



государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Пермский химико-технологический техникум»
(ГБПОУ «ПХТТ»)

Одобрено на заседании ПЦК
общеобразовательных дисциплин
Протокол № 7 от 30 августа 2019 г
Председатель ПЦК 

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора
 О.В. Князева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОУД 08. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
22.02.06 Сварочное производство

Рабочая программа учебной дисциплины **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ** разработана для общеобразовательной подготовки квалифицированных рабочих, служащих по профессиям среднего профессионального образования технического профиля по программе базовой подготовки среднего общего образования на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Информатика», 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), примерными программами общеобразовательных учебных дисциплин для профессиональных образовательных организаций, рекомендованными Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») в качестве примерных программ для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (Протокол № 3 от 21 июля 2015 г.), Уточнениями вышеназванных Рекомендаций и Примерных программ, одобренными ФИРО (Протокол № 3 от 25 мая 2017 г.) **специальность 22.02.06 «СВАРОЧНОЕ ПРОИЗВОДСТВО» (технологический профиль)**

Организация-разработчик: государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Пермский химико-технологический техникум» (ГБПОУ «ПХТТ»)

Разработчики: Багаев Ю.М. преподаватель ОБЖ

СОДЕРЖАНИЕ:

№		СТР.
1	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4
2.	СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3.	ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ (ДОКЛАДОВ), ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ	12
4.	ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	12
5.	УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ	24
6.	ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБУЧЕНИЯ (ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСОВ)	25

1. 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 (ППКРС).

1.1. 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.

Действующее законодательство предусматривает обязательную подготовку по основам военной службы для лиц мужского пола, которая должна проводиться во всех профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования. В связи с этим программой предусмотрено проведение в конце учебного года для обучающихся мужского пола пятидневных учебных сборов (35 часов), сочетающих разнообразные формы организации теоретических и практических занятий. В итоге у юношей формируется адекватное представление о военной службе, развиваются качества личности, необходимые для ее прохождения.

Для девушек в программе предусмотрен раздел «Основы медицинских знаний». В процессе его изучения формируются знания в области медицины, умения оказывать первую медицинскую помощь при различных травмах. Девушки получают сведения о здоровом образе жизни, основных средствах планирования семьи, ухода за младенцем, поддержании в семье духовности, комфортного психологического климата.

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 (ППКРС).

В программе приведены два варианта примерных тематических планов для организации образовательного процесса при изучении учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» (I вариант — совместное обучение юношей и девушек, II вариант — раздельное обучение юношей и девушек) и тематический план проведения учебных сборов для юношей.

1.2. 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 специальностей СПО соответствующего профиля профессионального образования.

1.3. Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» способствует формированию у студентов универсальных учебных действий (в соответствии с примерной программой СОО):

1.3. Освоен	Характеристика универсальных учебных действий
--------------------	--

<p>ие содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» способствует формированию у студентов универсальных учебных действий (в соответствии с примерной программой СОО):</p> <p>Код УУД¹</p>	
Личностные:	
УУД. 01.	Развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз.
УУД. 02.	Готовность к служению Отечеству, его защите.
УУД. 03.	Формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.
Метапредметные:	
Коммуникативные:	
УУД. 04.	Формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
Регулятивные:	
УУД 05	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.
Познавательные:	
УУД 06	Приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий.
УУД 07	Развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и выработать план

1

Универсальным учебным действиям присвоен код в соответствии с порядком перечисления, определенном в примерной программе (от УУД 1 до УУД ...).

	действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.
Предметные:	
УУД 08	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.
УУД 09	Получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз.
УУД 10	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.
УУД 11	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.
УУД 12	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.

2. 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, сердечно-сосудистую 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

Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.

Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

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

Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

Изучение первичных средств пожаротушения.

Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.

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. Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский 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 воинская дисциплина, верность воинскому 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

Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.

Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.

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

Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.

Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.

3. ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ (ДОКЛАДОВ), ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ

1. Эволюция среды обитания, переход к техносфере. Взаимодействие человека и среды обитания.
2. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
3. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
4. Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
5. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы. Роль физической культуры в сохранении здоровья.
6. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
7. Табакокурение и его влияние на здоровье. Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
8. Компьютерные игры и их влияние на организм человека. Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
9. Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
10. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
11. Терроризм как основная социальная опасность современности. Космические опасности: мифы и реальность.
12. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Оповещение и информирование населения об опасности.
13. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
14. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
15. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
16. 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.
17. Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
18. Символы воинской чести. Дни воинской славы России. Города-герои воинской славы.
19. Профилактика инфекционных заболеваний.
20. Первая помощь при острой сердечной недостаточности. СПИД — чума XXI века.
21. Оказание первой помощи при бытовых травмах.
22. Духовность и здоровье семьи. Здоровье родителей — здоровье ребенка. Формирование здорового образа жизни с пеленок.
23. Рождение ребенка — высшее чудо на Земле. Политика государства по поддержке семьи.

