



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



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ **Основы безопасности жизнедеятельности**

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности **54.02.04 Реставрация**

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

Разработчики: С.В. Яценко – ГАУ КО «Колледж предпринимательства», преподаватель

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена на заседании отделения общеобразовательных дисциплин. Протокол № 6 от 30.06.2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности **54.02.04 Реставрация**.

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена: дисциплина общеобразовательного учебного цикла.

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

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.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальной учебной нагрузки обучающегося - 105 часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 70 часов;

самостоятельной работы обучающегося - 35 час.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	105
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	70
в том числе:	
практические занятия	24
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	35
в том числе:	
реферат	6
доклад	7
презентация	4
работа с конспектом и литературой	18
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЧЕЛОВЕКА		54	
Раздел 1.	Безопасность человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	14	
Тема 1.1. Понятие среды обитания и опасности с ней связанные.	Содержание учебного материала	1	2
	1 Характеристика среды обитания. Составные части среды обитания. Основные показатели безопасности и качества жизни человека. Относительность безопасного обитания. Понятие опасности. Источники возникновения опасностей. Характер воздействия опасностей на человека. Условия комфортного существования.		
	Самостоятельная работа обучающихся	1	
	1 «Понятие опасности. Источники возникновения опасностей». Реферат.		
Тема 1.2. Экстремальная ситуация. Выживание, порядок действий.	Содержание учебного материала	1	1
	1 Понятие экстремальной ситуации. Разновидности экстремальных ситуаций. Факторы природной среды, способствующие возникновению экстремальной ситуации. Автономное существование. Основные причины вынужденного автономного существования. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования. Преодоление страха и возможного стрессового состояния. Факторы, способствующие их возникновению (потеря ориентировки, травма, одиночество). Действия: анализ ситуации и выработка плана действий, оказание медицинской помощи себе и другим. Сигналы бедствия. Сигнальные средства. Способы подачи сигналов. Оборудование укрытия. Разжигание костра. Нахождение источника воды. Ориентирование на местности (по солнцу, часам, звездам). Выход к населенным пунктам.		
	Практические занятия	2	
	1 Отработка методов ориентирования на местности		
	Самостоятельная работа обучающихся	1	
	1 «Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования». Доклад.		
Тема 1.3. Экстремальная ситуация в городском	Содержание учебного материала	1	2
	1 Опасности в городском жилище. Особенности современного городского жилища. Возможные экстремальные ситуации (заточение, пожар, разрушение). Причины		

жилище. Экстремальная ситуация в городе, связанная с транспортом.	затопления. Правила поведения и эвакуации. Устранение причин затопления. Электробезопасность. Пожар в жилище. Возможные причины возгорания. Способы пожаротушения. Типы огнетушителей, принципы работы. Подручные средства (вода, песок и др.). Современный транспорт – зона повышенной опасности. Энергетика современного городского транспорта и условия безопасности. Безопасность при ДТП. Электричка. Правила безопасного поведения. Поведение при авариях			
	Практические занятия		1	
	1	Отработка навыков пожарной эвакуации, способов пожаротушения		
	Самостоятельная работа обучающихся		2	
1	«Безопасность при ДТП». Работа с конспектом			
Тема 1.4. Опасности массового отдыха и развлечений в городе	Содержание учебного материала		2	1
	1	Специфические опасные зоны. Места массового отдыха (кинотеатры, концертные залы и площадки, спортивные сооружения). Правила безопасного поведения. Опасности толпы. Безопасность при пользовании аттракционами. Эвакуация. Поведение на улицах в особых ситуациях (гололед и др.).		
	Самостоятельная работа обучающихся		2	
1	«Правила безопасного поведения на улице». Доклад.			
Раздел 2.	Чрезвычайная ситуация природного характера.		6	
Тема 2.1. Геологические катастрофы.	Содержание учебного материала		2	1
	1	Характеристика природных катастроф. Классификация. Закономерности. Возможности предупреждения. Землетрясения. Происхождение. Основные понятия. Шкала Рихтера. Прогноз. Последствия. Защитные действия без возможности покинуть жилище и при покидании его. Оползни, сели, обвалы. Защитные действия. Последствия. Меры по предупреждению. Вулканы. Поражающие факторы. Безопасное поведение. Последствия. Защита населения.		
	Самостоятельная работа обучающихся		1	
1	«Безопасность человека в чрезвычайных ситуациях природного характера». Презентация.			
Тема 2.2. Метеорологические катастрофы. Гидрологические катастрофы.	Содержание учебного материала		2	2
	1	Ураганы, тайфуны – разновидности циклонов. Время и очаги возникновения. Прогнозирование. Защита. Последствия. Бури. Разновидности. Опасности. Меры по защите. Смерч (торнадо). Опасности. Действия после получения известия о приближающемся смерче. Защита. Последствия. Цунами. Возникновение.		

