РОСЖЕЛДОР
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Ростовский государственный университет путей сообщения»
(ФГБОУ ВО РГУПС)
Тамбовский техникум железнодорожного транспорта
(ТаТЖТ-филиал РГУПС)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 6FBB57D7228A194BACB3723536FDA4B3
Владелец: Назаров Сергей Михайлович
Действителен: с 12.11.2024 до 05.02.2026

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по УВР
_____/С.М. Назаров/
«30» 05 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«ООД.08 Основы безопасности и защиты Родины»

для специальностей

11.02.06 Техническая эксплуатация транспортного радиоэлектронного оборудования (по видам транспорта)

23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог (вагоны)

23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог (локомотивы)

23.02.01 Организация перевозок и управление на транспорте (по видам)

09.02.01 Компьютерные системы и комплексы

23.02.09 Автоматика и телемеханика на транспорте (железнодорожном транспорте)

Тамбов
2025

В качестве материала для реализации основной образовательной программы среднего общего образования , в пределах освоения образовательной программы среднего профессионального образования – программы подготовки специалистов среднего звена по специальности:

11.02.06 Техническая эксплуатация транспортного радиоэлектронного оборудования (по видам транспорта)
23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог (вагоны)
23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог (локомотивы)
23.02.01 Организация перевозок и управление на транспорте (по видам)
09.02.01 Компьютерные системы и комплексы
23.02.09 Автоматика и телемеханика на транспорте (железнодорожном транспорте)

и осуществления учебно-воспитательного процесса филиала РГУПС в г. Тамбов по федеральному государственному образовательному стандарту среднего общего образования , утвержденному приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 г. № 413 (в ред. Приказов Минобрнауки РФ от 29.12.2014 N 1645 , от 31.12.2015 N 1578 , от 29.06.2017 N 613 , Минпросвещения РФ от 24.09.2020 N 519 , 712 , от 12.08.2022 N 732) от 11.12.2020 N 712 , от 12.08.2022 N 732) Актуальность совершенствования учебно-методического обеспечения образовательного процесса по ОБЗР определяется системообразующими документами в области безопасности : Стратегией национальной безопасности Российской Федерации , утвержденной Указом Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400, Национальными целями развития Российской Федерации на период до 2030 года , утвержденными Указом Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474, государственной программой Российской Федерации «Развитие образования», утвержденной постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642

Организация разработчик: Тамбовский техникум железнодорожного транспорта – филиал РГУПС (ТаТЖТ- филиал РГУПС)

Разработчик:
Мишанин С.В. – преподаватель первой категории ТаТЖТ - филиал РГУПС

Рецензенты:
Афанасьев С.В.- преподаватель-организатор ОБЗР ТОГАПОУ «Колледж техники и технологии наземного транспорта имени М.С. Солнцева»

Глущенко Н.Б. – преподаватель высшей категории Тамбовского техникума железнодорожного транспорта - филиала РГУПС

Рекомендована цикловой комиссией общеобразовательных, математических и общих естественнонаучных дисциплин.
Протокол № 10 от «27» мая 2025 г.

Председатель цикловой комиссии Л.А.Чикова

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ……4
1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы.....4
1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины……4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ……..14
2.1. Трудоемкость освоения дисциплины……..14
2.2. Содержание учебной дисциплины ……..15
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ……26
3.1. Материально-техническое обеспечение……..26
3.2. Учебно-методическое обеспечение…… 26
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ….. 27

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ООД.08 Основы безопасности и защиты Родины»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «ООД.08 Основы безопасности и защиты Родины » является обязательной частью блока общеобразовательных дисциплин образовательной программы (ОП) в соответствии с ФГОС для специальностей :

11.02.06 Техническая эксплуатация транспортного радиоэлектронного оборудования (по видам транспорта)

23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог (вагоны)

23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог (локомотивы)

23.02.01 Организация перевозок и управление на транспорте (по видам)

09.02.01 Компьютерные системы и комплексы

27.02.03 Автоматика и телемеханика на транспорте (железнодорожном транспорте)

1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины:

1.2.1 Цели дисциплины

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

1.2.2 Планируемые результаты освоения общеобразовательной дисциплины в соответствии с ФГОС СПО и на основе ФГОС СОО

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 1; ОК 2; ОК 3; ОК 4; ОК 6; ОК 7; ОК 8 и ПК, представленных в актуализированных ФГОС СПО по профессии/специальности.