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

4.1. Тематический план

№ п/п	Наименование разделов программы	объем часов
1.	Введение	2
2.	Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	16
3.	Государственная система обеспечения безопасности населения	18
4.	Основы военной службы	24
5.	Основы медицинских знаний	18
	Итого	78

4.2. Тематическое поурочное планирование

Наименование разделов и тем	№ урока п/п	Тема урока, лабораторной работы, практического занятия, контрольной работы, виды самостоятельной работы обучающегося	Домашнее задание (§ учебника, задания)	Объем часов	
				ауд.	Практ.
1 Электронный учебник под ред. ОБЖ Косолаповой, Н.А., Прокопенко.М., изд-во Академия, 2014					
Введение				2	-
	1	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины.	стр.6-13 ,отв. на в. №1-5	1	
	2	Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности.	стр.13-16 ,отв. на в. №1-4	1	
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья				16	4
	3	Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье.	Раздел 1.стр.16-19,отв. на в. №1-6	1	
	4	ЗОЖ как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. <i>Практическая работа № 1. «Методика расчета суточных норм затрат энергии»</i>	стр.20-28,отв. на в. №1-6	1	1
	5	Вредные и смертельно опасные привычки.	стр.29-32,отв. на в. №1-3	1	
	6	Вред курения, насвая. Профилактика курения, употребления насвая. <i>Практическая работа № 2. «Вредные привычки и их профилактика. Вред курения и насвая».</i>	стр.33-35,отв. на в. №1-6	1	1
	7	<i>Практическая работа № 3. «Влияние алкоголя на организм человека»</i>	подготовить сообщения	1	1
	8	<i>Практическая работа №4. ««Влияние наркомании и токсикомании на здоровье, социальные последствия».</i>	стр.37-39,отв. на в. №1-4	1	1
	9	Профилактика наркомании и токсикомании	подготовить презентацию	1	
	10	Массовые инфекционные заболевания(грипп, ОРВИ, чума, холера, гепатит, сибирская язва). Профилактика МИЗ.	стр.40-44,отв. на в. №1-5	1	

Наименование разделов и тем	№ урока п/п	Тема урока, лабораторной работы, практического занятия, контрольной работы, виды самостоятельной работы обучающегося	Домашнее задание (§ учебника, задания)	Объем часов	
				ауд.	Практ..
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья	11	Правила и безопасность дорожного движения.	стр. 45-47,отв. на в. №1-4	1	
	12	Модель поведения пешеходов и велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения	Раздел 1стр. 48-50,отв. на в. №1-5	1	
	13	Иммунитет, Иммунная система.	стр. 52-55,отв. на в. №1-4	1	
	14	ВИЧ- инфекция, СПИД.	стр. 56-58,отв. на в. №1-3	1	
	15	Профилактика ВИЧ-инфекции.	стр. 59-61,отв. на в. №1-5	1	
	16	Компьютерные игры и их влияние на организм человека.	стр. 62-65,отв. на в. №1-4	1	
	17	Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.	стр. 66-68,отв. на в. №1-5	1	
	18	Эволюция среды обитания, переход к техносфере.	стр. 69-71,отв. на в. №1-4	1	
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения				18	6
	19	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера	Раздел 2.стр. 72-75,отв. на в. №1-4	1	
	20	<i>Практическая работа № 5</i> Поведение человека в ЧС природного характера...Алгоритмы безопасного поведения	стр. 76-78,отв. на в. №1-3	1	1
	21	Чрезвычайные ситуации техногенного характера Пермского края. Алгоритмы безопасного поведения	стр. 79-81,отв. на в. №1-45	1	
	22	Экологические ЧС Пермского края.	стр. 82-85,отв. на в. №1-4	1	
	23	Социальные ЧС. Алгоритмы безопасного поведения	стр. 86-88,отв. на в. №1-3	1	
	24	Правила безопасного поведения при угрозе	стр. 89-91,отв.	1	

