



государственное автономное учреждение  
Калининградской области  
профессиональная образовательная организация  
**«КОЛЛЕДЖ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА»**

## **ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **Основы безопасности жизнедеятельности**

2021

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины предназначена для изучения в профессиональных образовательных организациях СПО, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена (ППССЗ и ППКРС 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 учебной дисциплины, 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), с учетом Примерной основной образовательной программы среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з).

Организация-разработчик: государственное автономное учреждение Калининградской области профессиональная образовательная организация «Колледж предпринимательства»

Разработчики: А.А. Гризецкий – ГАУ КО «Колледж предпринимательства», преподаватель

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена на заседании отделения общеобразовательных дисциплин Протокол № 2 от 01.10.2021 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>стр. 4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>8</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>15</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>18</b>

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **Основы безопасности жизнедеятельности**

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

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программ подготовки квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена, обучающихся на базе основного общего образования, разработанных в соответствии с Рекомендациями Министерства образования и науки РФ 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 для использования в работе профессиональных образовательных организаций (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров от 17 марта 2015 г. N 06-259)

### **1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена:**

Учебная дисциплина Основы безопасности жизнедеятельности является предметом общеобразовательного цикла ФГОС среднего общего образования. В профессиональной образовательной организации, учебная дисциплина Основы безопасности жизнедеятельности изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ППКРС и ППССЗ на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

В учебном плане ППКРС и ППССЗ учебная дисциплина Основы безопасности жизнедеятельности входит в состав общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для профессий и специальностей СПО.

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

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

#### **личностных:**

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

и внутренних угроз;

– готовность к служению Отечеству, его защите;

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

- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

**метапредметных:**

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

других технических средств, используемых в повседневной жизни; приобретение опыта локализации возможных опасных — ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки

**предметных:**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи

пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

**уметь:**

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

**знать:**

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
- основы военной службы и обороны государства;
- задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;
- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;

- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим



## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>70</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>70</b>
в том числе:	
практические занятия	46
контрольные работы	24
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	
в том числе:	
– работа с информационными источниками	
– реферативная работа	
<b>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>РАЗДЕЛ I. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья</b>		<b>8</b>	
<b>Тема 1.</b> Введение. Инструктаж по правилам поведения, технике безопасности и порядке проведения занятий.	Содержание учебного материала		
	Автономное существование. Действия людей в ситуациях связанных с авариями транспортных средств. Потеря ориентировки на местности	2	2
	Ориентирование на местности. Оборудование временного жилища. Добыча огня. Обеспечение питанием и водой.		
<b>Тема 2.</b> Уголовная ответственность несовершеннолетних.	Содержание учебного материала		
	Уголовная ответственность несовершеннолетних. Административная ответственность несовершеннолетних. Гражданско-правовая ответственность несовершеннолетних. Дисциплинарная ответственность несовершеннолетних. Иные меры, применяемые к несовершеннолетним.	2	2
<b>Тема 3.</b> Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	Содержание учебного материала		
	Вредные привычки и их социальные последствия. О вредных привычках. 1. Алкоголь и его влияние на здоровье человека. 2. Курение и его влияние на состояние здоровья.		2-3
	<i><b>Практическая работа(реферат)</b> Вредные привычки, их влияние на здоровье.</i>	<b>2</b>	<b>3</b>
<b>Тема 4.</b> Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	Содержание учебного материала		
	1. Наркотики и наркомания, социальные последствия. Характеристика наиболее распространенных наркотиков 2. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	2	2
<b>РАЗДЕЛ II. Государственная система обеспечения безопасности населения.</b>		<b>7</b>	
<b>Тема 5.</b> Гражданская оборона как система защиты населения от ЧС мирного и военного времени.	Содержание учебного материала		
	ГО, ее роль, место и задачи в условиях ЧС мирного и военного времени. Принципы организации и структура ГО РФ.		2