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые образовательные результаты обучения	
	Общие[1]	**Дисциплинарные (предметные)**[2]
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	Овладение универсальными учебными познавательными действиями: • базовыми логическими действиями: самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне; устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения; определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения; выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях; вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности; развивать креативное мышление при решении жизненных проблем • базовыми исследовательскими действиями: владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения; анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность,	**ПРб 02.** Знание задач и основных принципов организации единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знание о действиях по сигналам гражданской обороны. **ПРб 08.** Сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства. знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении.

[1] Указываются личностные и метапредметные результаты из ФГОС СОО (в отлагательной форме), в формировании которых участвует общеобразовательная дисциплина.

[2] Дисциплинарные (предметные) результаты указываются в соответствии с их полным перечнем во ФГОС СОО. Предметные результаты базового уровня (ПРб) нумеруются в соответствии ФГОС СОО (Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413 (редакция от 27.12.2023 г.)

	прогнозировать изменение в новых условиях; - уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности; - уметь интегрировать знания из разных предметных областей; - выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения; - способность их использования в познавательной и социальной практике. В части трудового воспитания: - готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие; - готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность; - интерес к различным сферам профессиональной деятельности,	
ОК 02.Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	Овладение универсальными учебными познавательными действиями: • работой с информацией: - владение навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления; - создание текстов в различных форматах с учетом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации; - оценивание достоверности, легитимности информации, ее соответствия правовым и морально-этическим нормам; - использование средств информационных и	**ПРб 06. С**ормированность представлений о применении беспилотных летательных аппаратов и морских беспилотных аппаратов; понимание о возможностях применения современных достижений научно- технического прогресса в условиях современного боя.

	коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности; владение навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности. В части ценности научного познания: сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, способствующего осознанию своего места в поликультурном мире; совершенствование языковой и читательской культуры как средства взаимодействия между людьми и познания мира; - осознание ценности научной деятельности, готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе	
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях	Овладение универсальными регулятивными действиями: ● самоорганизации: самостоятельное осуществление познавательной деятельности, выявление проблемы, постановка и формулирование собственных задач в образовательной деятельности и жизненных ситуациях; самостоятельное составление плана решения проблем с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений; - давать оценку новым ситуациям; способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень;	**ПРб 01.** Знание основ законодательства Российской Федерации, обеспечивающие национальную безопасность и защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о государственной политике в области обеспечения государственной и общественной безопасности, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера. **ПРб 07.** Сформированность необходимого уровня военных знаний как фактора

	• самоконтроля: использование приемов рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения; - умение оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению; эмоционального интеллекта, предполагающего сформированность: – внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать, исходя из своих возможностей; эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других, учитывать его при осуществлении коммуникации, способность к сочувствию и сопереживанию; социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и разрешать конфликты. В части духовно-нравственного воспитания: сформированность нравственного сознания, этического поведения; способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности; осознание личного вклада в построение устойчивого будущего; ответственное отношение к своим родителям и (или) другим членам семьи, созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни в соответствии с традициями народов России.	построения профессиональной траектории, в том числе в образовательных организациях, осуществляющих подготовку кадров в интересах обороны и безопасности государства, обеспечении законности и правопорядка.

ОК 04. Эффективно Взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Овладение универсальными коммуникативными действиями: • совместной деятельностью: понимание и использование преимуществ командной и индивидуальной работы; - принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы; координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия; осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным. Овладение универсальными регулятивными действиями: • принятие себя и других людей: принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности; - признавать свое право и право других людей на ошибки; развивать способность понимать мир с позиции другого человека. Готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению. Овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности.	**ПРб 14.** Знание основ безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать	Осознание обучающимися российской гражданской идентичности. Целенаправленное развитие внутренней позиции личности на основе духовно-нравственных ценностей народов	**ПРб 03.** Сформированность представлений о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил

осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций, формирование системы значимых ценностно-смысловых установок, антикоррупционного мировоззрения, правосознания, экологической культуры, способности ставить цели и строить жизненные планы. В части гражданского воспитания: осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка; принятие традиционных национальных, общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей; готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам; готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в общеобразовательной организации и детско-юношеских организациях; умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением; готовность к гуманитарной и волонтерской деятельности; патриотического воспитания: сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России; ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях и труде; - идейная убежденность, готовность к служению и защите	Российской Федерации в обеспечении защиты государства; знание положений Общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации. **ПРб 15.**Сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; знания о способах безопасного поведения в цифровой среде; умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им; **ПРб 16.** Сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности , общества, государства деструктивной идеологии, в том числе экстремизма, терроризма; овладение знаниями о роли государства в противодействии терроризму; умение различать приемы вовлечения в деструктивные сообщества, экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знание порядка действий при объявлении разного уровня террористической опасности, при угрозе совершения террористического акта;