	Прогнозирование. Меры по снижению ущерба. Защита и действия при цунами. Последствия. Наводнения. Основные понятия. Причины. Защита населения.		
	Самостоятельная работа обучающихся	1	
	1 «Действия населения при метеорологических и гидрологических катастрофах». Презентация.		
Раздел 3.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера.	6	
Тема 3.1. Чрезвычайная ситуация техногенного характера.	Содержание учебного материала	2	
	1 Источники ЧС техногенного характера. Классификация по типам и видам, по сложности обстановки, по тяжести последствий, по масштабу распространения. Типовые фазы аварий. Направления минимизации риска ЧС.		1
	Самостоятельная работа обучающихся	1	
	1 «Защита населения от ЧС техногенного характера». Работа с конспектом.		
Тема 3.2. Пожары и взрывы.	Содержание учебного материала	2	
	1 Пожары на промышленных объектах. Бытовые пожары. Последствия пожаров. Категории пожаров. Промышленные взрывы. Химические взрывы. Воздушные взрывы. Взрывы внутри объекта. Профилактика. Предотвращение. Меры по снижению ущерба. Последствия.		2
	Самостоятельная работа обучающихся	1	
	1 «Меры безопасности человека при бытовых пожарах». Работа с конспектом и литературой.		
Раздел 4.	Основы медицинских знаний.	8	
Тема 4.1. Доврачебная помощь при кровотечениях. Доврачебная помощь при ранениях груди, живота и травмах груди, живота и области таза.	Содержание учебного материала	1	
	1 Группы мероприятий доврачебной помощи. Правила оказания доврачебной помощи. Виды кровотечений. Методы остановки кровотечений. Правила наложения жгута. Понятие травмы, раны. Характеристика ран. Повязки, правила наложения. Понятие об асептике и антисептике. Способы оказания первой медицинской помощи при переломах, переломах костей таза, грудной клетки, ранах грудной клетки, живота.		3
	Практическое занятие	4	
	1 Отработка методов остановки кровотечений, наложение жгута.		
	2 Отработка методов оказания первой медицинской помощи при переломах, переломах костей таза, грудной клетки, ранах грудной клетки, живота		
Тема 4.2. Доврачебная помощь при растяжениях,	Содержание учебного материала	1	
	1 Понятие об ушибе, вывихе, растяжении связок, первая медицинская помощь при них. Понятие о переломах костей и их признаки. Виды переломов и их осложнения.		3