	<i>Практическая работа(реферат) Опыт и проблемы ликвидации чрезвычайных ситуаций мирного времени системой Гражданской обороны.</i>	2	
	<i>Самостоятельная работа Доклад: Опыт и проблемы ликвидации чрезвычайных ситуаций мирного времени системой Гражданской обороны.</i>	1	3
<b>Тема.6.</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	Содержание учебного материала		
	Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях в РФ.		2
	<i>Практическая работа(реферат) Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.</i>	2	2
<b>Тема.7.</b> План действий в чрезвычайных ситуациях и план ГО образовательного учреждения. Обязанности учащихся.	Содержание учебного материала		
	Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.	2	2
	Обязанности учащихся при возникновении ЧС.		
<b>РАЗДЕЛ III. БЕЗОПАСНОСТЬ И ЭКОЛОГИЧНОСТЬ ТЕХНИЧЕСКИХ СИСТЕМ</b>		<b>4</b>	
<b>Тема.8.</b> Современные боевые средства и их поражающие факторы. Ядерное оружие и его поражающие факторы.	Содержание учебного материала		
	Оружие массового поражения и его поражающие факторы. Поражающие факторы ядерного взрыва. Защита населения от оружия массового поражения.		2
	<i>Практическая работа(реферат) Ядерное оружие и его поражающие факторы.</i>	2	3
	<i>Самостоятельная работа (подготовка презентации) Современные обычные средства поражения.</i>	1	3
<b>РАЗДЕЛ IV. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>		<b>26</b>	
<b>Тема.12.</b> История создания Вооруженных Сил Российской Федерации.	Содержание учебного материала		
	Каково предназначение Вооруженных сил? Что составляло основу вооруженных сил в XIV—XVII вв.? Когда была создана регулярная Русская армия? Раскройте суть новой системы комплектования войск, введенной Петром I. Когда была введена в России всеобщая воинская повинность? Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных сил Российской Федерации на современном этапе.	2	2
<b>Тема.13.</b> Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура.	Содержание учебного материала		
	Виды и рода войск ВС РФ их структура и предназначение.	2	2

<b>Тема.14.</b> Военно-Воздушные силы. Военно-Морской Флот.	Содержание учебного материала		
	Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации. Организационная структура и назначение Военно-Воздушных Сил и Военно-Морского Флота ВС РФ.	2	1
<b>Тема.15.</b> Ракетные войска стратегического назначения. Воздушно-десантные войска. Космические войска.	Содержание учебного материала		
	Комплектование Вооруженных сил личным составом. Ракетные войска стратегического назначения. Воздушно-десантные войска. Космические войска. Их состав и предназначение.	2	2
<b>Тема.16.</b> Общая характеристика других войск, их состав и предназначение.	Содержание учебного материала		
	Характеристика и состав других войск ВС РФ. Структурный состав других войск.	2	1
<b>Тема.17.</b> Памяти поколений – дни воинской славы России.	Содержание учебного материала		
	Дни воинской славы России – дни славных побед.	2	3
	Формы увековечения памяти воинов России.		
<b>Тема.18.</b> Патриотизм и верность воинскому долгу- качества защитника Отечества.	Содержание учебного материала		
	Родина – это географическое пространство, где человек родился, а также социальная и духовная среда, в которой он вырос и живет. Патриотизм – духовное и нравственное начало каждого гражданина страны, это любовь к своей Родине, народу, его истории, языку и национальной культуре.	2	1
<b>Тема.19.</b> Особенности прохождения службы в различных видах вооруженных сил и в родах войск в мирное и военное время.	Содержание учебного материала		
	Требования, которые предъявляются к призывнику, готовящемуся к выполнению обязанностей по той или иной военной специальности.	2	2
<b>Тема.20.</b> Организация медицинского обследования, освидетельствования и постановки на воинский учёт.	Содержание учебного материала		
	Требования к состоянию здоровья граждан, поступающих на военную службу	2	2
	Организация медицинского освидетельствования.		
<b>Тема.21.</b> Дружба, войсковое товарищество – основы боевой готовности частей и подразделений.	Содержание учебного материала		
	Каково значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.	2	3
<b>Тема.22.</b> Основы подготовки гражданина к военной службе.	Содержание учебного материала.		
	Обязательная подготовка граждан к военной службе.	2	1

Начальная военная подготовка в войсках Размещение и быт военнослужащих.			
<b>Тема.23.</b> Огневая подготовка. Устройство автомата Калашникова.	Содержание учебного материала.		
	История создания автомата Калашникова. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Меры безопасности при изучении материальной части оружия. Назначение, боевые свойства и общее устройство АК-74.	2	2
<b>Тема.24.</b> Устройство автомата Калашникова.	Содержание учебного материала		
	Меры безопасности при проведении учебных стрельб. Назначение, устройство и принцип работы автомата Калашникова. Боевые свойства автомата Калашникова.	2	2
<b>РАЗДЕЛ V. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>		<b>26</b>	
<b>Тема.25.</b> Первая медицинская помощь при ранениях, травмах и несчастных случаях.	Содержание учебного материала		
	Общие правила оказания первой медицинской помощи.		
	<i>Практическая работа (подготовка реферата) Первая медицинская помощь при ранениях.</i>	1	1
<b>Тема.26.</b> Кровотечения. Первая медицинская помощь.	Содержание учебного материала		
	Первая помощь при кровотечениях.		2
	<i>Практическая работа (подготовка реферата) Первая помощь при травмах.</i>	1	
<b>Тема.27.</b> Первая медицинская помощь при ушибах, растяжении связок и вывихах.	Содержание учебного материала		
	Правила первой помощи при ранениях, растяжениях связок, переломах и вывихах. Первичные навыки оказания первой помощи при ранениях, растяжениях связок, переломах и вывихах.		2
	<i>Практическая работа (подготовка реферата) Первая медицинская помощь при растяжениях связок.</i>	2	1
<b>Тема.28.</b> Переломы костей скелета.	Содержание учебного материала		
	Понятия о переломах, правилами оказания помощи при переломах.		
	<i>Правила первой помощи при ранениях, растяжениях связок, переломах и вывихах.</i>	2	2-3
<b>Тема.29.</b> Понятие об острой	Содержание учебного материала		

