

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ РЕСПУБЛИКИ КОМИ  
КОМИ РЕСПУБЛИКАСА ВЕЛӢДАН, НАУКА ДА ТОМ ЙӢЗ ПОЛИТИКА МИНИСТЕРСТВО

Государственное профессиональное образовательное учреждение  
«Сыктывкарский автомеханический техникум»

«СЫКТЫВКАРСА АВТОМЕХАНИЧЕСКӢЙ ТЕХНИКУМ»  
УДЖСИКАСӢ ВЕЛӢДАН КАНМУ УЧРЕЖДЕНИЕ

РЕКОМЕНДОВАНА

на заседании предметной

(цикловой) комиссии

\_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

протокол № \_\_\_\_\_

Председатель ПЦК \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГПОУ САТ И.В. Юрецкая

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**  
**ОУП.07 Основы безопасности жизнедеятельности**

*Для специальностей СПО*

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

*Для профессий СПО:*

|          |                                                  |
|----------|--------------------------------------------------|
| 23.01.06 | Машинист дорожных и строительных машин           |
| 15.01.09 | Машинист лесозаготовительных и трелевочных машин |

Сыктывкар, 20\_\_

Рабочая программа общеобразовательного учебного предмета «ОУП.07 Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для освоения основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

Рабочая программа разработана на основе примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций (автор — Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко), рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО», протокол № 3 от 21 июля 2015 г.).

**ОРГАНИЗАЦИЯ - РАЗРАБОТЧИК:** Государственное профессиональное образовательное учреждение «Сыктывкарский автомеханический техникум»

**СОСТАВИТЕЛЬ** – Петров Максим Алексеевич, преподаватель-организатор ОБЖ ГПОУ «САТ» первой квалификационной категории.

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                          | стр |
|--------------------------------------------------------------------------|-----|
| ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....                                               | 4   |
| 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ.....                                        | 5   |
| 1.1 Общая характеристика учебного предмета .....                         | 5   |
| 1.2 Место учебного предмета в учебном плане .....                        | 5   |
| 1.3 Результаты освоения учебного предмета.....                           | 5   |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....                         | 8   |
| 2.1.Объем учебного предмета и виды учебной работы.....                   | 8   |
| 2.2. Тематический план и содержание учебного предмета.....               | 9   |
| 3. ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ (ДОКЛАДОВ), ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ .....    | 17  |
| 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....                             | 19  |
| 4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению..... | 19  |
| 4.2. Информационное обеспечение обучения.....                            | 20  |
| 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....         | 24  |

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Рабочая программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебного предмета «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 учебного предмета «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.

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

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

## 1.1 Общая характеристика учебного предмета «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.

Общеобразовательный учебный предмет «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.

Изучение общеобразовательного учебного предмета «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, ППССЗ).

## 1.2 Место учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» является обязательным и изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП СПО (ППКРС, ППССЗ).

## 1.3 Результаты освоения учебного предмета

Освоение содержания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение студентами следующих **результатов**:

- **личностных:**

- Л1** развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- Л2** готовность к служению Отечеству, его защите;
- Л3** формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- Л4** исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- Л5** воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- Л6** освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

• **метапредметных:**

- МТ1** 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;
- МТ2** 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;
- МТ3** формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- МТ4** приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- МТ5** развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- МТ6** формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- МТ7** формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- МТ8** развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- МТ9** формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- МТ10** развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- МТ11** освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- МТ12** приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- МТ13** формирование установки на здоровый образ жизни;
- МТ14** развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• **предметных:**

- П1** 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;
- П2** получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- П3** сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- П4** сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- П5** освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного,

- техногенного и социального характера;
- П6** освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- П7** развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- П8** формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- П9** 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;
- П10** 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;
- П11** освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- П12** 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. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