	Отечества, ответственность за его судьбу; освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные); способность их использования в познавательной и социальной практике, готовность к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности, организации учебного сотрудничества с педагогическими работниками и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории; овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности	совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени	В части экологического воспитания: сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознание глобального характера экологических проблем; планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их; расширение опыта деятельности экологической направленности; овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности.	**ПРб 05.** Сформированность представлений о боевых свойствах и поражающем действии оружия массового поражения, а также способах защиты от него. **ПРб 09.** Сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных ситуаций; знание порядка действий в чрезвычайных ситуациях. **ПРб 10.** Сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми

		участниками движения. Знание основ и правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике, знание о порядке действий в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте. **ПРб 11.** Овладение знаниями о способах безопасного поведения в природной среде; умением применять их на практике; знание порядка действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования. **ПРб 12.** Знание основ пожарной безопасности; умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знание порядка действий при угрозе пожара и пожаре в бы ту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знание прав и обязанностей граждан в области пожарной безопасности.
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе	Готовность к саморазвитию,самостоятельности и самоопределению. Наличие мотивации к обучению и личностному развитию. Овладение универсальными регулятивными действиями: • самоорганизации:	**ПРб 13.** Владение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; сформированность представлений об инфекционных и

профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений; - давать оценку новым ситуациям; расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений; делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение; - оценивать приобретенный опыт; способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень. В части физического воспитания: сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью; потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью.	неинфекционных заболеваниях, способах профилактики; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого- социального и военного характера; умение применять табельные и подручные средства для само- и взаимопомощи; **ПРб 04.** Сформированность знаний об элементах начальной военной подготовки (включая общевоинские уставы, основы строевой, тактической, огневой, инженерной, военно- медицинской и технической подготовки), правилах оказания первой помощи в условиях ведения боевых действий, овладение знаниями требований безопасности при обращении со стрелковым оружием.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Наименование составных частей дисциплины	**Объем в часах**	**В т.ч. в форме практ. подготовки**
Учебные занятия	**68**	
в том числе:		
теоретические занятия	62	
Практические занятия	6	
Самостоятельная работа	-	-
Консультации	-	
Промежуточная аттестация (в форме дифференцированного зачёта)	-	-
Всего	**68**	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды компетенций и личностных результатов[1],формированию которых способствует элемент программы
1	*2*	*3*	*4*
Раздел 1. Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства.		**4**	ОК 01; ОК 03; ОК 06; ОК 07; ОК 08
Тема 1.1. Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении национальной безопасности. Государственная и общественная безопасность.	**Содержание**		ОК 03; ОК 06; ОК 07;ОК 08
	Российская Федерация в современном мире. Правовая основа обеспечения национальной безопасности. Принципы обеспечения национальной безопасности. Реализация национальных приоритетов как условие обеспечения национальной безопасности и устойчивого развития Российской Федерации.Взаимодействие личности, государства и обществав реализации национальных приоритетов. Роль правоохранительных органов и специальных служб в обеспечении национальной безопасности. Роль личности, общества и государства в предупреждении противоправной деятельности	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся	**-**	
Тема 1.2. Оборона страны как обязательное условие благополучного развития страны. Роль личности, общества и государства в предупреждении и ликвидации чрезвычайных ситуаций	**Содержание**		ОК 01; ОК 03; ОК 06
	Россия в современном мире. Оборона страны как обязательное условие мирного социально-экономического развития Российской Федерации и обеспечение ее военной безопасности. Роль Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), структура, режимы функционирования. Территориальный и функциональный принцип организации РСЧС. Ее задачи и примеры их решения. Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Задачи гражданской обороны. Права и обязанности граждан Российской Федерации в области гражданской обороны.	*2*	