сердечной недостаточности, инсульте.	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, приступе стенокардии, инфаркте миокарда. Первая медицинская помощь при внезапной остановке сердца.		2-3
	<b>Практическая работа (подготовка реферата)</b> Транспортная иммобилизация при переломах. Травматический шок.	2	3
<b>Тема.30.</b> Экстренная реанимационная помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания.	Содержание учебного материала		
	Понятие клинической смерти и реанимации. Возможные причины клинической смерти и ее признаки. Правила непрямого массажа сердца. Правила искусственной вентиляции легких. Правила сердечно-легочной реанимации.	2	2-3
<b>Тема.31.</b> Тепловой удар. Солнечный удар. Ожоги. Отморожения и замерзание.	Содержание учебного материала		
	Первая помощь при тепловом и солнечном ударе. Первая помощь при отморожениях.	2	2
<b>Тема.32.</b> Поражения электрическим током и молнией. Отравления.	Содержание учебного материала		
	Понятие электротравмы, признаки электротравмы, причины электротравм. Первая помощь при ударе электрическим током Типы отравлений. Первая медицинская помощь при отравлениях.	2	2
<b>Тема.33.</b> Инфекционные заболевания и их профилактика. Понятие об инфекционных болезнях.	Содержание учебного материала		
	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Инфекции, передаваемые половым путем.		2
	<b>Практическая работа (подготовка реферата)</b> <i>Инфекционные заболевания и их профилактика.</i>	2	3
<b>Тема.34.</b> Причины возникновения инфекции. Механизмы передачи.	Содержание учебного материала		
	Заболевания, вызываемые болезнетворными микроорганизмами и передающиеся от зараженного человека или животного здоровому человеку. Природно-очаговые инфекции. Механизм передачи возбудителя. Факторы передачи. Пути передачи инфекций.	2	2
<b>Тема.35.</b> Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике. Профилактика заболеваний, передаваемых половым путем.	Содержание учебного материала.		
	Иммунитет к инфекционным болезням, формы иммунитета. Способы экстренной и специфической помощи. Профилактика заболеваний, передаваемых половым путем.	3	2-3
<b>Дифференцированный зачет</b>			

<b>Итого</b>	<b>70</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. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета Основы безопасности жизнедеятельности.

Оборудование учебного кабинета:

- стенд «Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера»;
- стенд «Безопасность образовательного учреждения»;
- стенды по разделу ОБЖ «Основы медицинских знаний»:
  - «Первая медицинская помощь при кровотечениях»,
  - «Первая медицинская помощь при ранениях груди, живота, области таза»,
  - «Первая медицинская помощь при растяжениях, вывихах, переломах»
- плакаты по разделу «Основы военной службы»:
  - «Общевойсковые уставы вооруженных сил – закон воинской жизни»,
  - «Воинские звания в вооруженных силах Российской Федерации»,
  - «Виды и рода войск вооруженных сил».

Технические средства обучения:

- макеты автоматов АК – 74;
- противогазы;
- дозиметры;
- войсковой прибор химической разведки;
- мультимедийный проектор.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

##### Основные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 10 кл. Под ред. Воробьева Ю.Л. – М., 2019.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 11 кл. Под ред. Воробьева Ю.Л. – М., 2019.
3. Топоров И.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10-11 кл. – М., 2018.



4. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 кл. - М., 2019
5. 100 вопросов — 100 ответов о прохождении военной службы солдатами и сержантами по призыву и по контракту: Сборник. – М., 2019.
6. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 10 кл. общеобразоват. учрежд. / А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, В.А.Васнев; под ред. А.Т.Смирнова.– М., 2018
7. Армия государства Российского и защита Отечества / Под ред. В.В.Смирнова. – М., 2019