### 2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

| Вид учебной работы                                      | <i>Объем часов</i> |
|---------------------------------------------------------|--------------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>            | <b>108</b>         |
| <b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>      | <b>36</b>          |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b> | <b>72</b>          |
| в том числе:                                            |                    |
| - теоретические занятия                                 | 34                 |
| - практические занятия                                  | 36                 |
| - лабораторные занятия                                  | -                  |
| - курсовой проект (работа)                              | -                  |
| - контрольные работы                                    | -                  |
| - <b>промежуточная аттестация</b>                       | 2                  |
| (в форме дифференцированного зачета)                    |                    |



## 2.2. Тематический план и содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

| Наименование разделов и тем                                            | Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа студентов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Объём часов | Уровень освоения |
|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------|
| 1                                                                      | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 3           | 4                |
| <b>Введение</b>                                                        | <i>Содержание учебного материала:</i> Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности. 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.                                                                                                                                                                                                                                                               | 2           | 1                |
| <b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>18</b>   |                  |
| <b>1.1. Здоровый образ жизни и факторы укрепляющие здоровье</b>        | <i>Содержание учебного материала:</i> Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. 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. Влияние двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. | 2           | 2                |
| <b>1.2 Охрана труда</b>                                                | <i>Содержание учебного материала:</i> Профилактика производственного травматизма. Режим труда и отдыха, правила трудового распорядка. Использование в работе средств индивидуальной защиты. Важность соблюдения правил техники безопасности.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 2           | 2                |
| <b>1.3 Гигиенические основы рационального питания</b>                  | <i>Практическая работа:</i> Гигиенические основы рационального питания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 2           | 3                |
|                                                                        | <i>Самостоятельная работа:</i> Письменная работа на тему: «Рациональная организация студенческого труда и отдыха».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 2           | 2                |

| 1                                                                                       | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 3         | 4 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---|
| <b>1.4 Вредные привычки и их профилактика</b>                                           | <b>Практическая работа:</b> 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. | 2         | 3 |
| <b>1.5 Правила и безопасность дорожного движения</b>                                    | <b>Практическая работа:</b> Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.<br>Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.                                                                                                                                                                                                                       | 2         | 3 |
|                                                                                         | <b>Самостоятельная работа:</b> Письменная работа на тему: «Типовые нарушения ПДД и ответственность за них».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 1         | 2 |
| <b>1.6 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.</b> | <b>Содержание учебного материала:</b> Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья. Болезни передающиеся половым путем.                                                                                                                                                                                                                                                | 2         | 1 |
|                                                                                         | <b>Самостоятельная работа:</b> Доклад на тему: «СПИД – чума XXI века».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 1         | 2 |
| <b>1.7 Правовые основы взаимоотношений полов.</b>                                       | <b>Содержание учебного материала:</b> Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2         | 1 |
| <b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>26</b> |   |
| <b>2.1 Общие понятия и классификация ЧС</b>                                             | <b>Содержание учебного материала:</b> Общие понятия чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций (ЧС) природного и техногенного характера по основным признакам. ЧС характерные для РК.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 1         | 2 |

| 1                                                   | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 3 | 4 |
|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|
| <b>2.2 Правила поведения в условиях ЧС</b>          | <i><b>Практическая работа:</b></i> Правила поведения населения при угрозе и возникновении ЧС. Характеристика особенностей ЧС различного происхождения Организация оповещения населения об опасностях мирного и военного времени. Освоение моделей поведения в разных ситуациях (как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах). Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.                                                                                               | 1 | 3 |
| <b>2.3 Система ГО и РСЧС в России</b>               | <i><b>Содержание учебного материала:</b></i> Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций. | 2 | 1 |
|                                                     | <i><b>Самостоятельная работа:</b></i> Тема для самостоятельного изучения: «Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций». Работа с информационными источниками: Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 N 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций»                                                                                                                                                                                                           | 1 | 1 |
| <b>2.4 Мероприятия по защите населения</b>          | <i><b>Практическая работа:</b></i> Мероприятия по защите населения. Основные правила эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени. 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 | 2 |
| <b>2.5 Изучение первичных средств пожаротушения</b> | <i><b>Практическая работа:</b></i> Изучение первичных средств пожаротушения.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2 | 3 |