		террористического акта. Правила безопасного поведения при захвате в заложники	на в. №1-5		
	25	Правила и безопасность участников дорожного движения.	Подготовить презентацию	1	
	26	Модели поведения пешеходов, велосипедистов, мотоциклистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения	стр. 92-95,отв. на в. №1-4	1	
	27	Государственная система обеспечения безопасности населения. Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях	стр. 96-98,отв. на в. №1-3	1	
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	28	<i>Практическая работа № 6.</i> «Планирование и проведение мероприятий гражданской обороны».	стр. 99-102,отв. на в. №1-4	1	1
	29	Оружие массового поражения и его поражающие факторы.	стр. 102-105,отв. на в. №1-3	1	
	30	Современные средства поражения и их поражающие факторы.	стр. 106-108,отв. на в. №1-4	1	
	31	<i>Практическая работа № 7.</i> «Оповещение и информирование населения об опасностях ЧС».	Раздел 2.стр. 109-110, отв. на в. №1-4	1	1
	32	Организация эвакуации населения.	стр. 111-112,	1	
	33	<i>Практическая работа № 8.</i> Коллективные и индивидуальные средства защиты населения от ЧС мирного и военного времени».	стр. 112-114,отв. на в. №1-5	1	1
	34	<i>Практическая работа № 9.</i> Правила поведения в защитных сооружениях».	стр. 114-115,отв. на в. №1-3	1	1
	35	Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций	стр. 114-115,отв. на в. №1-3	1	
	36	<i>Практическая работа № 10.</i> «Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.».	стр. 116-119,отв. на в. №1-4	1	1

Наименование разделов и тем	№ урока п/п	Тема урока, лабораторной работы, практического занятия, контрольной работы, виды самостоятельной работы обучающегося	Домашнее задание (§ учебника, задания)	Объем часов	
				ауд.	Практ.
Раздел 3. Основы Военной службы				24	
	37	История создания Вооруженных сил России.	Раздел. 3 стр. 120-122,отв. на в. №1-4	1	
	38	Функции и основные задачи современных Вооруженных сил РФ.	стр. 123-125,отв. на в. №1-3	1	
	39-40	Организационная структура Вооруженных сил РФ. Виды Вооруженных Сил РФ.	стр. 126-129,отв. на в. №1-5	1	
	41-42	Виды и рода Войск	стр. 130-131отв. на в. №1-4	1	
	43-44	Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет.	стр. 132-134,отв. на в. №1-5	1	
	45	Медицинское освидетельствование граждан при первоначальной постановке на воинский учет.	стр. 136-139,отв. на в. №1-4	1	
	46	Обязанности граждан по воинскому учету и воинской обязанности	стр. 140-142,отв. на в. №1-3	1	
	47	Медицинское освидетельствование граждан при Призыве на военную службу. Категории годности по состоянию здоровья	Раздел 3.6,отв. на в. №1-3	1	
	48	Призыв граждан на военную службу	стр. 146-149,отв. на в. №1-5	1	
	49	Особенности военной службы. Прохождение военной службы по призыву.	стр. 150-152,отв. на в. №1-3	1	
	50-51	Воинские звания. Погоны. Военная форма военнослужащих	стр. 153-155,отв. на в. №1-5	1	
	52	Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная военная служба.	стр. 156-159,отв. на в. №1-4	1	
	53-54	Структура воинской части. Основные объекты	стр. 160-162,отв. на в. №1-5	1	
	55-56	Распорядок, режим дня военнослужащих.	стр. 163-164,отв. на в. №1-4	1	
57-58-59	Оружие и боевая техника Вооруженных Сил России	стр. 165-167,отв. на в. №1-4	1		

Раздел 3. Основы Военной службы	60	Значение и умение оказания первой помощи в ЧС.	стр. 168-169,отв. на в. №1-3	1	
Раздел4. Основы медицинских знаний				18	4
	61	Виды состояния человека. Пограничные состояния между жизнью и смертью. <i>Практическая работа №11 «ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан РФ»</i>	стр. 170-172,отв. на в. №1-3	1	1
	62	Первая помощь при остановке сердца. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца.	стр. 173-175,отв. на в. №1-4	1	
	63	Первая помощь при ранениях. Виды ран. Асептика.	стр. 176-179,отв. на в. №1-3	1	
	64	<i>Практическая работа №12.Отработка навыков наложения повязок.</i>	стр. 180-182,отв. на в. №1-4	1	1
	65	Отработка навыков наложения повязок.	стр. 183-185отв. на в. №1-3	1	
	66	Виды кровотечений.	стр. 186-189,отв. на в. №1-4	1	
	67	<i>Практическая работа №13 «Первая помощь при кровотечениях»</i>	стр. 190-192,отв. на в. №1-5	1	1
	68	Изучение и освоение основных приёмов оказания первой помощи при кровотечении	стр. 194-196,отв. на в. №1-5	1	
Раздел4. Основы медицинских знаний	69	Ожоги, их виды. Причины образования, первая помощь.	стр. 197-199,отв. на в. №1-3	1	
	70	Первая помощь при поражениях электрическим током.	стр. 200-203,отв. на в. №1-5	1	
	71	Последовательность оказания первой помощи при отравлениях.	стр. 204-206,отв. на в. №1-3	1	
	72	Первая помощь при тепловых и солнечных ударах.	стр. 208-209,отв. на в. №1-4	1	
	73	Первая помощь при обморожениях.	стр. 210-213,отв. на в. №1-3	1	
	74	Первая помощь при утоплении. Истинное и ложное утопление.	стр. 214-216,отв. на в. №1-4	1	
	75	Первая помощь при подавлении пищей.	стр. 216-219,отв. на в. №1-5	1	

