

Приложение 07

**К основной профессиональной образовательной программе
(программе подготовки специалистов среднего звена)
38.02.05 ТОВАРОВЕДЕНИЕ И ЭКСПЕРТИЗА КАЧЕСТВА
ПОТРЕБИТЕЛЬСКИХ ТОВАРОВ**

**КИРОВСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«ОРЛОВО-ВЯТСКИЙ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННЫЙ КОЛЛЕДЖ»**

Рассмотрено на ПЦК преподавателей
общеобразовательных дисциплин
Протокол № __ от _____ 2022 г.
Председатель ПЦК _____

Утверждаю:
Зам. директора по УР
_____/М.В.Русских/
«__» _____ 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОУД 06 «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ. БЕЗОПАСНОСТИ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**ДЛЯ СПЕЦИАЛЬНОСТИ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ**

**38.02.05 ТОВАРОВЕДЕНИЕ И ЭКСПЕРТИЗА КАЧЕСТВА
ПОТРЕБИТЕЛЬСКИХ ТОВАРОВ**

Орлов, 2022 г.

Рабочая программа учебной дисциплины
составлена на основе Федерального
государственного образовательного
стандарта по специальности среднего
профессионального образования
38.02.05 Товароведение и экспертиза
качества потребительских товаров

Организация-разработчик: Кировское областное государственное профессиональное образовательное бюджетное учреждение «Орлово-Вятский сельскохозяйственный колледж».

Составитель:

Хохлов А.Ю. преподаватель Основы безопасности жизнедеятельности «ОВСХК»

Техническая экспертиза:

Рабочая программа учебной дисциплины **Основы безопасности жизнедеятельности** разработана с учётом Примерной основной образовательной программы среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 31 августа 2020 г. № 1), в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) среднего общего образования, федерального государственного стандарта среднего профессионального образования (далее – СПО) специальностям

Самоделкина З.Н., председатель ПЦК общеобразовательных дисциплин.

**Рассмотрено и рекомендовано ПЦК общеобразовательных дисциплин
Протокол № 1 от 31.08.2022 г.**

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

5. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНКИ ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ СФОРМИРОВАННОСТИ ОК

6. ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОПД.06. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1.1. Нормативно - правовое и методическое обеспечение разработки рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе:

– Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 38.02.05 Товароведение и экспертиза продовольственных товаров, утвержденного приказом Минобрнауки России от 28.07. 2014 года № 835;

– основной профессиональной образовательной программы по специальности 38.02.05 Товароведение и экспертиза продовольственных товаров;

– Локальных актов Кировского областного государственного профессионального образовательного бюджетного учреждения «Орлово-Вятский сельскохозяйственный колледж».

1.2. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 38.02.05 Товароведение и экспертиза продовольственных товаров.

Общая трудоемкость - 70 час.

Обязательная часть программы включает - 70 час.

1.3. Требования к результатам освоения дисциплины:

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

- вооружить будущих выпускников теоретическими и практическими навыками, необходимыми: - для идентификации опасности техногенного происхождения в повседневных и чрезвычайных ситуациях; - обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирование развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных бедствиях; - участия в работах по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций; - оказания первой медицинской помощи пострадавшим. Дисциплина направлена на повышение технической, гуманистической, правовой и природоохранной подготовки выпускников. Она базируется на знаниях, умениях и навыках, полученных студентами при изучении социально-экономических, естественно-научных и других дисциплин.

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

личностных:

– развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

- готовность к служению Отечеству, его защите;

– формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

– исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

– воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;

– освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

метапредметных:

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

предметных:

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора; – получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве

- обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
 - освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
 - развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
 - формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
 - развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
 - получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
 - освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
 - владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

Освоение содержания учебной дисциплины «Безопасности жизнедеятельности» обеспечивает формирование и развитие универсальных учебных действий в контексте преемственности формирования **общих компетенций** по специальности:

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

тельности.