| 1                                                                             | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 3 | 4 |
|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|
| <b>2.6 Современные средства поражения</b>                                     | <b>Содержание учебного материала:</b> Современные средства поражения. Оружие массового поражения и его поражающие факторы (ядерное, химическое и биологическое оружие).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 2 | 2 |
|                                                                               | <b>Самостоятельная работа:</b> Доклад на тему: «Новейшие виды ОМП».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 1 | 1 |
| <b>2.7 СИЗ – виды и предназначение</b>                                        | <b>Содержание учебного материала:</b> Классификация средств индивидуальной защиты. Оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС. Использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 1 | 2 |
|                                                                               | <b>Практическая работа:</b> Отработка навыков использования СИЗ.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 1 | 3 |
|                                                                               | <b>Самостоятельная работа:</b> Доклад на тему: «Бытовые средства индивидуальной защиты».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 1 | 2 |
| <b>2.8 СКЗ – виды и устройство</b>                                            | <b>Содержание учебного материала:</b> Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 1 | 3 |
|                                                                               | <b>Практическая работа:</b> Правила поведения в защитных сооружениях.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 1 |   |
|                                                                               | <b>Самостоятельная работа:</b> Доклад на тему: «Подготовка подвального помещения под ПРУ».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 1 | 2 |
| <b>2.9 Терроризм – угроза обществу</b>                                        | <b>Практическая работа:</b> Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2 | 2 |
|                                                                               | <b>Самостоятельная работа:</b> Составить памятку: «Действия при обнаружении предмета похожего на взрывное устройство».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 1 | 3 |
| <b>2.10 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.</b> | <b>Практическая работа:</b> 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). Уголовная ответственность несовершеннолетних. | 2 | 1 |
|                                                                               | <b>Самостоятельная работа:</b> Тема для самостоятельного изучения: «Другие государственные службы в области безопасности».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2 | 1 |

| 1                                                                  | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 3         | 4 |
|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---|
| <b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>48</b> |   |
| <b>3.1 История создания Вооруженных Сил России.</b>                | <i><b>Содержание учебного материала:</b></i> 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                                                                                                                                                                                                   | 2         | 1 |
|                                                                    | <i><b>Самостоятельная работа:</b></i> Работа с информационными источниками: Указ Президента РФ от 28.12.2010 г. № 390-ФЗ "О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2         | 1 |
| <b>3.2 Воинские звания и знаки различия военнослужащих</b>         | <i><b>Содержание учебного материала:</b></i> Сухопутные и корабельные воинские звания. Знаки различия военнослужащих. Форма одежды военнослужащих.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2         | 3 |
|                                                                    | <i><b>Практическая работа:</b></i> Изучение и сдача воинских званий.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2         | 3 |
| <b>3.3 Структура Вооруженных Сил Российской Федерации</b>          | <i><b>Содержание учебного материала:</b></i> Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Воздушно-космические силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: 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. Структурные подразделения ВС РФ и их командиры | 2         | 2 |

| 1                                                           | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 3 | 4 |
|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|
| <b>3.4 Воинская обязанность</b>                             | <b>Содержание учебного материала:</b> 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.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2 | 2 |
|                                                             | <b>Самостоятельная работа:</b> Работа с информационными источниками: ФЗ № 53 «О воинской обязанности и военной службе»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2 | 2 |
| <b>3.5 Правовые основы военной службы</b>                   | <b>Практическая работа:</b> Ознакомление с основными законами о воинской службе. Конституция РФ. Военная доктрина РФ. ФЗ № 53 «О воинской обязанности и военной службе». ФЗ № 76 «О статусе военнослужащих». ФЗ № 61 «Об обороне». ФЗ № 4730-I «О Государственной границе РФ». ФЗ № 113 «Об альтернативной гражданской службе». Общевоинские уставы. Категории годности к службе в ВС РФ. Кто подлежит призыву в ВС РФ. Состав и решения призывной комиссии. Отсрочка от призыва в ВС РФ. Освобождение от службы в ВС РФ. Уважительные причины неявки по повестке в военный комиссариат. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы | 2 | 2 |
| <b>3.6 Обязательная подготовка граждан к военной службе</b> | <b>Содержание учебного материала:</b> 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.                                                                                                              | 1 | 2 |
| <b>3.7 Прохождение военной службы по призыву.</b>           | <b>Содержание учебного материала:</b> Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 1 | 1 |
|                                                             | <b>Самостоятельная работа:</b> Работа с информационными источниками: Устав внутренней службы ВС РФ.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 2 | 1 |

| 1                                                  | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 3 | 4 |
|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|
| <b>3.8 Прохождение военной службы по контракту</b> | <b>Содержание учебного материала:</b> 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.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 1 | 1 |
|                                                    | <b>Самостоятельная работа:</b> Работа с информационными источниками: Федеральный закон от 27.05.1998 N 76-ФЗ "О статусе военнослужащих"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2 | 1 |
| <b>3.9 Как стать офицером Российской армии</b>     | <b>Практическая работа:</b> Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для ВС РФ.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 1 | 1 |
|                                                    | <b>Самостоятельная работа:</b> Тема для самостоятельного изучения: «Военно-учетные специальности».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2 | 2 |
| <b>3.10 Воинская дисциплина и ответственность</b>  | <b>Практическая работа:</b> 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. | 1 | 2 |
|                                                    | <b>Практическая работа:</b> Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 1 | 2 |
|                                                    | <b>Самостоятельная работа:</b> Работа с информационными источниками: Дисциплинарный устав ВС РФ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 2 | 1 |

| 1                                                            | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 3 | 4 |
|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|
| <b>3.11 Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил России</b> | <b>Содержание учебного материала:</b> 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. 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. | 2 | 1 |
|                                                              | <b>Самостоятельная работа:</b> Работа с информационными источниками: «Положение о Боевом знамени Вооруженных Сил Российской Федерации».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 2 | 1 |
| <b>3.12 Огневая подготовка</b>                               | <b>Содержание учебного материала:</b> АК-74 – история создания, устройство, назначение частей и механизмов, тактико-технические характеристики. Ответственность за незаконное хранение, сбыт и изготовление оружия.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 2 | 2 |
|                                                              | <b>Практическая работа:</b> Разучивание сборки и разборки АК-74                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2 | 3 |
|                                                              | <b>Практическая работа:</b> Ручные осколочные гранаты, их характеристики (РГД-5, Ф-1, РГН, РГО)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2 | 2 |
|                                                              | <b>Самостоятельная работа:</b> Тема для самостоятельного изучения: «Разновидности стрелкового оружия».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2 | 1 |
| <b>3.13 Строевая подготовка</b>                              | <b>Практическая работа:</b> Строевой устав ВС РФ. Общие положения. Строевые приемы на месте без оружия. Строевые приемы в движении без оружия.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 2 | 2 |
|                                                              | <b>Практическая работа:</b> Отработка строевых приемов. Отработка строевого шага. Движение в строю. Выполнение воинского приветствия.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2 | 3 |
|                                                              | <b>Самостоятельная работа:</b> Работа с информационными источниками: Строевой устав ВС РФ.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2 | 2 |



| 1                                                           | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 3          | 4 |
|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---|
| <b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>12</b>  |   |
| <b>4.1 Понятие первой помощи</b>                            | <i><b>Содержание учебного материала:</b></i> Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан РФ». Понятие о ранах и травмах, их виды. Понятие и виды кровотечений.                   | 2          | 1 |
|                                                             | <i><b>Самостоятельная работа:</b></i> Темы для самостоятельного изучения: «Правовые основы оказания первой медицинской помощи», «Правила первой помощи при ранениях», «Правила наложения повязок различных типов».                                                                                          | 2          | 1 |
| <b>4.2 Порядок оказания первой помощи</b>                   | <i><b>Практическая работа:</b></i> Отработка 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, обмороке. Первая помощь при переломах. | 2          | 3 |
| <b>4.3 Оказание первой помощи при неотложных состояниях</b> | <i><b>Практическая работа:</b></i> Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Первая помощь при термотравмах. Сердечно-легочная реанимация.                                                                                                | 2          | 3 |
|                                                             | <i><b>Самостоятельная работа:</b></i> Подготовка к дифференцированному зачету.                                                                                                                                                                                                                              | 4          | 2 |
| <b>Дифференцированный зачет</b>                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>2</b>   |   |
| <b>ВСЕГО</b>                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>108</b> |   |

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

### **3. ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ (ДОКЛАДОВ), ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ**

1. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
2. Взаимодействие человека и среды обитания.
3. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
4. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
5. Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.
6. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
7. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
8. Роль физической культуры в сохранении здоровья.
9. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
10. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
11. Табакокурение и его влияние на здоровье.
12. Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
13. Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
14. Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
15. Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для Республики Коми.
16. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для Республики Коми.
17. Терроризм как основная социальная опасность современности.
18. Космические опасности: мифы и реальность.
19. Современные средства поражения и их поражающие факторы.
20. Оповещение и информирование населения об опасности.
21. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
22. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
23. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
24. Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
25. Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.
26. Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.

27. Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
28. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
29. Символы воинской чести.
30. Патриотизм и верность воинскому долгу.
31. Дни воинской славы России.
32. Города-герои Российской Федерации.
33. Города воинской славы Российской Федерации.
34. Профилактика инфекционных заболеваний.
35. Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
36. СПИД — чума XXI века.
37. Оказание первой помощи при бытовых травмах.
38. Духовность и здоровье семьи.
39. Здоровье родителей — здоровье ребенка.
40. Формирование здорового образа жизни с пеленок.
41. Как стать долгожителем?
42. Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.
43. Политика государства по поддержке семьи.

## 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### 4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Помещение кабинета основ безопасности жизнедеятельности должно удовлетворять требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2. 178-02)1. Оно должно быть оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки учащихся.

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

В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» входят:

- многофункциональный комплекс преподавателя;
- наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов, портретов выдающихся ученых в области обеспечения безопасной жизнедеятельности населения и др.);
- информационно-коммуникативные средства;
- экранно-звуковые пособия;
- тренажеры для отработки навыков оказания сердечно-легочной и мозговой реанимации с индикацией правильности выполнения действий на экране компьютера и пульте контроля управления — роботы-тренажеры типа «Гоша» и др.;
- тренажер для отработки действий при оказании помощи в воде;
- имитаторы ранений и поражений;
- образцы аварийно-спасательных инструментов и оборудования (АСИО), средств индивидуальной защиты (СИЗ): противогаз ГП-7, респиратор Р-2, защитный костюм Л-1, общевойсковой защитный костюм, общевойсковой прибор химической разведки, компас-азимут; дозиметр бытовой (индикатор радиоактивности);
- учебно-методический комплект «Факторы радиационной и химической опасности» для изучения факторов радиационной и химической опасности;
- образцы средств первой медицинской помощи: индивидуальный перевязочный пакет ИПП-1; жгут кровоостанавливающий; аптечка индивидуальная АИ-2; комплект противоожоговый; индивидуальный противохимический пакет ИПП-11; сумка санитарная; носилки плащевые;
- образцы средств пожаротушения (СП);
- макеты: встроенного убежища, быстровозводимого убежища, противорадиационного укрытия, а также макеты местности, зданий и муляжи; • макет автомата Калашникова;
- электронный стрелковый тренажер;
- обучающие и контролирующие программы по темам дисциплины;
- комплекты технической документации, в том числе паспорта на средства обучения, инструкции по их использованию и технике безопасности;
- библиотечный фонд.