	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Раздел 2. Основы военной подготовки.		**12**	ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 06; ОК 07; ОК 8
Тема 2.1 Особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту. Военно-учебные заведения и военно- учебные центры. Строевые приемы и движение без оружия	**Содержание**		
	Особенности прохождения службы по призыву, освоение военно-учетных специальностей.Особенности прохождения службы по контракту.Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации, Министерства внутренних дел Российской Федерации, Федеральной службы безопасности Российской Федерации, Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствии.Военно-учебные заведение и военно-учебные центры. Движение строевым шагом. Движение бегом, походным шагом.Движение с изменением скорости движения.Повороты в движении.Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 2.2 Основные виды тактических действий войск. Свойства местности и их применение в военном деле	**Содержание**		ОК 01; ОК 06; ОК 08
	Основы общевойскового боя.Основные понятия общевойскового боя (бой, удар, огонь, маневр). Виды маневра. Походный, предбоевой и боевой порядок действия подразделений. Оборона, ее задачи и принципы. Наступление: задачи и способы .Местность как элемент боевой обстановки. Тактические свойства местности, основные ее разновидности и влияние на боевые действия войск. Сезонные изменения тактических свойств местности	*2*	
Тема 2.3 Требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Виды, назначение и тактико-технические характеристики современного стрелкового оружия	**Содержание**		ОК 01; ОК 06; ОК 08
	Требования Курса стрельб по организации, порядку и мерам безопасности во время стрельб и тренировок. Правила безопасного обращения с оружием. Изучение условий выполнения упражнения начальных стрельб из стрелкового оружия.Способы удержания оружия и правильность прицеливания. Назначение и тактико-технические характеристики современных видов стрелкового оружия (АК-12, ПЯ, ПЛ).Перспективы и тенденции развития современного стрелкового оружия	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	

Тема 2.4 Беспилотные летательные и морские аппараты (БПЛА) . Переносные радиостанции.	**Содержание**		ОК 02
	История возникновения и развития радиотехнических комплексов. Виды, предназначение, тактико-технические характеристики и общее устройство БПЛА. Конструктивные особенности БПЛА квадрокоптерного типа. История возникновения и развития радиосвязи. Радиосвязь, назначение и основные требования. Предназначение, общее устройство и тактико-технические характеристики переносных радиостанций	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся	**-**	
Тема 2.5 Оружие массового поражения. Фортификационное оборудование позиции отделения.Виды укрытий и убежищ	**Содержание**		ОК 07; ОК 08
	Понятие оружия массового поражения. История его развития, примеры применения. Его роль в современном бою. Поражающие факторы ядерных взрывов.Отравляющие вещества, их назначение и классификация. Внешние признаки применения бактериологического (биологического) оружия. Зажигательное оружие и способы защиты от него. Шанцевый инструмент, его назначение, применение и сбережение. Порядок оборудования позиции отделения. Назначение, размеры и последовательность оборудования окопа для стрелка	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся	**-**	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ		
	Практическое занятие 1. Первая помощь на поле боя (тактическая медицина)	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Раздел 3. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе		***2***	
Тема 3.1. Современные представления о культуре безопасности. Влияние поведения на безопасность.	**Содержание**		ОК 03; ОК 04; ОК 06; ОК 07
	Понятие «культура безопасности», его значение в жизни человека, общества, государства.Соотношение понятий «опасность», «безопасность»,«риск» (угроза). Соотношение понятий «опасная ситуация»,«чрезвычайная ситуация». Общие принципы (правила) безопасного поведения. Индивидуальный, групповой, общественно-государственный уровни решения задачи обеспечения безопасности. Понятия «виктимность»,«виктимное поведение», «безопасное поведение». Влияние действий и поступков человека на его безопасность и благополучие.Действия, позволяющие предвидеть опасность. Действия, позволяющие избежать опасности.Действия в опасной и чрезвычайной ситуации. Риск-	*2*	