Личностные результаты

Осознающий себя гражданином России и защитником Отечества, выражающий свою российскую идентичность в поликультурном и многоконфессиональном российском обществе и современном мировом сообществе. Сознательный свое единство с народом России, с Российским государством, демонстрирующий ответственность за развитие страны. Проявляющий готовность к защите Родины, способный аргументированно отстаивать суверенитет и достоинство народа России, сохранять и защищать историческую правду о Российском государстве	ЛР 1
Проявляющий активную гражданскую позицию на основе уважения закона и правопорядка, прав и свобод сограждан, уважения к историческому и культурному наследию России. Осознанно и деятельно выражающий неприятие дискриминации в обществе по социальным, национальным, религиозным признакам; экстремизма, терроризма, коррупции, антигосударственной деятельности. Обладающий опытом гражданской социально значимой деятельности (в студенческом самоуправлении, добровольчестве, экологических, природоохранных, военно-патриотических и др. объединениях, акциях, программах). Принимающий роль избирателя и участника общественных отношений, связанных с взаимодействием с народными избранниками	ЛР 2
Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде	ЛР 9
Проявляющий чувства патриотизма, любви и уважения к малой Родине, чувства гордости за свой край, за историческое прошлое многонационального Вятского края	ЛР 13
Проявляющий гражданское отношение к профессиональной деятельности как к возможности личного участия в решении общественных, государственных, общенациональных проблем	ЛР 21
Проявляющий уважение к традициям колледжа, символике колледжа – герб, флаг, социальную активность, соблюдающий нормы и правила поведения, принятые в колледже	ЛР 22

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов (очно)	Количество часов (заочно)
Максимальная учебная нагрузка (всего)	70	70
Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем по учебным занятиям (всего)	70	10
в том числе:		
Теоретическое обучение		
Лекции\урок	22	4
Практические занятия	48	6
Лабораторные занятия		
Курсовое проектирование		
Самостоятельная работа обучающегося (всего)		60
Консультации		
Промежуточная аттестация		
Промежуточная аттестация проводится в форме - дифференцированного зачета		

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины. Очная форма обучения «Основы безопасности жизнедеятельности.»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы.	Объем часов	ОК, ЛР	Методы текущего контроля
Введение	Содержание учебного материала	2		
	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «безопасность».	2	ЛР 1 ОК 1, ОК 4	Устный опрос
Раздел 1.		16		
	Содержание учебного материала			
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.	2	ЛР 9 ОК 1	Устный опрос
	1.2. 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.	2	ЛР 9 ОК 1	Устный опрос
	1.3 Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	2	ЛР 21 ОК 2	Практическая работа
	1.4. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Режим дня, труда и отдыха.	2	ЛР 9 ОК 1	Фронтальный опрос
	1.5. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.	2	ЛР 9 ОК 1	Фронтальный опрос
	Практические занятия: 1.6. Изучение основных положений организации рационального питания и	2	ЛР 9 ОК 1	Устный опрос

	освоение методов его гигиенической оценки.			
	1.7. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	4	ЛР 21 ОК 2	Практическая работа
Раздел 2.		16		
	Содержание учебного материала			
	2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	2	ЛР 2 ОК 9	тест
	2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	2	ЛР 2 ОК 9	Проверочная работа
	2.4. Гражданская оборона- составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	2	ЛР 13 ОК 9	Проверочная работа
	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.	2	ЛР 1 ОК 6	Проверочная работа
Государственная система обеспечения безопасности населения	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	ЛР 1 ОК 6	Проверочная работа, практическая работа
	Практические занятия			
	1.Характеристика чрезвычайных ситуаций и техногенного характера вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайной ситуации природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плана образовательного учреждения.	2	ЛР 2 ОК 6	тест

	2.Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Отработка действий при обнаружении подозрительного предмета, похожего на взрывное устройство.	4	ЛР 2 ОК 7	Фронтальный опрос
Раздел 3.		18		
Основы обороны государства и воинская обязанность.	Содержание учебного материала			
	3.1. История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра 1, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.	2	ЛР 1 ОК 9	Устный опрос
	Практические занятия			
	3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил РФ, рода Вооруженных Сил РФ. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно- морской флот, история создания, предназначение, структура. Военно- воздушные силы, история создания, предназначение, структура.	2	ЛР 1 ОК 9	Проверочная работа
	3.3. Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования при первоначальной постановке граждан на воинский учет.	2	ЛР 1 ОК 8	Устный опрос
	3.4. Военная доктрина Российской Федерации.	2	ЛР 1 ОК 5	Устный опрос
3.5. Призыв на военную службу. Общие должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.	2	ЛР 1 ОК 6	Практическая работа	