	76	Травмы, их виды. <i>Практическая работа №14</i> «Оказание первой помощи при ушибах , вывихах, растяжениях».	стр. 201-203,отв. на в. №1-3	1	1
	77-78	Дифференцированный зачет		2	
		<i>Самостоятельная работа</i>		39	
ВСЕГО:				117	

ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
Введение	<p>Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности.</p> <p>Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите</p>
1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения	<p>Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни.</p> <p>Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха.</p> <p>Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя.</p> <p>Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.</p> <p>Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам.</p> <p>Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения.</p> <p>Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека.</p> <p>Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья</p>

<p>2. Государственная система обеспечения безопасности населения</p>	<p>Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.</p> <p>Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.</p> <p>Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.</p> <p>Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.</p> <p>Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.</p> <p>Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности</p>
<p>3. Основы обороны государства и воинская обязанность</p>	<p>Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России.</p>

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
	<p>Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих. Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы.</p> <p>Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества.</p> <p>Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки. Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести</p>
4. Основы медицинских знаний	<p>Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. Характеристика основных признаков жизни.</p> <p>Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара.</p> <p>Определение основных средств планирования семьи.</p> <p>Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины</p>

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Реализация учебной дисциплины осуществляется на базе учебного кабинета «Основы безопасности жизнедеятельности и охраны труда» в соответствии с требованиями Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2. 178-02) .

Технические средства обучения

1. Телевизор, обучающие диски.
2. DVD - плеер.
3. Компьютер, мультимедийный проектор, экран.

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

обучающие и контролируемые программы по темам дисциплины;

комплекты технической документации и инструкции по их использованию и технике безопасности.

тренажер для отработки навыков оказания сердечно-легочной и мозговой реанимации «Максим».

средства индивидуальной защиты (СИЗ):

противогаз ГП-7,

респиратор Р-2,

защитный костюм Л-1,

общевоинской защитный костюм,

общевоинской прибор химической разведки,

компас-азимут;

дозиметр бытовой (индикатор радиоактивности);

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);

макет автомата Калашникова.

Наглядные пособия

Учебные таблицы, стенды, схемы, плакаты:

Комплект плакатов «Боевые приемы борьбы»,

«Основы, приемы и правила применения стрелкового оружия и спецсредств»,

«Правила применения и сохранности оружия и спецсредств»,

«Снайперская винтовка»,

«Химическая защита», стенд «Военная присяга» стенд «Дни воинской славы»

стенд «Основы безопасности (противодействие терроризму)».

6. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности./ Н.В. Косолапова, Н.А.Прокопенко. - М: «Академия», 2015.
2. Косолапова Н.В. Практикум по безопасности жизнедеятельности./Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. - М: «Академия», 2015.

Дополнительные источники:

1. Конституция РФ (действующая редакция)
2. Гражданский кодекс РФ (действующая редакция) Семейный кодекс РФ (действующая редакция) Уголовный кодекс РФ (действующая редакция) Гражданский кодекс РФ;
3. 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);
4. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013);
5. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. От 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013);
6. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012);
7. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012);
8. Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2011. — № 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. — 2012;
9. 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);
10. Справочники, энциклопедии.

Интернет-ресурсы

1. www.mcht.gov.ru – сайт ЧС РФ www.mvd.ru – сайт МВД РФ www.mil.ru – сайт Минобороны РФ www.fsb.ru – сайт ФСБ РФ
2. www.dic.academic.ru (Академик. Словари и энциклопедии). www.booksgid.com (Books Gid. Электронная библиотека).
3. www.globalteka.ru/index.html (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов). www.window.edu.ru (Единое окно доступа к образовательным ресурсам). www.iprbookshop.ru (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
4. www.school.edu.ru/default.asp (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность)