

Министерство образования и науки Республики Башкортостан  
Государственное бюджетное профессиональное  
образовательное учреждение  
Уфимский политехнический колледж

РАССМОТРЕНО  
на заседании ПЦК  
" \_\_\_\_\_ "  
Протокол № \_\_\_\_\_  
от " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2022  
Председатель \_\_\_\_\_  
/ \_\_\_\_\_ /

СОГЛАСОВАНО  
с педагогическим  
советом колледжа  
Протокол № \_\_\_\_\_  
" \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2022

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБПОУ  
политехнический колледж  
\_\_\_\_\_ Р. Р. Набиуллин  
" \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2022

**ПРОГРАММА ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОУД.07. Основы безопасности жизнедеятельности

предметная область "Основы безопасности жизнедеятельности "

**Профессия СПО 19.01.04 – Пекарь**

**(профиль: естественно - научный)**

Программа учебной дисциплины разработана на основе примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (Протокол № 3 от 21 июля 2015 г. Регистрационный номер рецензии 379 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО»), с учетом уточнений Научно-методического совета Центра профессионального образования и систем квалификаций ФГАУ «ФИРО» (Протокол № 3)

Разработчик: преподаватель ОБЖ Готов Р.А., преподаватель – организатор ОБЖ Кузьмин А.В.

2021 г

## СОДЕРЖАНИЕ

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 3-4
<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ « ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ »</b>	5-8
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ».</b>	8-23
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ».</b>	23-26
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»</b>	27-33

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259), 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)*. Содержание программы «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих **целей**:

Общие цели изучения основ безопасности жизнедеятельности реализуются в четырех направлениях:

1. 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);
2. Снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
3. Формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
4. Обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

В программу включено содержание, направленное на формирование у обучающихся компетенций, необходимых для качественного освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования; программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих, программы подготовки специалистов среднего звена (ППКРС, ППССЗ).

В современных условиях глобализации развития мировой экономики, усложнения, интенсификации и увеличения напряженности профессиональной деятельности специалистов существенно возрастает общественно-производственное значение состояния здоровья каждого человека. Здоровье становится приоритетной социальной ценностью. В связи с этим исключительную важность приобретает высокая профессиональная подготовка специалистов различного профиля к принятию решений и действиям по предупреждению чрезвычайных ситуаций (ЧС), а при их возникновении — к проведению соответствующих мероприятий по ликвидации их негативных последствий, и прежде всего к оказанию первой помощи пострадавшим.

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучает риски производственной, природной, социальной, бытовой, городской и других

сред обитания человека как в условиях повседневной жизни, так и при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного, природного и социального характера. Данная дисциплина является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности.

Основными содержательными темами программы являются: введение в дисциплину, обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья, государственная система обеспечения безопасности населения, основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний.

Действующее законодательство предусматривает обязательную подготовку по основам военной службы для лиц мужского пола, которая должна проводиться во всех профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования. В связи с этим программой предусмотрено проведение в конце учебного года для обучающихся мужского пола пятидневных учебных сборов (35 часов), сочетающих разнообразные формы организации теоретических и практических занятий. В итоге у юношей формируется адекватное представление о военной службе, развиваются качества личности, необходимые для ее прохождения. В процессе его изучения формируются знания в области медицины, умения оказывать первую медицинскую помощь при различных травмах. Девушки получают сведения о здоровом образе жизни, основных средствах планирования семьи, ухода за младенцем, поддержании в семье духовности, комфортного психологического климата.

Изучение общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации студентов в процессе освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС, ППССЗ).

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

## 1.1 Область применения программы

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

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

## Профессия СПО 19.01.04 – Пекарь 1.2 Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования. В профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС, ППССЗ).

В учебных планах ППКРС, ППССЗ место учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» — в составе общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для профессий СПО или специальностей СПО соответствующего профиля профессионального образования.

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

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

### **личностных:**

- 1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
- 2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
- 3) готовность к служению Отечеству, его защите;

- 4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- 5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- 6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;
- 7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- 8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- 9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- 10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
- 11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- 12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
- 13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- 14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
- 15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

**метапредметных:**

- 1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- 2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- 3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- 4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

- 5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
- 6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;
- 7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;
- 8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;
- 9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

**предметных:**

- 1) сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- 2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- 3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- 4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- 5) знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- 6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- 7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- 8) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- 9) умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- 10) знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- 11) знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- 12) владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

В результате изучения общеобразовательного цикла по базовым дисциплинам должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способности:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 7. Исполнять воинскую обязанность\*(2), в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальная учебная нагрузка обучающихся - 108 часов, в том числе:

обязательная аудиторная учебная нагрузка - 72 часов;

самостоятельная работа - 36 часов;



## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

#### Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	108
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	72
в том числе:	
практические занятия	10
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	36
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

### 2.2. Содержание учебной дисциплины

#### СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

##### Введение

Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность».

Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО.

##### 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.

1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.

1.4. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.

1.5. Основные нормативные правовые акты, определяющие правила и безопасность дорожного движения. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения

*пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.*

1.6. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.

1.7. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка». Практические занятия Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

1.8. *Опасности современных молодежных хобби.*

*Модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби.*

2. Государственная система обеспечения безопасности населения

2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

2.2. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

2.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

2.4. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.

2.5. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.

2.6. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.

2.7. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.

2.8. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.

2.9. *Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма Российской Федерации. Основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.*

2.10. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС

России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

Практические занятия

Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

Изучение первичных средств пожаротушения.

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

3. Основы обороны государства и воинская обязанность

3.1. История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.

3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение.

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

3.4. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

3.5. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.

3.6. Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

3.7. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.

3.8. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

3.9. Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.

3.10. *Военно-профессиональная деятельность: порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям, особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях.*

3.11. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества. Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России — дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.

3.12. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

Практические занятия

Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.

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

3.13. *Элементы начальной военной подготовки: назначение Строевого устава ВС РФ, назначение, боевые свойства и общее*

*устройство автомата Калашникова, меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб.*

4. Основы медицинских знаний

4.1. Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».

4.2. Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.

4.3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.

4.4. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.

4.5. Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.

4.6. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.

4.7. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.

4.8. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.

4.9. Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.

4.10. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.

4.11. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.

4.12. Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.

Практические занятия

Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.

Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.



### 2.3. Тематический план и содержание общеобразовательной учебной дисциплины «ОБЖ»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья</b>		12	2
Тема 1.1. Введение	1. Цели и задачи ОБЖ 2. Основные составляющие ЗОЖ и их влияние на БЖД	1	
Тема 1.2. Здоровье и здоровый образ жизни	1. Общие понятия о здоровье 2. ЗОЖ- основа укрепления и сохранения личного здоровья 3. Факторы укрепления здоровья	1	
Тема 1.3. Вредные привычки и их профилактика	1. Алкоголь 2. Табакокурение 3. Наркотики 4. Профилактика вредных привычек	2	
Тема 1.4. Основные инфекционные болезни и их профилактика	1. Классификация наиболее распространенных ИБ 2. Инфекции дыхательных путей 3. Кишечные инфекции. 4. Кровяные инфекции 5. Зоонозные инфекции 5. Инфекционные болезни, передающиеся половым путем	2	
Тема 1.5. Правовые взаимоотношения полов.	1. Понятие семьи 2. Семейное законодательство РФ 3. Права и обязанности родителей. 4. Конвенция ООН «О правах ребенка».	4	
Тема 1.6. Правила и безопасность дорожного движения	1. Модели поведения: -пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения	2	
	<b>Самостоятельная работа</b> обучающихся-ответы на вопросы раздела 1, проработка конспектов, разработка режима своего дня. Рефераты – Табачный дым и его составляющие, -Решительный отказ от наркотиков-закон жизни,	6	

	-ИБ, наиболее распространенные в Башкирии. Сообщение-Значение брака и семьи в современном обществе.		
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>		<b>24</b>	<b>2</b>
Тема 2.1. Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера	1.Краткая характеристика ЧС природного и техногенного характера, наиболее вероятных для региона проживания 2.Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых условиях. Первичные средства пожаротушения. 3. Правила поведения обучающихся при получении сигнала о ЧС согласно плана образовательного учреждения /экстренная эвакуация, укрытие в защитных сооружениях и др./	4	
Тема 2.2. Единая гос. Система предупреждения и ликвидации ЧС /далее РСИС/	1. История создания РСЧС 2. Предназначение и задачи по защите населения от ЧС 3. Структура РСЧС региона, города, района проживания	2	
Тема 2.3. Гражданская оборона-составная часть обороноспособности РФ /далее ГО/	1. ГО, определение и задачи. 2. Структура ОУ ГО 3. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Оповещение о ЧС. Эвакуация населения при ЧС. 5 Средства индивидуальной защиты Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. 6. Инженерная защита населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. Защитные сооружения ГО. 7. Аварийно- спасательные и другие неотложные работы / далее АСДНР/. Структура ГО в образовательном учреждении. Организация обучения защите от ЧС. 8. Правила поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника 9. Правовые основы организации защиты населения РФ от ЧС мирного времени	14	



Тема 2.4. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	МЧС России МВД России Служба скорой медицинской помощи .Роспотребнадзор	2	
	<b>Практические занятия</b> Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени	2	
	<b>Самостоятельная работа</b> обучающихся-ответы на вопросы раздела 2, проработка конспектов. Доклад-Нормативно-правовая база РФ по обеспечению безопасности личности, общества и государства. Рефераты –Неотложные работы в жилом помещении после взрыва бытового газа, -Аварийно-спасательные работы в зоне затопления/на примере наводнения на Дальнем Востоке в 2014 году/. Подготовка речевого сообщения о ЧС Пр.и ТГХ. Изготовление ВМП ,ПТМ-1.	12	
<b>Раздел 3 Основы медицинских знаний</b>		<b>4</b>	
Тема 3.1. Виды ран и общие правила оказания ПМП.	1. Понятие раны, виды ран 2. Асептика и антисептика. 3. перевязочный материал. 4. Первая помощь при ранениях	2	
Тема 3.2. Виды кровотечения и общие правила оказания ПМП	1. Кровотечения, виды кровотечений. 2. Материал, используемый для остановки кровотечения 3. Правила остановки кровотечения	2	
	<b>Самостоятельная работа</b> обучающихся-ответы на вопросы по учебнику, тренировка в оказании ПМП. Доклад-Общая последовательность действий при оказании ПМП пострадавшему /обоснование целесообразности/.	2	

<b>Раздел 4 Основы обороны государства и воинская обязанность</b>		<b>24</b>	<b>2</b>
Тема 4.1. История создания ВС РФ	1. Вооруженные силы России до 1917 года. 2. От красной армии до советских ВС 3. Вооруженные силы РФ	1	
Тема 4.2. Организационная структура современных ВС.	1. Виды и рода войск ВС РФ 2. Сухопутные войска 3. Воздушно космические силы. 4. Военно- Морской Флот 5. Ракетные войска стратегического назначения 7. Воздушно- десантные войска 8. Другие войска	2	
Тема 4.3. Воинская обязанность / далее ВО/	1. Понятие и основное содержание воинской обязанности 2. Воинский учет 3. Обязательная подготовка к военной службе 4 Добровольная подготовка к военной службе 5. Призыв на военную службу 6. Прохождение военной службы по контракту 7. Альтернативная гражданская служба 8. Общие права и обязанности военнослужащих 9. Соблюдение норм международного гуманитарного права	5	
Тема 4.4. Военнослужащий защитник своего отечества	1. Основные качества личности военнослужащего 2. Воинская дисциплина её сущность и содержание 3. Виды ответственности по военной службе 4. Предназначение, ТТХ и общее устройство основного вооружения военнослужащего 5. Основные положения строевого устава ВС РФ 6. Основы огневой подготовки	6	
Тема 4.5. Как стать офицером Российской армии	1. Виды ВОУПО 2. Правила приема в ВОУПО 3. Подготовка офицерских кадров для ВС РФ	1	
Тема 4.6. Боевые традиции ВС РФ.	1. Патриотизм и воинский долг.	1	

	2. Дни воинской славы России 3. Особенности воинского коллектива, дружба и войсковое товарищество		
Тема 4.7. Символы воинской чести	1. Боевое знамя воинской части 2. Награды за воинские отличия в бою и в службе	1	
Тема 4.8. Ритуалы ВС РФ.	1. Военная присяга 2. Вручение Боевого Знамени 3. Вручение вооружения и боевой техники 4. Проводы военнослужащих, уволенных в запас	1	
	<b>Практические занятия</b> -Строевые приемы и движение без оружия -Строевые приемы и движение с оружием. - Тренировка в выполнении неполной разборки и сборки после неполной разборки АК 74	6	
	<b>Самостоятельная подготовка</b> обучающихся-изучение нормативных документов, ОВУ ВС РФ, проработка конспектов. Доклад-Об одном из выдающихся полководцев ВОВ, -РВСН-надежный щит РФ, гарантия мира и стабильности в современных условиях. Рефераты-Стрелковое оружие СВ в период ВОВ, -Войска и воинские формирования, не входящие в состав ВС РФ, -Памяти поколений-Дни воинской славы России.	12	
<b>Раздел 5</b> <b>Основы медицинских знаний</b>		<b>8</b>	
Тема 5.1. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности /далее ОСН/	1. Понятие ОСН. 2. Первая медицинская помощь при ОСН. 3. Способы искусственного дыхания 4. Закрытый непрямой массаж сердца /далее ЗНМС/	1	
Тема 5.2. Первая медицинская помощь при травмах и нс.	1. Первая медицинская помощь при ушибах и переломах 2. Первая медицинская помощь при ДТП	1	

Тема 5.2 Первая помощь при обморожениях и ожогах	1. Первая медицинская помощь при ожогах 2. Первая медицинская помощь при обморожениях.	1	
Тема 5.3. Транспортировка пораженных и больных	1. Средства транспортировки и способы переноски 2. Правила укладки больных и пораженных на носилки и переноска их 3. Переноска на руках, лямках и подручных средствах	1	
	<b>Практическое занятие</b> Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания и непрямого массажа сердца	2	
	<b>Самостоятельная подготовка</b> обучающихся-ответы на вопросы раздела 4, проработка конспектов. Доклад-Порядок проведения экстренной само- и взаимопомощи при укусах ядовитыми змеями и насекомыми. Реферат Первая медицинская помощь при обмороке Реферат. Первая помощь тепловом и солнечном ударе	4	
<i><b>Дифференцированный зачет</b></i>		<b>2</b>	
	Итого	<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)

## 2.4. Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
<b>Введение</b>	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
<b>1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения</b>	Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. 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. 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 неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам. Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения. Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья
<b>2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения. Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС. Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС. Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы

	<p>скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности</p>
<p><b>3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b></p>	<p>Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России.</p> <p>Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих. Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества. Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки. Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести</p>
<p><b>4. Основы медицинских знаний</b></p>	<p>Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.</p> <p>Характеристика основных признаков жизни. Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара.</p> <p>Определение основных средств планирования семьи.</p> <p>Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины</p>

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. 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 учебной дисциплины «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.;

индивидуальной защиты (СИЗ)

- учебно-методический комплект «Факторы радиационной и химической опасности» для изучения факторов радиационной и химической опасности;
- образцы средств первой медицинской помощи
- макет автомата Калашникова;
- электронный стрелковый тренажер;
- 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 свободном доступе в сети Интернет (электронным книгам, практикумам, тестам).

### **3.2. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых изданий, Интернет- ресурсов, дополнительной аппаратуры**

Основные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 10кл. под ред. Воробьева Ю.Л.- М. 2016г.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 11кл. под ред. Воробьева Ю.Л.- М. 2016г.
3. Топоров И.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10-11 кл. – М. 2017г.
4. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 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., 2017г.
5. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для учащихся 11кл. общеобразоват. учрежд./ А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев; под ред. А.Т. Смирнова- 8-е изд., перераб. -М., 2016г.
6. А.Т. Смирнов., Б.И. Мишин., В.А. Васнев . Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11кл., -М., 2016г.
7. 100 вопросов- 100 ответов о прохождении военной службы солдатами и сержантами по призыву и по контракту; Сборник – М., 2017г
8. А.Т. Смирнов., Б.И. Мишин., В.А. Васнев . Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10-11кл. –М., 2016г.
9. А.Т. Смирнов. 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., 2017г.
10. Основы безопасности жизнедеятельности; справочник для учащихся / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, Р.А. Дурнев, Э.Н. Любов;/ под ред. А.Т. Смирнова- М., 2017г.



11. С.В. Петров. Первая помощь в экстремальных ситуациях; практическое пособие / С.В. Петров, В.Г. Бубнов- М., 2016г.
12. А.Т. Смирнов. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни; учеб. Для 10-11кл. общеобразоват. учрежд. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский/ под общ. ред А.Т. Смирнова- 6-е изд. –М., 2016г.
13. Армия государства Российского и защита Отечества. Под ред. В.В. Смирнова –М., 2016г.
14. Военный энциклопедический словарь .изд. 2-е . Под. ред. Ю.Я. Киршина- В.И., 2016г.
15. В.А. Васнев. Основы подготовки к военной службе. Книга для учителя В.А, Васнев, С.А. Чиненный- М., 2017г.
16. Военная доктрина Российской Федерации /Вестник военной информации №6 2016г.
17. В.А. Дуров. Русские награды XVIII в.в. / В.А. Дуров- 2-е изд., доп. –М., 2017г.
18. В.А. Дуров. Отечественные награды /В.А. Дуров –М., просвещ., 2017г.
19. Концепция национальной безопасности РФ /вестник военной информации №2- 2016 г.
20. «Шаг в бессмертие» С.Ю. Семенюта- Псков., 2017г.

Дополнительные источники:

1. Федеральные законы:- «О защите населения и территорий от ЧС Природного и техногенного характера» №68-83 от 21.12.1994г.
  - «О гражданской обороне» № 122-ФЗ от 22.08.2004г;
  - «О воинской обязанности и военной службе» №141-ФЗ от 11.11.2003г;
  - «Об альтернативной гражданской службе» №113-ФЗ от 25.07.2002г;
  - «О статусе военнослужащих» №76-ФЗ от 27.05.1998г;
  - «Об обороне» №61-ФЗ от 31.05.1996г;
  - «О противодействии терроризму» №35-ФЗ от 06.03.2006г;
2. Конституция Российской Федерации от 12.12.1996г.
3. Положения о порядке прохождения военной службы №1237 от 16.09.1999г.
4. Кодекс РФ об административных правонарушениях №195-ФЗ от 30.12.2001г.
5. Уголовный кодекс РФ. №63-ФЗ от 13.06.1996г.
6. Интернет ресурсы:- официальный сайт МО РФ- mil.ru;
  - Официальный сайт МЧС РФ- mchs.gov.ru;
  - Официальный сайт ВК РБ- rbz.ru/persona rbz.ru;
  - Официальный сайт МО РБ- morb.ru;
  - Официальный сайт МЗ РБ- mzrb.bashmed.ru;

- БЖД. Форма доступа <http://www.allegd.ru/edu/saf.htm>;
- БЖД: конспект лекции Крюков Р.Ф. Форма доступа <http://www.knigafound.ru/books/52234>;
- Безопасность. Образование. Человек. Форма доступа <http://www.bezопасnost.edu66/ru>

**Основные источники:**

Федер. 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, в ред. От 03.07.2016, с изм. от 19.12.2016.)