вывихах, переломах. Травмы: черепно-мозговая и позвоночника.		Правила доврачебной помощи при переломах костей. Табельные и подручные средства иммобилизации.		
		Практические занятия	2	
	1	Отработка методов наложения шин при переломах и повязок при вывихах и растяжениях, ушибах.		
Раздел 5.		Основы здорового образа жизни.	12	
Тема 5.1. Вредные привычки: курение, алкоголизм.		Содержание учебного материала	2	
	1	Компоненты табака, разрушающие здоровье. Вредное воздействие на организм: на легкие, сердечно-сосудистую систему, умственные и физические способности. Провоцирование тяжелых онкологических заболеваний. Возрастные мотивационные истоки курения. Профилактика. Экономические и социальные аспекты курения. Алкогольная зависимость. Медицинский аспект проблемы – губительное воздействие алкоголя на организм. Мотивационные истоки употребления алкоголя. Социальный аспект проблемы алкоголизма. Экономический аспект проблемы алкоголизма.		2
		Самостоятельная работа обучающихся	1	
	1	Презентация тему вреда алкоголя и табака.		
Тема 5.2. Вредные привычки: наркомания, токсикомания.		Содержание учебного материала	2	
	1	Формирование наркозависимости. Клинические признаки. Виды наркомании и токсикомании. Социальная опасность и тяжелые последствия для здоровья.		2
		Самостоятельная работа обучающихся	2	
	1	«О вреде наркотиков». Реферат.		
Тема 5.3. Двигательная активность, закаливание. Рациональное питание.		Содержание учебного материала	1	
	1	Значение двигательной активности для жизнедеятельности человека, его здоровья. Гиподинамия. Закаливание. Основные гигиенические принципы закаливания. Закаливающие процедуры: водные, воздушные, солнечные, хождение босиком. Правила проведения процедур. Потребность человека в энергии. Правильное питание. Необходимые организму вещества. Качество продуктов питания. Биологическая ценность продуктов. Теории питания. Диеты.		2
		Практические занятия	1	
	1	Расчет суточной энергетической потребности человека		
		Самостоятельная работа обучающихся	1	
	1	«Закаливание организма человека». Доклад.		
Тема 5.4. Инфекционные		Содержание учебного материала	1	
	1	Понятие об инфекционных заболеваниях. Причины их возникновения. Механизмы		2

заболевания и их профилактика.		передачи. Профилактика инфекционных заболеваний. Понятие о карантине. Назначение дезинфекции, методы ее проведения. Дезинфицирующие средства. Личная гигиена, как профилактика инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете и иммунной системе человека. Виды иммунитета. Вакцинация. Санитарный надзор.		
	Практические занятия		1	
	1	Отработка навыков профилактики инфекционных заболеваний		
Раздел 6.	Российская система предупреждений и действий в ЧС.		2	
Тема 6.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Ее структура.	Содержание учебного материала		2	2
	1	РСЧС. История создания. Предназначение, задачи. Права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территорий от ЧС.		
Раздел 7.	Современные средства поражения и их поражающие факторы		2	
Тема 7.1. Ядерное оружие.	Содержание учебного материала		1	1
	1	Поражающие факторы ядерного взрыва. Защита населения.		
Тема 7.2. Химическое, бактериологическое (биологическое) оружие.	Содержание учебного материала		1	1
	1	Классификация отравляющих веществ (ОВ) по назначению и воздействию на организм. Защита. Бактериологическое (биологическое) оружие. Способы доставки и признаки его применения. Защита населения.		
Раздел 8.	Терроризм.		4	
Тема 8.1. Понятие терроризма. Правила поведения в условиях террористической опасности.	Содержание учебного материала		2	3
	1	Понятие «терроризм». История терроризма. Правила поведения при обнаружении подозрительных предметов на улице, в транспорте, в здании. Правила поведения в случае теракта (стрельба в помещении, взрыв на улице, взрыв в помещении). Правила поведения, если вы оказались в заложниках, если ваш самолет (автобус) захватили.		
	Практическое занятие		2	
	1	Ролевая игра «Захват учебного заведения террористами»		
ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ			49	
Раздел 9.	Воинская обязанность		17	
Тема 9.1.	Содержание учебного материала		1	