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

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

В процессе освоения программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» студенты должны иметь возможность доступа к электронным учебным материалам по основам безопасности жизнедеятельности, имеющимся в

## 4.2. Информационное обеспечение обучения

### ОСНОВНЫЕ ИСТОЧНИКИ:

---

Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – М.: Академия, 2019. – 368 с.

Микрюков В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + eПриложение: учебник / В.Ю. Микрюков. — Москва: КноРус, 2022. — 290 с. — [URL:https://book.ru/book/941147](https://book.ru/book/941147). — Текст: электронный. — Режим доступа: по подписке.

### ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ИСТОЧНИКИ:

---

#### Для студентов:

*Аксенова М., Кузнецов С., Евлахович и др.* Огнестрельное оружие. — М., 2012.

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

*Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л.* Безопасность жизнедеятельности: электронное учебное издание для обучающихся по профессиям в учреждениях сред. проф. образования. — М., 2014.

*Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л.* Безопасность жизнедеятельности:

электронное приложение к учебнику для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.

*Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л.* Безопасность жизнедеятельности: электронный учебно-методический комплекс для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.

*Микрюков В.Ю.* Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов сред. проф. образования. — М., 2014.

*Микрюков В.Ю.* Основы военной службы: учебник для учащихся старших классов сред. образовательных учреждений и студентов сред. спец. учеб. заведений, а также преподавателей этого курса. — М., 2014.

*Микрюков В.Ю.* Азбука патриота. Друзья и враги России. — М., 2013.

#### Для преподавателей:

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

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

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

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

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

Гражданский кодекс РФ (Ч. 1) (утвержден Федеральным законом от 30.11.94 № 51-ФЗ (в ред.

от 11.02.2013, с изм. и доп. от 01.03.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 32 (Ч. 1). — Ст. 3301.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в

Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.

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

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

Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 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.

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

*Кобяков Ю.П.* Физическая культура. Основы здорового образа жизни. — М., 2012.

*Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л.* Безопасность жизнедеятельности:

практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2013.

*Митяев А.* Книга будущих командиров. — М., 2010.

*Назарова Е.Н., Жилов Ю.Д.* Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.

Общевойсковые уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2013.

#### **Справочники, энциклопедии:**

*Изотова М.А., Царева Т.Б.* Полная энциклопедия орденов и медалей России. — М., 2008.

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

*Каменев А.И.* Энциклопедия русского офицера. — М., 2008.

*Каторин Ю.Ф.* Танки: иллюстрированная энциклопедия. — М., 2011. *Лубченков Ю.Н.* Русские полководцы. — М., 2009.

#### **ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ:**

---

[www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).

[www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ). [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны). [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ). [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии). [www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) (Books

Gid. Электронная библиотека). [www.globalteka.ru/index.html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов). [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам). [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks). [www.school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность). [www.book.ru/](http://www.book.ru/) (Электронная библиотечная система).



## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Контроль и оценка результатов освоения учебного предмета осуществляется преподавателем в процессе проведения практических и лабораторных занятий, устных и письменных опросов, тестировании, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований

| Результаты обучения<br>(освоенные умения, усвоенные знания)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Формы и методы<br>контроля и оценки результатов<br>обучения                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>личностные:</b></p> <p><b>Л1</b> развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;</p> <p><b>Л2</b> готовность к служению Отечеству, его защите;</p> <p><b>Л3</b> формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;</p> <p><b>Л4</b> исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);</p> <p><b>Л5</b> воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;</p> <p><b>Л6</b> освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p><b>Текущий контроль</b> –<br/>Практические занятия,<br/>самостоятельная работа студентов,<br/>устный опрос, тестирование</p> |
| <p><b>метапредметные:</b></p> <p><b>МТ1</b> 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;</p> <p><b>МТ2</b> 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;</p> <p><b>МТ3</b> формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;</p> <p><b>МТ4</b> приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных</p> | <p><b>Текущий контроль</b> –<br/>Практические занятия,<br/>самостоятельная работа студентов,<br/>устный опрос, тестирование</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>технологий;</p> <p><b>МТ5</b> развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;</p> <p><b>МТ6</b> формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;</p> <p><b>МТ7</b> формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;</p> <p><b>МТ8</b> развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;</p> <p><b>МТ9</b> формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;</p> <p><b>МТ10</b> развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;</p> <p><b>МТ11</b> освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;</p> <p><b>МТ12</b> приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;</p> <p><b>МТ13</b> формирование установки на здоровый образ жизни;</p> <p><b>МТ14</b> развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;</p> | <p><i><b>Текущий контроль</b></i> –<br/>Практические занятия,<br/>самостоятельная работа студентов,<br/>устный опрос, тестирование</p> |
| <p><i><b>предметных:</b></i></p> <p><b>П1</b> 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;</p> <p><b>П2</b> получение знания основ государственной системы, российского законодательства,</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                        |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;</p> <p><b>ПЗ</b> сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;</p> <p><b>П4</b> сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;</p> <p><b>П5</b> освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;</p> <p><b>П6</b> освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;</p> <p><b>П7</b> развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</p> <p><b>П8</b> формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;</p> <p><b>П9</b> 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;</p> <p><b>П10</b> 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;</p> <p><b>П11</b> освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</p> <p><b>П12</b> 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.</p> | <div style="margin-bottom: 20px;"> <p><i><b>Текущий контроль –</b></i><br/>Практические занятия,<br/>самостоятельная работа студентов,<br/>устный опрос, тестирование</p> </div> <div> <p><i><b>Текущий контроль –</b></i><br/>Практические занятия,<br/>самостоятельная работа студентов,<br/>устный опрос, тестирование</p> </div> |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <p><i><b>Итоговый контроль:</b></i><br/><i>в форме дифференцированного зачета</i></p>                                                                                                                                                                                                                                                |

### Воспитательный компонент программы

| <b>№<br/>п/п</b> | <b>Наименование темы</b>                                                   | <b>Форма проведения</b>                             | <b>Сроки</b>               |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------------|
| 1                | Терроризм угроза обществу                                                  | Всероссийский открытый урок                         | 03 сентября                |
| 2                | Система ГО и РСЧС в России                                                 | Всероссийский открытый урок.<br>Викторина           | 04 октября                 |
| 3                | Прохождение военной службы по призыву                                      | Викторина                                           | 15 ноября                  |
| 4                | Правила поведения в условиях ЧС                                            | Всероссийский открытый урок.<br>Викторина           | 1 марта                    |
| 5                | День неизвестного героя                                                    | 5-и минутка перед очередным плановым занятием       | 3 декабря                  |
| 6                | День Героев Отечества                                                      | 5-и минутка перед очередным плановым занятием       | 9 декабря                  |
| 7                | День конституции РФ                                                        | 5-и минутка перед очередным плановым занятием       | 12 декабря                 |
| 8                | Сталинградская битва - коренной перелом                                    | 5-и минутка перед очередным плановым занятием       | 2 февраля                  |
| 9                | День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества | 5-и минутка перед очередным плановым занятием       | 15 февраля                 |
| 10               | День защитников Отечества                                                  | 5-и минутка перед очередным плановым занятием       | в преддверии<br>23 февраля |
| 11               | День космонавтики                                                          | 5-и минутка перед очередным плановым занятием       | 12 апреля                  |
| 12               | Изучение первичных средств пожаротушения                                   | Всероссийский открытый урок.<br>Практическая работа | 30 апреля                  |
| 13               | День победы                                                                | 5-и минутка перед очередным плановым занятием       | в преддверии 9 мая         |
| 14               | День России                                                                | 5-и минутка перед очередным плановым занятием       | в преддверии 12 июня       |