#### **Дополнительные источники:**

1. Федеральные законы «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 61-ФЗ и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. – М., 1993—2007.
2. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10 кл. – М., 2019
3. Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: тестовый контроль знаний старшеклассников: 10—11 кл. / А.Т.Смирнов, М.В.Маслов; под ред. А.Т.Смирнова. – М., 2019
4. Большой энциклопедический словарь. – М., 2018
5. Васнев В.А. Основы подготовки к военной службе: Кн. для учителя / В.А.Васнев, С.А.Чиненный. — М., 2018
6. Военная доктрина Российской Федерации // Вестник военной информации. – 2008 – № 5.
7. Дуров В.А. Русские награды XVIII — начала XX в. / В.А.Дуров. – М., 2018.
8. Дуров В.А. Отечественные награды / В.А.Дуров. — М.: Просвещение, 2018
9. Конституция Российской Федерации (действующая редакция).
10. Концепция национальной безопасности Российской Федерации // Вестник военной информации. – 2011 – № 2.
11. Лях В.И. Физическая культура: Учеб. для 10—11 кл. общеобразоват. учреждений / В.И.Лях, А.А.Зданевич; под ред. В.И.Ляха. — М., 2018.

12. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся / [А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, Э.Н.Аюбов]; под ред. А.Т.Смирнова. – М., 2019
13. Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С.В.Петров, В.Г.Бубнов. – М., 2018
14. Семейный кодекс Российской Федерации (действующая редакция).
15. Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб. для 10-11 кл. общеобразоват. учрежд. / А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, П.В.Ижевский; под общ. ред. А.Т.Смирнова.– М., 2019.
16. Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).
17. Основы безопасности жизнедеятельности: информационно-методический журнал учрежден Министерством по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий РФ
18. Безопасность жизнедеятельности: научно-практический и учебно-методический журнал учрежден Министерством по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий РФ
19. Интернет-ресурсы. Безопасность жизнедеятельности. Форма доступа [http://www. ailegd.ru/edu/saf.htm](http://www.ailegd.ru/edu/saf.htm)
20. Интернет-ресурсы. Безопасность жизнедеятельности: конспект лекций. Крюков Р.Ф. Форма доступа <http://www.knigafound.ru/books/52234>
21. Интернет-ресурсы. Безопасность. Образование. Человек. Форма доступа <http://www.bezopasnost.edu/66/ru/>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения и знания)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p><b>Знание и понимание:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- возникающие в повседневной жизни опасные ситуации природного, техногенного и социального характера и правила поведения в них;</li> <li>- основные мероприятия гражданской обороны по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;</li> <li>- влияние хозяйственной деятельности человека на атмосферу, гидросферу, биосферу;</li> <li>- наиболее распространенные инфекционные заболевания, причины их возникновения, меры профилактики;</li> <li>- методы и средства оказания первой медицинской помощи при ранениях, несчастных случаях;</li> <li>- о вредных привычках и их влиянии на здоровье человека.</li> </ul>	<p>Объяснение 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.</p> <p>Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни.</p> <p>Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха.</p> <p>Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя. Анализ влияния</p>	<p><b>Формы контроля обучения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- домашние задания проблемного характера;</li> <li>- практические задания по работе с информацией, документами, литературой;</li> <li>- сдача нормативов по строевой и физической подготовке;</li> <li>- подготовка и защита индивидуальных и групповых заданий</li> </ul> <p><b>Формы оценки результативности обучения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- накопительная система баллов, на основе которой выставляется итоговая отметка;</li> </ul>
<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>безопасного поведения в различных ситуациях, в том числе в зонах с повышенной криминогенной опасностью;</li> <li>- выполнения мероприятий гражданской обороны (использование средств индивидуальной и коллективной защиты);</li> <li>- приемами оказания первой медицинской помощи при</li> </ul>		

<p>ранениях, кровотечениях, при травмах.</p> <p>—</p>	<p>неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам.</p> <p>Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения.</p> <p>Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека.</p> <p>Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья.</p> <p>Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.</p> <p>Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.</p> <p>Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.</p> <p>Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при</p>	<p>- традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая отметка.</p> <p><b>Методы контроля</b> направлены на проверку умений обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять условия задания на творческом уровне с представлением собственной позиции;</li> <li>- делать осознанный выбор способов действий из ранее известных;</li> <li>- осуществлять коррекцию (исправление) допущенных ошибок на новом уровне предлагаемых заданий;</li> <li>- работать в группе и уметь представлять как свою, так и позицию группы.</li> </ul>
---	--	--

	<p>угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности. Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России. Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих. Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской. Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки. Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил</p>	<p><b>Методы оценки результатов обучения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- мониторинг роста творческой самостоятельности и навыков получения нового знания</li> <li>каждым обучающимся;</li> <li>- формирование результата итоговой аттестации по дисциплине на основе суммы результатов текущего контроля. Дифференцированный зачет выполняется в письменной форме и оценивается по разработанным критериям.</li> </ul>
--	--	--

	<p>Российской Федерации и символах воинской чести.  Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.  Характеристика основных признаков жизни.  Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара.  Определение основных средств планирования семьи.  Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины.</p>	
--	---	--