	ориентированное мышление как основа обеспечения безопасности. Риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности личности, общества,государства.		
	Самостоятельная работа обучающихся	**-**	
Раздел 4. Безопасность в быту.		**6**	
Тема 4.1 Источники опасности в быту.Профилактика и первая помощь при отравлениях.	**Содержание**		ОК 06; ОК 07
	Источники опасности в быту, их классификация. Общие правила безопасного поведения.Защита прав потребителя. Правила безопасного поведения при осуществлении покупок в Интернете.Причины и профилактика бытовых отравлений. Первая помощь, порядок действий в экстренных случаях.	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся	**-**	
Тема 4.2 Безопасность в быту. Предупреждение травм и первая помощь при них.	**Содержание**		
	Предупреждение бытовых травм.Правила безопасного поведения в ситуациях, связанных с опасностью получить травму (спортивные занятия, использование различных инструментов, стремянок, лестниц и другое). Первая помощь при ушибах переломах, кровотечениях.Основные правила безопасного поведения при обращении с газовыми и электрическими приборами. Последствия электротравмы. Порядок проведения сердечно- легочной реанимации.	*2*	ОК 01; ОК 04
	Самостоятельная работа обучающихся	**-**	
Тема 4.3 Безопасное поведение в местах общего пользования .Пожарная безопасность в быту	**Содержание**		ОК 07
	Правила безопасного поведения в местах общего пользования (подъезд, лифт, придомовая территория , детская площадка, площадка для выгула собак и др.). Коммуникация с соседями. Меры по предупреждению преступленийАварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Правила безопасного поведения в ситуации коммунальной аварии.Порядок вызова аварийных служб и взаимодействияс ними.Действия в экстренных случаях. Основные правила пожарной безопасности в быту.Термические и химические ожоги. Первая помощь при ожогах	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся	**-**	
Раздел 5. Безопасность на транспорте		**6**	

Тема 5.1 Безопасное поведение на разных видах транспорта.	**Содержание**		ОК 01; ОК 06; ОК 07
	Основные источники опасности в метро. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности на водном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности на авиационном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации.	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся	**-**	
Тема 5.2 Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях	**Содержание**		ОК 04; ОК 07
	Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях разного характера (при отсутствии пострадавших ; с одним или несколькими пострадавшими; при опасности возгорания; с большим количеством участников)	*2*	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	***2***	
	Практическое занятие 2. Безопасность дорожного движения.	*2*	
Раздел 6. Безопасность в общественных местах		**4**	ОК 04; ОК 06
Тема 6.1 Безопасность в общественных местах. Опасности социально-психологического характера.	**Содержание**		
	Общественные места и их классификация. Основные источники опасности в общественных местах закрытого и открытого типа.Общие правила безопасного поведения. Опасности в общественных местах социально- психологического характера (возникновение толпы и давки; проявление агрессии; криминальные ситуации; случаи, когда потерялся человек).Порядок действий при риске возникновения или возникновении толпы, давки. Эмоциональное заражение в толпе, способы самопомощи. Правила безопасного поведения при попадании в агрессивную и паническую толпу.	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 6.2 Безопасность	**Содержание**		ОК 03; ОК 06
	Правила безопасного поведения при проявлении агрессии.	*2*	

в общественных местах. Опасности криминального характера. Действия при пожаре, обрушении конструкций, угрозе или совершении террористического акта.	Криминальные ситуации в общественных местах. Правила безопасного поведения. Порядок действий при попадании в опасную ситуацию.Порядок действий в случаях, когда потерялся человек (ребенок; взрослый; пожилой человек; человек с ментальными расстройствами).Порядок действий в ситуации, если вы обнаружили потерявшегося человека .Порядок действий при угрозе возникновения пожара в различных общественныхместах, на объектах с массовым пребыванием людей (лечебные, образовательные, культурные, торгово-развлекательные учреждения).Меры безопасности и порядок действий при угрозе обрушения зданий и отдельных конструкций. Меры безопасности и порядок поведения при угрозе, в условиях совершения террористического акта.		
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Раздел 7. Безопасность в природной среде		**8**	
Тема 7.1 Природные чрезвычайные ситуации. Природные пожары. Опасные геологические явления и процессы.	**Содержание**		ОК 07; ОК 08
	Природные чрезвычайные ситуации. Общие правила поведения в природных чрезвычайных ситуациях. Природные пожары. Возможности прогнозирования и предупреждения. Правила безопасного поведения. Последствия природных пожаров для людей и окружающей среды .Чрезвычайные ситуации, вызванные опасными геологическими явлениями и процессами. Возможности прогнозирования предупреждения, смягчения последствий. Правила безопасного поведения. Последствия чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными геологическими явлениями и процессами	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 7.2 Природные чрезвычайные ситуации. Опасные гидрологические и метеорологические явления и процессы	**Содержание**		ОК 01; ОК 07
	Чрезвычайные ситуации, вызванные опасными гидрологическими явлениями и процессами.Возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий. Правила безопасного поведения.Последствия чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными гидрологическими явлениями и процессами .Чрезвычайные ситуации, вызванные опасными метеорологическими явлениями и процессами.Возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий. Правила безопасного поведения.Последствия чрезвычайных ситуаций, вызванных опасными метеорологическими явлениями и процессами	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 7.3	**Содержание**		ОК 07; ОК 08