Основные понятия о воинской обязанности.	1	Федеральный закон «Об обороне». Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе». Мобилизация. Военное положение. Военное время. Организация воинского учета и его предназначение. Документы по воинскому учету.		2
	Практические занятия		2	
	1	Оформление документов для постановки на воинский учет		
	Самостоятельная работа обучающихся		1	
	1	«Документы по воинскому учету, предоставляемые в военный комиссариат». Работа с конспектом		
Тема 9.2. Первоначальная постановка граждан на воинский учет.	Содержание учебного материала		1	
	1	Состав комиссии по постановке граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету.		1
	Самостоятельная работа обучающихся		1	
	1	«Состав медицинской комиссии при первоначальной постановке граждан на воинский учет». Работа с конспектом.		
Тема 9.3. Обязательная подготовка граждан к военной службе.	Содержание учебного материала		1	
	1	Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе». Периоды подготовки граждан к военной службе.		1
	Самостоятельная работа обучающихся		1	
	1	«Служба в вооруженных силах – почетная обязанность каждого гражданина Российской Федерации» Реферат.		
Тема 9.4. Требования к индивидуально-психологическим качествам военнослужащих.	Содержание учебного материала		1	
	1	Командные воинские должности. Операторские воинские должности: оператор ЭВМ, оператор РЛС, оператор-технолог, оператор-диспетчер, оператор-исследователь, операторы радиостанций-ретрансляторов, оператор тропосферной связи, оператор космической связи. Профессиональные качества военнослужащих. Водительские воинские должности: водитель БМД, водитель танка, водитель БМП. Воинские должности специального назначения. Технические воинские должности. Прочие воинские должности (стрелки, гранатометчики, пулеметчики, снайперы).		1
	Практические занятия		2	
	1	Распознавание видов воинских должностей		
Тема 9.5. Добровольная подготовка граждан к военной службе.	Содержание учебного материала		1	
	1	Военно-прикладные виды спорта. Обучение по дополнительным образовательным программам (кадетские классы, группы, корпуса). Обучение по программе подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в вузах. Обучение водителей в обществах		1

	ДОСААФ.		
	Практические занятия	2	
	1 Занятие военно-прикладными видами спорта.		
	Самостоятельная работа обучающихся	1	
	1 «Военно-прикладные виды спорта». Доклад.		
Тема 9.6. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке на воинский учет.	Содержание учебного материала	1	
	1 Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе». Комплектование вооруженных сил Российской Федерации здоровыми гражданами. Уровень состояния здоровья призывников. Категории годности к военной службе («а», «б», «в», «г», «д»). Распределение призывников в зависимости от состояния здоровья по родам войск.		2
	Самостоятельная работа обучающихся	1	
	1 «Категории годности к военной службе». Работа с конспектом.		
Раздел 10.	Особенности военной службы	32	
Тема 10.1. Правовые основы военной службы.	Содержание учебного материала	1	
	1 Федеральный закон «Об обороне». Конституция Российской Федерации (статьи 59, 80, 82). Федеральный закон «О статусе военнослужащих». Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе». Федеральный закон «О внесении изменений в отдельные законодательные акты РФ в связи с сокращением срока военной службы по призыву.		1
	Практические занятия	2	
	1 Работа с нормативно-правовой документацией		
	Самостоятельная работа обучающихся	2	
	1 Изучение Федеральных законов о военной службе. Работа с конспектом.		
Тема 10.2. Меры обеспечения безопасности военной службы.	Содержание учебного материала	1	
	1 Изучение индивидуальных средств защиты, боевой техники. Способы контроля за соблюдением уставных отношений.		2
	Практические занятия	1	
	1 Отработка навыков использования индивидуальных средств защиты		
	Самостоятельная работа обучающихся	1	
	1 «Безопасность военнослужащих в вооруженных силах Российской Федерации». Реферат.		
Тема 10.3. Общевойсковые уставы вооруженных сил РФ	Содержание учебного материала	1	
	1 Устав внутренней службы. Права и обязанности военнослужащих и взаимоотношения между ними. Обязанности основных должностных лиц воинской части. Правила		1