	3.6. Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования предъявляемые к гражданам по контракту. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы.	2	ЛР 1 ОК 6	Проверочная работа
	3.7. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге. Требования воинской деятельности предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности.	2	ЛР 22 ОК 6	тест
	3.8. Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие- принцип строительства Вооруженных Сил РФ. Общие права и обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов.	2	ЛР 1 ОК 6	Практическая работа
	3.9. Дни воинской славы России- дни славных побед.	2	ЛР 1 ОК 8	Проверочная работа
Раздел 4	Практические занятия	18		
	Содержание учебного материала			
Основы медицинских знаний	4.1. Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан РФ».	2	ЛР 21 ОК 6, ОК 3	Практическая работа
	4.2. Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. ПМП при проникающих ранениях грудной и брюшной полости. ПМП при переломах.	2	ЛР 21 ОК 6, ОК 3	Практическая работа

4.3. Понятие и виды кровотечений. ПМП при наружных кровотечениях. ПМП при капиллярном кровотечении, артериальном. Правила наложения жгута и закрутки. ПМП при венозном кровотечении.	2	ЛР 21 ОК 6, ОК 3	Практическая работа
4.4. ПМП при ожогах. Понятие и основные виды и степени ожогов. ПМП при химических ожогах. ПМП при воздействии высоких температур. Основные признаки теплового удара. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.	2	ЛР 21 ОК 6, 3	Практическая работа
4.5. ПМП при отравлениях. Острое и хроническое отравление.	2	ЛР 21 ОК 6, ОК 3	Практическая работа
4.6. ПМП при отсутствии сознания. Признаки обморока. ПМП при отсутствии кровообращения (остановка сердца). Основные причины остановки сердца. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственного дыхания.	2	ЛР 21 ОК 6, ОК 3	Практическая работа
4.7. Основные инфекционные болезни, их классификация, профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний.	2	ЛР 21 ОК 6, ОК 3	Практическая работа
4.8. ПМП при синдроме длительного сдавливания.	2	ЛР 21 ОК 6, ОК 3	Практическая работа
4.9. ЗАЧЕТ	2		Тест, практическая работа
	ВСЕГО	70	

2.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины. Очная форма обучения «Основы безопасности жизнедеятельности.»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы.	Объем часов	ОК, ЛР	Методы текущего контроля
Введение	Содержание учебного материала	2		
	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «безопасность».	2	ЛР 1 ОК 1, ОК 4	Устный опрос
Раздел 1.		8		
	Содержание учебного материала Самостоятельная работа			
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.	2	ЛР 9 ОК 1	Устный опрос
	1.2. 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.	2	ЛР 9 ОК 1	Устный опрос
	1.3 Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	2	ЛР 21 ОК 2	Практическая работа
	1.4. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Режим дня, труда и отдыха.	2	ЛР 9 ОК 1	Фронтальный опрос
	1.5. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.	2	ЛР 9 ОК 1	Фронтальный опрос

	Практические занятия:			
	1.6. Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	1	ЛР 9 ОК 1	Устный опрос
	1.7. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	2	ЛР 21 ОК 2	Практическая работа
Раздел 2.		22		
	Содержание учебного материала			
	Самостоятельная работа			
	2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	4	ЛР 2 ОК 9	тест
	2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	4	ЛР 2 ОК 9	Проверочная работа
	2.4. Гражданская оборона- составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	4	ЛР 13 ОК 9	Проверочная работа
	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.	4	ЛР 1 ОК 6	Проверочная работа
Государственная система обеспечения безопасности населения	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.	3	ЛР 1 ОК 6	Проверочная работа, практическая работа
	Практические занятия			
	1. Характеристика чрезвычайных ситуаций и техногенного характера вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайной ситуации природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плана	1	ЛР 2 ОК 6	тест

	образовательного учреждения.			
	2.Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Отработка действий при обнаружении подозрительного предмета, похожего на взрывное устройство.	2	ЛР 2 ОК 7	Фронтальный опрос
Раздел 3.				
	Содержание учебного материала	22		
Основы обороны государства и воинская обязанность.	3.1. История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра 1, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.	2	ЛР 1 ОК 9	Устный опрос
	Самостоятельная работа			
	3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил РФ, рода Вооруженных Сил РФ. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно- морской флот, история создания, предназначение, структура. Военно- воздушные силы, история создания, предназначение, структура.	4	ЛР 1 ОК 9	Проверочная работа
	3.3. Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования при первоначальной постановке граждан на воинский учет.	4	ЛР 1 ОК 8	Устный опрос
	3.4. Военная доктрина Российской Федерации.	2	ЛР 1 ОК 5	Устный опрос
3.5. Призыв на военную службу. Общие должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.	2	ЛР 1 ОК 6	Практическая работа	

	3.6. Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования предъявляемые к гражданам по контракту. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы.	2	ЛР 1 ОК 6	Проверочная работа
	3.7. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге. Требования воинской деятельности предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности.	2	ЛР 22 ОК 6	тест
	3.8. Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие- принцип строительства Вооруженных Сил РФ. Общие права и обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов.	2	ЛР 1 ОК 6	Практическая работа
	3.9. Дни воинской славы России- дни славных побед.	2	ЛР 1 ОК 8	Проверочная работа
Раздел 4	Самостоятельная работа	16		
	Содержание учебного материала			
Основы медицинских знаний	4.1. Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан РФ».	2	ЛР 21 ОК 6, ОК 3	Практическая работа
	4.2. Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. ПМП при проникающих ранениях грудной и брюшной полости. ПМП при переломах.	2	ЛР 21 ОК 6, ОК 3	Практическая работа
	4.3. Понятие и виды кровотечений. ПМП при наружных кровотечениях. ПМП при капиллярном кровотечении, артериальном. Правила наложения жгута и за-	2	ЛР 21 ОК 6, ОК 3	Практическая работа

крутки. ПМП при венозном кровотечении.			
4.4. ПМП при ожогах. Понятие и основные виды и степени ожогов. ПМП при химических ожогах. ПМП при воздействии высоких температур. Основные признаки теплового удара. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.	2	ЛР 21 ОК 6, 3	Практическая работа
4.5. ПМП при отравлениях. Острое и хроническое отравление.	2	ЛР 21 ОК 6, ОК 3	Практическая работа
4.6. ПМП при отсутствии сознания. Признаки обморока. ПМП при отсутствии кровообращения (остановка сердца). Основные причины остановки сердца. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственного дыхания.	2	ЛР 21 ОК 6, ОК 3	Практическая работа
4.7. Основные инфекционные болезни, их классификация, профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний.	2	ЛР 21 ОК 6, ОК 3	Практическая работа
4.8. ПМП при синдроме длительного сдавливания.	2	ЛР 21 ОК 6, ОК 3	Практическая работа
4.9. ЗАЧЕТ	2		Тест, практическая работа
	ВСЕГО	70	

ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ – 1 КУРС

Раздел «ЗОЖ»:

1. Табачный дым и его составные части.
2. Влияние курения на нервную, сердечно-сосудистую системы.
3. Пассивное курение и его влияние на здоровье

Раздел «Государственная система обеспечения безопасности населения»:

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

Раздел «Основы обороны государства и воинская обязанность»

1. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих службу по призыву.
2. Уголовная ответственность за преступления против военной службы.