Экологическая грамотность и разумное природопользование	Влияние деятельности человека на природную среду. Причины и источники загрязнения Мирового океана, почвы, атмосферы.Чрезвычайные ситуации экологического характера. Возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий. Экологическая грамотность и разумное природопользование	*2*	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ	***2***	
	Практическое занятие №3 Выживание в автономных условиях	*2*	
Раздел 8. Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи.		**6**	
Тема 8.1 Факторы, влияющие на здоровье человека. Здоровый образ жизни.	**Содержание**		
	Понятия «здоровье», «охрана здоровья», «здоровый образ жизни», «лечение»,«профилактика». Биологические, социально- экономические, экологические (геофизические), психологические факторы, влияющие на здоровье человека. Составляющие здорового образа жизни: сон, питание, физическая активность,психологическое благополучие . Психическое здоровье и психологическое благополучие. Критерии психического здоровья и психологического благополучия.Основные факторы, влияющие на психическое здоровье и психологическое благополучие. Основные направления сохранения и укрепления психического здоровья (раннее выявление психических расстройств; минимизация влияния хронического стресса: оптимизация условий жизни, работы, учебы; профилактика злоупотребления алкоголя и употребления наркотических средств; помощь людям, перенесшим психотравмирующую ситуацию).Меры, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья	2	ОК 04; ОК 06; ОК 08
Тема 8.2 Инфекционные заболевания.Значение вакцинации в борьбе с инфекционными заболеваниями.	**Содержание**		ОК 06; ОК 08
	Общие представления об инфекционных заболеваниях.Механизм распространения и способы передачиинфекционных заболеваний. Чрезвычайные ситуации биолого-социального характера. Меры профилактики и защиты. Роль вакцинации. Национальный календарь профилактических прививок.	2	

	Вакцинация по эпидемиологическим показаниям. Значение изобретения вакцины для человечества			
Тема 8.3 Первая помощь пострадавшему	**Содержание**			
	Первая помощь. История возникновения скорой медицинской помощи и первой помощи. Состояния, при которыхоказывается первая помощь. Мероприятия первой помощи. Алгоритм первой помощи. Оказание первой помощи в сложных случаях (травмы глаза; «сложные» кровотечения; первая помощь с использованием подручных средств; первая помощь при нескольких травмах одновременно).Действия при прибытии скорой медицинской помощи	2	ОК 04; ОК 06; ОК 08	
Раздел 9. Безопасность в социуме		**6**		
Тема 9.1 Межличностное общение, общение в группе. Конфликты и способы их разрешения	**Содержание**		ОК 03; ОК 04; ОК 06	
	Определение понятия «общение».Навыки конструктивного общения. Общие представления о понятиях «социальная группа», «большая группа», «малая группа». Межличностное общение, общение в группе, межгрупповое общение(взаимодействие). Особенности общения в группе. Психологические характеристики группы и особенности взаимодействия в группе. Групповые нормы и ценности. Коллектив как социальная группа. Психологические закономерности в группе. Понятие «конфликт». Стадии развития конфликта. Конфликты в межличностном общении; конфликты в малой группе. Факторы, способствующие и препятствующие эскалации конфликта. Способы поведения в конфликте. Деструктивное и агрессивное поведение. Конструктивное поведение в конфликте. Роль регуляции эмоций при разрешении конфликта, способы саморегуляции. Способы разрешения конфликтных ситуаций. Основные формы участия третьей стороны в процессе урегулирования и разрешения конфликта. Ведение переговоров при разрешении конфликта. Опасные проявления конфликтов (буллинг, насилие). Способы противодействия буллингу и проявлению насилия.	*2*		
	Самостоятельная работа обучающихся	-		
Тема 9.2 Конструктивные и деструктивные способы	**Содержание**		ОК 04; ОК 06; ОК 07;ОК 08	
	Способы психологического воздействия. Психологическое влияние в малой группе. Положительные и отрицательные стороны конформизма. Эмпатия и	*2*		