– закон воинской службы.		внутреннего порядка. Корабельный устав Военно-морского флота РФ.		
		Самостоятельная работа обучающихся	3	
	1	«Обязанности лиц суточного наряда». Работа с конспектом и литературой.		
Тема 10.4. Устав гарнизонной и караульной службы.		Содержание учебного материала	2	
	1	Обязанности лиц, несущих гарнизонную и караульную службу. Дисциплинарный устав вооруженных сил. Строевой устав вооруженных сил: обязанности военнослужащих перед построением и в строю.		3
		Практическая работа	2	
	1	Изучение и отработка строевых приемов.		
Тема 10.5. Прохождение военной службы по призыву.		Содержание учебного материала	2	
	1	Весенний призыв. Осенний призыв. Группа профессионального отбора. Категории граждан, освобожденных от призыва.		1
		Самостоятельная работа обучающихся	2	
	1	«Правила проведения призыва в вооруженные силы РФ». Работа с конспектом лекций.		
Тема 10.6. Прохождение военной службы по контракту.		Содержание учебного материала	1	
	1	Отбор кандидатов для прохождения военной службы по контракту. Предварительное медицинское освидетельствование (ВВК района). ВВК военного комиссариата субъекта РФ. Профпригодность к военной службе по контракту. Категории годности. Сроки прохождения военной службы по контракту.		1
		Самостоятельная работа обучающихся	2	
	1	«Категории годности к прохождению военной службы по контракту». Работа с конспектом.		
Тема 10.7. Альтернативная гражданская служба.		Содержание учебного материала	1	
	1	Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе». Срок альтернативной гражданской службы. Заключение призывной комиссии о замене военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.		1
		Самостоятельная работа обучающихся	1	
	1	«Правовая основа альтернативной гражданской службы – Конституция РФ». Доклад.		
Тема 10.8. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный		Содержание учебного материала	1	
	1	Распределение времени службы в воинской части. Распорядок дня в воинской части. Боевое дежурство, учения. Увольнение военнослужащих.		1
		Самостоятельная работа обучающихся	1	
	1	«Распорядок дня в воинской части». Работа с конспектом.		

распорядок.			
Тема 10.9. Принятие военной присяги на верность Родине. Воинская символика.	Содержание учебного материала		1
	1	Значение военной присяги. Текст военной присяги. Порядок принятия. Боевое знамя части – символ воинской чести, доблести, славы. Боевые традиции вооруженных сил Российской Федерации.	1
	Самостоятельная работа обучающихся		1
	1	Изучение текста военной присяги (наизусть).	
Тема 10.10. Виды и рода войск РФ. Назначение и задачи.	Содержание учебного материала		1
	1	Сухопутные войска РФ. Военно-воздушные силы. Ракетные войска стратегического назначения (РВСН). Военно-морской флот РФ. Космические войска РФ.	1
	Самостоятельная работа обучающихся		1
	1	«Рода войск Российской Федерации: история создания, современное состояние». Презентация.	
Итоговое занятие	Практические занятия		2
	Выполнение итоговой зачетной работы по всем темам курса		
		Всего:	105

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»:
 - «Общевоинские 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 для студ. сред. учеб. заведений / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко.: Издательский центр «Академия», 2017
2. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для студ. сред. учеб. заведений / Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко, Г. В. Гуськов. — М.: Издательский центр «Академия», 2020
http://lk.su/wp-content/uploads/2019/02/arustamov_e_a_kosolapova_n_v_prokopenko_n_a_guskov_g_v_2004_obzh.pdf
3. 100 вопросов — 100 ответов о прохождении военной службы солдатами и сержантами по призыву и по контракту: Сборник. – М., 2017.
4. 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. — 8-е изд., перераб. – М., 2020
5. Армия государства Российского и защита Отечества / Под ред. В.В.Смирнова. – М., 2018

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, с изменениями и дополнениями.
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., 2020
5. Васнев В.А. Основы подготовки к военной службе: Кн. для учителя / В.А.Васнев, С.А.Чиненный. — М., 2020

