс А.В.

**САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

**№ 26.ИЦ.01.000.М.003723.0413 от 08.04.2013г., копия**

**ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО ТЕХНИЧЕСКОМУ РЕГУЛИРОВАНИЮ И МЕТРОЛОГИИ**  
**В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА**  
 Территориальный отдел Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Ставропольскому краю в Изобильненском районе

---

**САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

№ 26.ИЦ.01.000.М.003723.04.13 от 08.04.2013 г. ✓

Настоящим санитарно-эпидемиологическим заключением удостоверяется, что производство (заявленный вид деятельности, работы, услуги) (перечислить виды деятельности (работ, услуг) для производства — виды выпускаемой продукции, наименование объекта, фактический адрес):  
**Образовательная деятельность.**

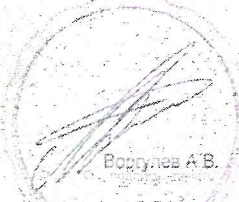
Перечень объектов согласно приложения (Российская Федерация)

Заведение (наименование организации-заказчика, юридический адрес)  
 Государственное бюджетное образовательное учреждение среднего профессионального образования "Григоропольский сельскохозяйственный техникум имени агитатора М. И. Платова" Ставропольский край, Новосалехандровский район, станица Григоропольская, улица Ленина, дом 1 (Российская Федерация)

**СООТВЕТСТВУЕТ (НЕ СООТВЕТСТВУЕТ)** государственным санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам (нужное подчеркнуть, укажите полное наименование санитарных правил)  
 СанПиН 2.4.5.1186-03 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации учебно-производственного процесса в образовательных учреждениях начального профессионального образования"

Основанием для признания условий производства (вида деятельности, работ, услуг) соответствующими (не соответствующими) государственным санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам являются (перечислить рассмотренные документы)  
 Санитарно-эпидемиологические заключения №26.ИЦ.01.110.М.002491.04.09 от 09.04.2009 г., №26.ИЦ.01.000.М.003611.06.12 от 04.06.2012 г., №26.ИЦ.01.000.М.003630.07.12 от 30.07.2012 г. выданы Территориальным отделом Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Ставропольскому краю в Изобильненском районе

Заключение действительно до  
 Главный государственный санитарный врач  
 (заместитель главного государственного санитарного врача)

  
 Воронов А.В.  
 2095076





**СВИДЕТЕЛЬСТВА О ГОСУДАРСТВЕННОЙ РЕГИСТРАЦИИ ПРАВА  
СОБСТВЕННОСТИ № 26-АИ 320896 от 01.07.2013 г.; № 26-АИ 320954 от  
08.07.2013 г.**

**СВИДЕТЕЛЬСТВО**

**О ГОСУДАРСТВЕННОЙ РЕГИСТРАЦИИ ПРАВА**

Управление Федеральной службы государственной регистрации,  
кадастра и картографии по Ставропольскому краю

Дата выдачи: 01.07.2013 г.

**Документы-основания:**

Распоряжение Министерства имущественных отношений Ставропольского края №1988 от  
17.10.2012 г.

Передаточный акт от 01.01.2013 г.

**Субъект (субъекты) права:**

Государственное бюджетное образовательное учреждение среднего профессионального  
образования "Григоропольский сельскохозяйственный техникум имени атамана М.И.  
Платова". ИНН 2615004324. ОГРН 1022602825693. КПП 261501001. Дата регистрации:  
25.05.2000 г., наименование органа регистрации: МРиМНС России №4 по Ставропольскому  
краю. Адрес (место нахождения) постоянно действующего исполнительного органа  
юридического лица: Ставропольский край, Новоалександровский район, станция  
Григоропольская, улица Ленина, дом №1.

Вид права: постоянное (бессрочное) пользование

**Объект права:**

Наименование: Земельный участок. Назначение: Земли населенных пунктов - для учебных  
целей. Площадь: 77187 кв.м.

Адрес (местоположение):

Ставропольский край, Новоалександровский район, станция Григоропольская, улица  
Тимирязева, дом 92

Кадастровый (или условный) номер:

26:04:120901:999

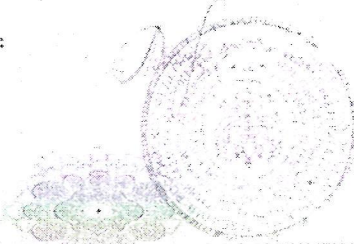
Существующие ограничения (обременения) права: не зарегистрировано

о чем в Едином государственном реестре прав на недвижимое имущество и сделок с ним  
01.07.2013 г. сделана запись регистрации № 26-0-1-99:2003/2013-948

Государственный регистратор:

/Рыжкова В. А./

26-АИ 320896



# СВИДЕТЕЛЬСТВО

## О ГОСУДАРСТВЕННОЙ РЕГИСТРАЦИИ ПРАВА

Управление Федеральной службы государственной регистрации,  
кадастра и картографии по Ставропольскому краю

Дата выдачи: 08.07.2013 г.

**Документы-основания:**

Распоряжение территориального Управления Федерального агентства по управлению  
федеральным имуществом по Ставропольскому краю №189 от 21.07.2008 г.

**Субъект (субъекты) права:**

Государственное бюджетное образовательное учреждение среднего профессионального  
образования "Григоропольский сельскохозяйственный техникум имени атамана М.И.  
Платова". ИНН 2615004324. ОГРН 1022602825695. КПП 261501001. Дата регистрации:  
25.05.2000 г., наименование органа регистрации: МРИ МНС России №4 по Ставропольскому  
краю. Адрес (место нахождения) постоянно действующего исполнительного органа  
юридического лица: Ставропольский край, Новоалександровский район, станция  
Григоропольская, улица Ленина, дом №1.

**Вид права:** постоянное (бессрочное) пользование

**Объект права:**

Наименование: Земельный участок. Назначение: Земли населенных пунктов - для учебных  
целей. Площадь: 11177,2 кв.м.  
Адрес (местоположение):  
Ставропольский край, Новоалександровский район, станция Григоропольская, улица  
Ленина, дом 9

**Кадастровый (или условный) номер:**

26:04:120802:1149

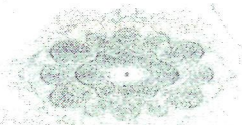
**Существующие ограничения (обременения) права:** не зарегистрировано

о чем в Едином государственном реестре прав на недвижимое имущество и сделок с ним  
13.04.2009 г. сделана запись регистрации № 26-26-04/002/2009-799

Государственный регистратор:

/ Рыжкова В. А. /

26-АИ 320954



**КАДАСТРОВЫЕ ПАСПОРТА № 26/501/13-428662 от 03 октября 2013**

**года; № 26/501/13-428765 ОТ 03 ОКТЯБРЯ 2013 года.**



КАДАСТРОВЫЙ ПАСПОРТ ЗЕМЕЛЬНОГО УЧАСТКА

№ 01 октября 2012 г. № 26-04/20901-099

КН.1

1	Кадастровый номер: 26-04/20901-099	2	Лист № 1	3	Листа всего 3
4	Номер кадастрового квартала: 26-04/20901				
Общие сведения					
5	Предшущие номера	6	Дата внесения номера в государственный кадастр недвижимости: 19.04.2008		
7	-----				
8	Местное название: Местонахождение установлено относительно ориентира, расположенного в границах участка. Почтовый адрес ориентира: край Ставропольский, р.и Новороссийский, ст.и Григорьевская, ул. Тимирязев, дом 92				
9	Категория земель: Земли населенных пунктов				
10	Разрешенное использование: Для учебных целей				
11	Площадь: 7718717,15 кв.м				
12	Кадастровая стоимость (руб.): 51301567,68				
Сведения о правах:					
	Правообладатель	Вид права	Способы отмены	Документ	
	Субъект Российской Федерации - Ставропольский край	собственность	-----	-----	
13	Государственное образовательное учреждение начального профессионального образования "Тригорьевский профессиональный лицей имени атamana М.И. Пшгова"	Ипотечное (бессрочное) пользование	-----	-----	
14	Способы отмены: Границы земельного участка пересекают границы других земельных участков с кадастровыми номерами: 26-04/20901-1059, 26-04/20901-901 Запрос №26-0-1/21-001/2012-1084 Сведения о зонах приняты на листе № 2				
Сведения о природных объектах:					
	Дополнительные сведения для регистрации пров.дл. образованн. земельных участков	16.1	Номера образованных участков		
		16.2	Номер уч.г.к. образованного в результате выдела		
		16.3	Номера участков, по которым снятие с кадастрового учета		
		16.4	Характер сведений государственной кадастра недвижимости (статус: запись о земельном участке)		

Печать отдела по Новороссийскому району филиала ФГБУ "ФНП Росреестра" по Ставропольскому краю

(подпись) (должность)



Т.И. Кудикова  
(подпись) (должность)

КАДАСТРОВЫЙ ПАСПОРТ ЗЕМЕЛЬНОГО УЧАСТКА

№ 01 октября 2012 г. № 26-04/20901-099

КН.1

1	Кадастровый номер: 26-04/20901-099	2	Лист № 1	3	Листа всего 3
Сведения о территориальных зонах и зонах с особыми условиями использования территории					
	№	Описание зоны			
14	1	Земельный участок, численно входящий в зону: "Охранная зона воздушной линии ВЛ 10 кВ, Ф-111, расположенная в Новороссийском районе Ставропольского края, № 01/2-33, сведения о которой внесены в государственный кадастр недвижимости на основании Договора от 12.10.2012 № 075/Ж. Карта (план) охранной зоны воздушной линии ВЛ 10 кВ, Ф-111, расположенная в Новороссийском районе Ставропольского края от 12.10.2012 № 01/2-33. В государственном кадастре недвижимости отсутствуют сведения о статусе земельного участка, входящего в зону: "Охранная зона воздушной линии ВЛ 10 кВ, Ф-111, расположенная в Новороссийском районе Ставропольского края, № 01/2-33, сведения о которой внесены в государственный кадастр недвижимости на основании Договора от 12.10.2012 № 075/Ж. Карта (план) охранной зоны воздушной линии ВЛ 10 кВ, Ф-111, расположенная в Новороссийском районе Ставропольского края от 12.10.2012 № 075/Ж"			

Печать отдела по Новороссийскому району филиала ФГБУ "ФНП Росреестра" по Ставропольскому краю

(подпись) (должность)



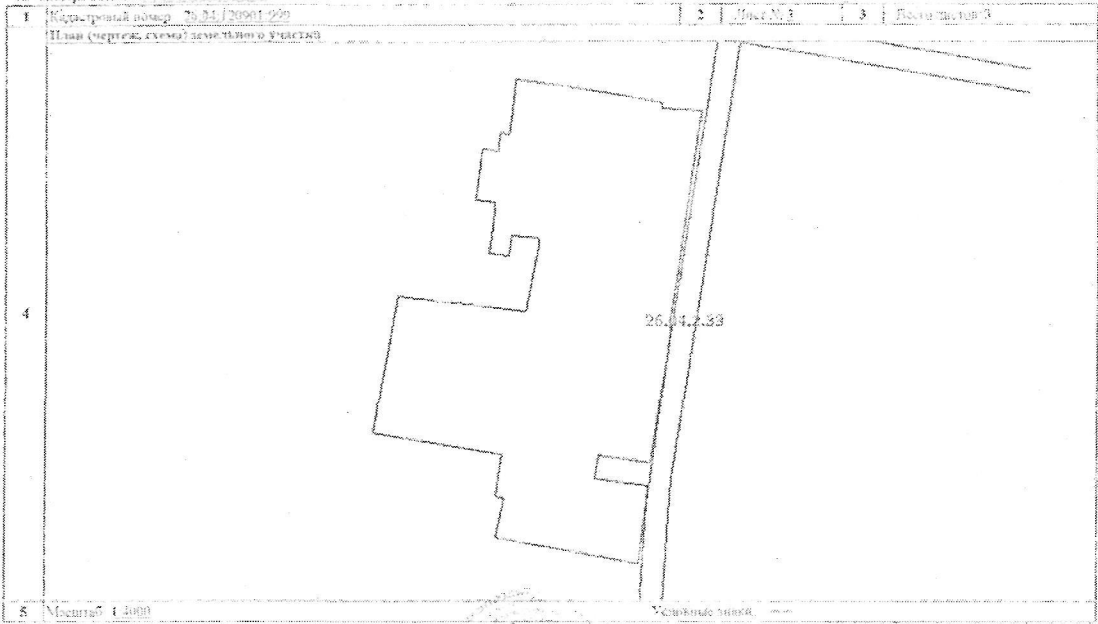
Т.И. Кудикова  
(подпись) (должность)



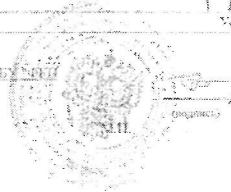
КАДАСТРОВЫЙ ПАСПОРТ ЗЕМЕЛЬНОГО УЧАСТКА

КПЗ

№01 октябрь 2012 г. № 26/01-15-028763



Инженер-геодезист по Московской области район Фосфорный С/Т  
Борисов И.И. Строительного к-та  
Инженерное дело



И.И. Борисов  
Инженер-геодезист