Раздел «Основы семейного права и медицинских знаний»

1. Правовые аспекты взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений.
2. Основные функции семьи.
3. Основы семейного права в Российской Федерации.
4. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».
5. Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. образовательные технологии

При реализации учебной дисциплины используются следующие образовательные технологии:

1. Анализ конкретных ситуаций

Метод анализа конкретных ситуаций – один из наиболее эффективных и распространенных методов организации активной познавательной деятельности обучающихся (активные методы обучения – это методы, которые побуждают учащихся к активной мыслительной и практической деятельности в процессе овладения учебным материалом). Метод анализа конкретных ситуаций развивает способность к анализу нерафинированных жизненных и производственных задач. Сталкиваясь с конкретной ситуацией, обучаемый должен определить: есть ли в ней проблема, в чем она состоит, определить свое отношение к ситуации.

2. Технология интегрирования учебных дисциплин.

Процесс подготовки и проведения интегрированного урока имеет свою специфику. Он состоит из нескольких этапов.

Подготовительный (планирование, организация творческой группы, конструирование содержания урока, репетиция).

Исполнительный. Непосредственно сам урок. Цель первого этапа – вызвать интерес учащихся к теме урока, к его содержанию. Способы вызова интереса могут быть различные, например, описание проблемной ситуации или интересного случая. В заключительной части урока необходимо обобщить всё сказанное на уроке, подвести итог рассуждениям учеников, сформулировать четкие выводы.

Рефлексивный. На этом этапе проводится анализ урока. Необходимо учесть все его достоинства и недостатки.

3.2. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета №306 «Безопасности жизнедеятельности и охраны труда. Электронный тир. Стрелковый тир.»

Оборудование учебного кабинета: Учебная доска, учебные столы, посадочные места, учебные стенды.

Технические средства обучения: ноутбук, электронный тир.

3.3 Информационное обеспечение обучения

Информационное обеспечение обучения содержит перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основная:

1. Микрюков, В.Ю. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : Учеб. / В.Ю. Микрюков. - 6-е изд стер. - М. : Кнорус, 2014. - 288 с. - (СПО). - РУМО. - ISBN 978-5-406-03656-3
2. Хван, Т.А. Основы безопасности жизнедеятельности : учебное пособие / Т.А. Хван, П.А. Хван. - Изд. 9-е. - Ростов-н/Д : Феникс, 2014. - 416 с. : ил. - (Среднее профессиональное образование). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-222-21938-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256257> (29.08.2017).
3. Семехин, Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности / Ю.Г. Семехин, В.И. Бондин. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 412 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4073-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=276764> (29.08.2017).

Дополнительная: 1. Ястребов, Г.С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф [Текст] : Учеб. пособие / Г.С. Ястребов. -9-е изд. - Р.н/Д : Феникс, 2014. - 397 с. + Приложение. - (СПО). - РМО. - ISBN 978-5-222-21581-4 2. Косолапова, Н.В. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : Учеб. / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. - 9-е изд., стер. -

М. : Кнорус, 2016. - 192 с. - (СПО). - РУМО. - ISBN 978-5-406-05311-9 3.Смирнов, А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл. [Текст] : Учеб. / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. - 2-е изд. - М. : Просвещение, 2015. - 351 с. - РМО. - ISBN 978-5-09-035070-9 4.Смирнов, А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 кл. [Текст] : Учеб. / А.Т. Смирнов, Б.Т. Хренников. - М. : Просвещение, 2014. - 320 с. + Приложение. - (Академический школьный учебник). - РМО. - ISBN 978-5-09-027027-4 5.Основы безопасности жизнедеятельности: 10 кл. [Текст] : Учеб. / Под ред. Ю.Л. Воробьева. - М. : АСТ, 2014. - 350 с. - РМО. - ISBN 978-5-17-081352-0 6.Основы безопасности жизнедеятельности: 11 кл. [Текст] : Учеб. / Под ред. Ю.Л. Воробьева. - М. : АСТ, 2014. - 286 с. РМО.