психологического воздействия	уважение к партнеру (партнерам) по общению как основа коммуникации. Убеждающая коммуникация. Манипуляция в общении. Цели, технологии и способы противодействия		
	Самостоятельная работа обучающихся	**-**	
Тема 9.3 Психологические механизмы воздействия на большие группы людей	**Содержание**		ОК 04; ОК 06; ОК 07;ОК 08
	Психологическое влияние на большие группы. Механизмы влияния: заражение; убеждение; внушение; подражание. Деструктивные и псевдопсихологические технологии	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся		
Раздел 10. Безопасность в информационном пространстве		**6**	
Тема 10.1 Безопасность в цифровой среде. Опасности, связанные с использованием программного обеспечения	**Содержание**		ОК 2; ОК 03; ОК 06
	Понятия «цифровая среда», «цифровой след». Влияние цифровой среды на жизнь человека. Приватность, персональные данные. «Цифровая зависимость», ее признаки и последствия. Опасности и риски цифровой среды, их источники. Правила безопасного поведения в цифровой среде. Вредоносное программное обеспечение. Виды вредоносного программного обеспечения, его цели, принципы работы.Правила защиты от вредоносного программного обеспечения. Кража персональных данных, паролей. Мошенничество, фишинг, правила защиты от мошенников.Правила безопасного использования устройств и программ.	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся	**-**	
Тема 10.2 Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде	**Содержание**		ОК 2; ОК 03; ОК 06
	Поведенческие опасности в цифровой среде и их причины. Опасные персоны, имитация близких социальных отношений. Неосмотрительное поведениеи коммуникация в Сети как угроза для будущей жизни и карьеры. Травля в Сети, методы защиты от травли. Деструктивные сообщества и деструктивный контент в цифровой среде, их признаки. Механизмы вовлечения в деструктивные сообщества. Вербовка, манипуляция, воронки вовлечения. Радикализация деструктива. Профилактика и противодействие вовлечению в деструктивные сообщества. Правила коммуникации в цифровой среде.	*2*	
	Самостоятельная работа обучающихся	**-**	
Тема 10.3	**Содержание**		ОК 2; ОК 03; ОК 06
	Достоверность информации в цифровой среде.	*2*	

Достоверность информации в цифровой среде. Защита прав в цифровом пространстве	Источники информации. Проверка на достоверность. «Информационный пузырь», манипуляция сознанием, пропаганда. Фальшивые аккаунты, вредные советчики, манипуляторы. Понятие «фейк», цели и виды, распространение фейков. Правила и инструменты для распознавания фейковых текстов и изображений. Понятие прав человека в цифровой среде, их защита. Ответственность за действия в Интернете. Запрещенный контент. Защита прав в цифровом пространстве.		
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Раздел 11. Основы противодействия экстремизму и терроризму.		**6**	
Тема 11.1 Экстремизм и терроризм как угроза устойчивого развития общества	**Содержание**		ОК 03; ОК 04; ОК 06;ОК 08
	Экстремизм и терроризм как угроза устойчивого развития общества.Понятия «экстремизм» и «терроризм», их взаимосвязь. Варианты проявления экстремизма, возможные последствия. Преступления террористической направленности, их цель, причины, последствия. Опасность вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность: способы и признаки. Предупреждение и противодействие вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность.	*1*	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 11.2 Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта	**Содержание**		ОК 03; ОК 04; ОК 06;ОК 08
	Формы совершения террористических актов. Уровни террористической угрозы. Правила поведения и порядок действий при угрозе или совершении террористического акта, проведении контртеррористической операции	*1*	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 11.2 Противодействие экстремизму и терроризму	**Содержание**		
	Правовые основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации. Основы государственной системы противодействия экстремизму и терроризму, ее цели, задачи, принципы. Права и обязанности граждан и общественных организаций в области противодействия экстремизму и терроризму	2	ОК 03; ОК 04; ОК 06;ОК 08
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Прикладной модуль: Особенности	***Профессионально ориентированное содержание**		ОК 01; ОК 02, ОК 03, ОК 04; ОК 06; ОК 07;
	Содержание учебного материала		
	Комбинированное занятие		

профессиональной деятельности в рамках получаемой специальности или профессии, потенциальные опасности и их последствия	***Теоретическая часть обзорной экскурсии (виртуальная экскурсия)***: Изучаемая отрасль (по профессии или специальности) в России, ее перспективы и развитие. Объекты экономики страны, региона, изучаемой направленности. Сфера профессиональной деятельность, родственные профессии, классификация профессии, требования к индивидуальным особенностям специалиста, медицинские противопоказания, требованияк профессиональной подготовке, область применения, требуемое профобразование, карьерный рост ***Практическая часть обзорной экскурсии (место проведения):*** Условия труда, профессиональные риски, опасные и вредные производственные факторы, Методы уменьшения опасностей на рабочем месте, выбор средств индивидуальной и коллективной защиты. Типовые отраслевые нормы выдачи средств индивидуальной защиты	***2***	
Итоговое занятие. дифференцированный зачет		***2***	
Всего:		***68***	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

- кабинет **«Безопасности жизнедеятельности и охраны труда»**

Перечень основного оборудования кабинета:

1. Доска аудиторная ДК-12 – 1 шт.
2. Системный блок Р4-2,40 - 1 шт.
3. Монитор 15" Samsung 51ON – 1 шт.
4. Демонстрационный комплекс «ОБЖ" (85) – 1 шт.
5. Плакаты по дисциплине «Основы безопасности» - 10 шт.