6. Военная доктрина Российской Федерации // Вестник военной информации. – 2018 – № 5.
7. Дуров В.А. Русские награды XVIII — начала XX в. / В.А.Дуров. – 2-е изд., доп. – М., 2019.
8. Дуров В.А. Отечественные награды / В.А.Дуров. — М.: Просвещение, 2021
9. Конституция Российской Федерации (действующая редакция).
10. Концепция национальной безопасности Российской Федерации // Вестник военной информации. – 2020 – № 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., 2020.
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., 2020
13. Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С.В.Петров, В.Г.Бубнов. – М., 2021
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. – 6-е изд. – 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. aPegd.ru/edu/saf.htm](http://www.aPegd.ru/edu/saf.htm)
20. Интернет-ресурсы. Безопасность жизнедеятельности: конспект лекций. Крюков Р.Ф. Форма доступа [http://www. knigafound.ru/books/52234](http://www.knigafound.ru/books/52234)
21. Интернет-ресурсы. Безопасность. Образование. Человек. Форма доступа [http://www. bezopasnost.edu 66/ru/](http://www.bezopasnost.edu66.ru/)

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ 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, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>обучающиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - возникающие в повседневной жизни опасные ситуации природного, техногенного и социального характера и правила поведения в них; - основные мероприятия гражданской обороны по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; - влияние хозяйственной деятельности человека на атмосферу, гидросферу, биосферу; - наиболее распространенные инфекционные заболевания, причины их возникновения, меры профилактики; - методы и средства оказания первой медицинской помощи при ранениях, несчастных случаях; - о вредных привычках и их влиянии на здоровье человека. 	<p>Реферативные задания и доклады по темам: «Понятие опасности. Источники возникновения опасностей», «Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования», «Правила безопасного поведения на улице», «О вреде наркотиков», «Закаливание организма человека», «Служба в вооруженных силах – почетная обязанность каждого гражданина Российской Федерации», «Военно-прикладные виды спорта», «Безопасность военнослужащих в вооруженных силах Российской Федерации», «Правовая основа альтернативной гражданской службы – Конституция РФ».</p> <p>Проектное задание в форме презентации: «Безопасность человека в чрезвычайных ситуациях природного характера», «Действия населения при метеорологических и гидрологических катастрофах», «Рода войск Российской Федерации: история создания, современное состояние».</p> <p>Графическое задание в форме конкурса плакатов и других наглядных пособий на тему вреда алкоголя и табака.</p> <p>Подготовка конспектов лекций и работа с литературой по темам: «Безопасность при ДТП». «Защита населения от ЧС техногенного характера».</p>

<p>обучающиеся должны владеть навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - безопасного поведения в различных ситуациях, в том числе в зонах с повышенной криминогенной опасностью; - выполнения мероприятий гражданской обороны (использование средств индивидуальной и коллективной защиты); - приемами оказания первой медицинской помощи при ранениях, кровотечениях, при травмах. 	<p>«Меры безопасности человека при бытовых пожарах».</p> <p>«Документы по воинскому учету, предоставляемые в военный комиссариат».</p> <p>«Состав медицинской комиссии при первоначальной постановке граждан на воинский учет».</p> <p>«Категории годности к военной службе».</p> <p>Изучение Федеральных законов о военной службе.</p> <p>«Обязанности лиц суточного наряда».</p> <p>«Правила проведения призыва в вооруженные силы РФ».</p> <p>«Категории годности к прохождению военной службы по контракту».</p> <p>«Распорядок дня в воинской части».</p> <p>Ролевое задание по теме: «Захват учебного заведения террористами».</p> <p>Практическое задание по темам: «Отработка методов остановки кровотечений, наложение жгута», «Отработка методов наложения шин при переломах и повязок при вывихах и растяжениях, ушибах», «Изучение и отработка строевых приемов».</p>
--	---