Интернет-ресурсы: <http://www.edu.ru/> - единое окно доступа к образовательным ресурсам России; <http://www.libs.ru> - библиотеки России; <http://www.nlr.ru> - Российская национальная библиотека; <http://lib.rin.ru> - электронная библиотека RIN.RU; <http://www.public.ru> - электронная библиотека СМИ

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения	
Уметь организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций.	Практическая работа, тест
Уметь предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и в быту.	Практическая работа, тест
Уметь использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения.	Практическая работа, тест
Уметь применять первичные средства пожаротушения.	Практическая работа, тест
Уметь ориентироваться в перечне военно-учётных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной профессии.	Практическая работа, тест
Уметь применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией.	Практическая работа, тест
Уметь оказывать первую медицинскую помощь.	Практическая работа, тест
Уметь владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы.	Практическая работа, тест
Знания	
Знать принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьёзной угрозе национальной безопасности России.	Тест, зачет
основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и в быту, принципы снижения вероятности их реализации;	Тест, зачет
Знать основы военной службы и обороны государства;	Тест, зачет

Знать задачи и основные мероприятия гражданской обороны;	Тест, зачет
Знать способы защиты населения от оружия массового поражения;	Тест, зачет
Знать меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;	Тест, зачет
Знать организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке;	Тест, зачет
Знать основные виды вооружения, военной техники и специального вооружения, состоящих на вооружении воинских подразделений, в которых имеются военно-учётные специальности, родственные профессиям НПО;	Тест, зачет
Знать область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении	Тест, зачет
Знать порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.	Тест, зачет

5. ФОРМЫ И МЕТОДЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНКИ ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ СФОРМИРОВАННОСТИ ОК

Результаты (Освоенные общие компетенции)	Основные показатели оценки результатов	Формы и методы контроля и оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Психологическое анкетирование, наблюдение, поисковые задания (информационное сообщение, мультимедийная презентация), решение проблемных ситуаций, дискуссии, индивидуальные задания (монологическое высказывание Моя будущая специальность, заполнение анкеты при устройстве на работу, ведение диалога Собеседование при приеме на работу)
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	-определение социальной значимости профессиональной деятельности; -определение основных видов деятельности на рабочем месте и необходимые орудия труда; организация рабочего места	Наблюдение за обучающимися во время выполнения самостоятельных и контрольных работ, групповой работы, устных выступлений; оценка преподавателем выполнения заданий самостоятельной работы (изучение, конспектирование, реферирование); наблюдение, оценка преподавателем выполнения практического задания; наблюдение, оценка преподавателем решения профессиональных задач; анализ и оценка преподавателем рефлексии, самооценки деятельности обучающихся

<p>ОК.3 Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы</p>	<p>Прогнозирование результатов выполнения деятельности в соответствии с задачей; Нахождение способов и методов выполнения задачи; Выстраивание плана (программы) деятельности; Подбор ресурсов (инструмента, информации и т.п.), необходимых для решения задачи; Анализ действия на соответствие эталону (нормам) оценки результатов деятельности; Анализ результата выполняемых действий и выявление причины отклонений от норм (эталона); Определение пути устранения выявленных отклонений; Оценивание результатов своей деятельности, их эффективность и качество</p>	<p>Оценка преподавателем выполнения заданий самостоятельной работы; наблюдение, оценка преподавателем решения профессиональных задач; наблюдение, оценка преподавателем выполнения практического задания; оценка обоснования деятельности обучающихся; анализ и оценка преподавателем рефлексии, самооценки деятельности обучающихся</p>
<p>ОК.4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</p>	<p>выделение профессионально-значимой информации (в рамках своей профессии) -умение пользоваться разнообразной справочной литературой, электронными ресурсами - умение находить в тексте запрашиваемую информацию (определение, данные и т.п) - сопоставление информации из различных источников. -классификация и обобщение информации -оценивание полноты и достоверности информации</p>	<p>Наблюдение и оценка уровня познавательной активности обучающихся на уроке: - во время изучения нового материала, - во время проведения самостоятельной работы; -оценка уровня подготовки обучающихся сообщений, рефератов, по дисциплине; -оценка презентаций, созданных учащимися</p>
<p>ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности</p>	<p>Осуществление поиска информации на различных электронных носителях. Извлечение информации в различных формах с использованием разнообразного программного обеспечения. Создание презентации в различных формах.</p>	<p>Оценка преподавателем выполнения заданий самостоятельной работы обучающихся (изучение, конспектирование, рефератирование, КР); Оценка преподавателем конспектов обучающихся; наблюдение, оценка преподавателем выполнения практического за-</p>