Перечень основного оборудования кабинета:

«Стрелковый тир»

1. Макет ММГ - АК 105 – 1 шт.
2. Макет ММГ АК-74 – 1 шт.
3. Пистолет пневматический – 1 шт.
4. Пистолет МР-654 кл.4,5 – 1 шт.
5. Макет огнетушителя ОП-5 – 1 шт.
6. Аптечка АИ-2 – 1 шт.
7. Противогаз ГП-5 -5 шт.
8. Респиратор Р-2 -5 шт.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

3.2.1. Основные печатные издания

1.Конституция Российской Федерации
2.Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»
3.Федеральный закон «О гражданской обороне»
4.Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»
5.Федеральный закон «О пожарной безопасности»
6.Федеральный закон «О радиационной безопасности населения»
7.Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»
8.Федеральный закон «О противодействии терроризму»

3.2.2. Основные электронные издания

Основная:

1. Основы безопасности и защиты Родины. Безопасность человека [Электронный ресурс]: учебник и практикум для СПО /В.П. Соломин [и др.]; под общ. Ред. В.П. Соломсина. – М.: Издательство Юрайт, 2025. – 413 с. - (Профессиональное образование). — Режим доступа: https://urait.ru/bcode/

2.Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В**.** Абрамова [и др.]; под общ. ред. В. П. Соломина. — М.: Издательство Юрайт, 2025. — 413 с. — (Профессиональное образование). — Режим доступа: https://urait.ru/bcode/

Дополнительная:

1. Каракеян, В.И**.** Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебник и практикум для СПО / В.И. Каракеян, И.М. Никулина. — 4-е изд., перераб. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2025. — 335 с. (Профессиональное образование). — Режим доступа: https://urait.ru/bcode/

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Код ПК, ОК	Критерии оценки результата (показатели освоенности компетенций)	Формы контроля и методы оценки
ОК 01.Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;	Обучающийся демонстрирует наличие умений распознавать задачу (проблему) в профессиональном или социальном контексте; анализировать и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи (проблемы); составлять план действий; определять необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий	Конрольные работы, тестирование, устный опрос. Экспертное наблюдение и оценивание выполнения практических работ. Интерпретация результатов выполнения практических и лабораторных заданий, оценка решения ситуационных задач, оценка тестового контроля.
ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	Обучающийся обладает способностью определять задачи и необходимые источники для поиска информации; планировать процесс поиска и структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации и оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение и различные цифровые средства для решения профессиональных задач	
ОК 03.Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях.	Обучающийся демонстрирует:способность оценивать свои сильные и слабые стороны, профессиональные и личностные качества; умение выявлять собственные потребности в развитии; понимание своих ценностей и мотиваций; способность разрабатывать планы для достижения поставленных целей; умение расставлять приоритеты и управлять временем; понимание правовых аспектов предпринимательской деятельности; умение защищать свои права и интересы; понимание основ финансового планирования..	
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и	Обучающийся демонстрирует умение организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами,	

работать в коллективе и команде	руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	
ОК 06Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	Обучающийся демонстрирует: знание основных понятий, связанных с гражданством, патриотизмом и национальным самосознанием; понимание исторического и культурного наследия России; понимание роли гражданина в обществе; осознание своей принадлежности к российскому обществу. Обучающийся демонстрирует: знание основных форм коррупции и их негативных последствий; понимание принципов антикоррупционной политики; умение различать ситуации, связанные с коррупционными рисками; честность, порядочность и принципиальность; готовность противостоять коррупции в различных проявлениях; способность принимать ответственные решения и нести за них ответственность; понимание последствий своих действий для себя и окружающих; демонстрирует готовность к саморазвитию и совершенствованию; проявляет активную гражданской позицию.	
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	Обучающийся способен соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности, осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона	
ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;	Обучающийся использует физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; -применяет рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности; -пользуется средствами профилактики перенапряжения, характерными для данной специальности	