		дания; Поисковые задания (мультимедийная презентация)
ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами	<ul style="list-style-type: none"> -четкое выполнение обязанностей при работе в команде или выполнении задания в группе; -соблюдение норм профессиональной этики при работе в команде; -включение в коллективное обсуждение рабочей ситуации. - оценивать эффективность принятых решений, их качество; - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации; - брать на себя ответственность за результат выполнения задания; 	<ul style="list-style-type: none"> -наблюдение за обучающимися во время групповой работы; - наблюдение за обучающимися во время проведения внеклассных мероприятий по предмету; -наблюдение за работой при выполнении групповых заданий; --анализ и оценка преподавателем рефлексии, самооценки деятельности обучающихся
ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.	<ul style="list-style-type: none"> - оценивать эффективность принятых решений, их качество; - самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации; - брать на себя ответственность за результат выполнения задания; -четкое выполнение обязанностей при работе в команде или выполнении задания в группе; -соблюдение норм профессиональной этики при работе в команде; -включение в коллективное обсуждение рабочей ситуации. 	<ul style="list-style-type: none"> наблюдение за обучающимися во время групповой работы; - наблюдение за обучающимися во время проведения внеклассных мероприятий по предмету; -наблюдение за работой при выполнении групповых заданий; --анализ и оценка преподавателем рефлексии, самооценки деятельности обучающихся
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	<ul style="list-style-type: none"> -определение социальной значимости профессиональной деятельности и личностного развития; -определение основных видов деятельности на рабочем месте и необходимые орудия труда; - оценивать эффективность принятых решений, их качество; - самостоятельно определять задачи профессионального 	<ul style="list-style-type: none"> Оценка преподавателем выполнения заданий самостоятельной работы обучающихся (изучение, конспектирование, реферирование, КР); Оценка преподавателем конспектов обучающихся; наблюдение, оценка,

	и личного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации; - брать на себя ответственность за результат выполнения задания;	
ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.	- принимать решения в нестандартных ситуациях, нести за них ответственность; - ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности;	Оценка преподавателем выполнения заданий самостоятельной работы обучающихся (изучение, конспектирование, рефератирование, КР); Оценка преподавателем конспектов обучающихся; оценка.

6.ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
Введение	Объяснение междисциплинарных связей Основы безопасности жизнедеятельности с другими науками.
Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья	Умение ориентироваться в ситуациях, возникающих в повседневной жизни. Умение ориентироваться в ситуациях криминогенного характера. Умение показывать навыки выживания в условиях вынужденной автономии в природных условиях.
Государственная система обеспечения безопасности населения	Умение изготавливать простейшие средства индивидуальной защиты и изолировать жилище от внешней среды с помощью необходимых для этого предметов. Умение распознавать сигналы оповещения и быстро эвакуироваться в безопасные районы. Умение пользоваться правами и обязанностями граждан в области безопасности, определенных в Федеральных законах. Умение пользоваться средствами коллективной и индивидуальной защиты. Умение защищаться от поражающих факторов ядерного, химического и бактериологического оружия. Умение применять средства защиты от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий. Умение применять первичные средства пожаротушения.
Основы обороны государства и воинская обязанность	Умение развивать в себе необходимые познавательные, физические, психологические и профессиональные качества, соответствующие требованиям военной службы. Умение применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией. Умение владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы.
Основы медицинских знаний	Умение давать определение понятий: «Инфекционные болезни, Утомление, биологические ритмы, самоконтроль, рана, вывихи, переломы.» Умение учитывать биологические ритмы в повседневной деятельности. Умение планировать свой режим дня, рационально сочетая в нем умственные и физические нагрузки, поддерживать необходимый уровень своего здоровья и работоспособности. Умение различать факторы, способствующие появлению

нию усталости.

Умение применять на практике жгуты, бинты, шины, оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

КОПИРОВАТЬ
ОВСХЖ
НЕ КОПИРОВАТЬ
ОВСХЖ
НЕ КОПИРОВАТЬ
ОВСХЖ