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1. Контроль и оценка

Текущий контроль проводится преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов.

Обучение по учебной дисциплине «ОБЖ» завершается в форме дифференцированного зачета. Для промежуточной аттестации и текущего контроля созданы фонды оценочных средств (КФОС): включают в себя контрольно-измерительные материалы, задания для определения соответствия (или несоответствия) индивидуальных образовательных достижений основным показателям результатов подготовки (таблицы).

<b>Результаты обучения /усвоенные знания, освоенные умения/</b>	<b>Коды формируемых общих компетенций (ОК1-ОК7)</b>	<b>Форма и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
1. Организация и проведение мероприятий по защите работающих и населения, не занятого в производстве от негативных воздействий ЧС природного и техногенного характера.	ОК1-ОК7	Устный опрос
2. Использование профилактических мер для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и в быту.	ОК1-ОК7	Устный опрос
3. Правильное применение средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи	ОК1-ОК7	Прием нормативов
4. Действие обучаемых при получении сигнала о ЧС /укрытие в защитных сооружениях/	ОК1-ОК7	Практическое занятие
5. Знание принципов обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий ЧС природного и техногенного характера, в т.ч. в условиях противодействия терроризму, как серьезной угрозе национальной безопасности РФ.	ОК1-ОК7	Защита реферата
6. Знание основных видов потенциальных		Устный опрос

опасностей и их последствий в профессиональной деятельности и в быту.	OK1-OK7	
7. Знание способов защиты населения от ОМП.	OK1-OK7	Тестирование
8. Знание мер ПБ и правил безопасного поведения при пожарах	OK1-OK7	Тестирование
9. Оказание первой помощи пострадавшим в результате ЧС на производстве и в повседневной жизнедеятельности	OK1-OK7	Защита реферата
10. Знание правил и порядка проведения закрытого непрямого массажа сердца	OK1-OK7	Практическое занятие
11. Знание военно- учетных специальностей и самостоятельное определение среди них родственных специальностей, родственных полученной профессии	OK1-OK7	Устный опрос
12. Знание организации и порядка призыва граждан на военную службу, поступление на неё в добровольном порядке /по контракту/	OK1-OK7	Тестирование
13. Владение способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы	OK1-OK7	Дискуссия
14. Знание основ военной службы и обороны государства.	OK1-OK7	Устный опрос
15. Знание основных видов вооружения, военной техники и спец. снаряжения, состоящих на вооружении /оснащении/ воинских подразделений, где имеются военно- учетные специальности, родственные профессиям НПО.	OK1-OK7	Защита реферата
16. Владение начальными навыками выполнения строевых приемов одиночной подготовки	OK1-OK7	Практическое занятие
17. Знание области применения получаемых профессиональных знаний при исполнении		Дискуссия

обязанностей военной службы.	ОК1-ОК7	
18. Действия при стрелковом оружии /разборка-сборка, приемы и правила стрельбы/.	ОК1-ОК7	Практическое занятие
19. Знание предназначения, структуры и задачи гражданской обороны	ОК1-ОК7	Тестирование

Оценка индивидуальных образовательных достижений обучающихся по результатам текущего и рубежного контроля производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица).

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений	
	балл (отметка)	вербальный аналог
от 90 %	5	отлично
от 80 %	4	хорошо
от 60 %	3	удовлетворительно
менее 60 %	2	не удовлетворительно

#### 4.2 Синхронизация предметных, личностных и метапредметных результатов с общими компетенциями

Наименование ОК согласно ФГОС СПО	Наименование личностных результатов согласно ФГОС СОО	Наименование метапредметных результатов согласно ФГОС СОО
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	ЛР 13 Осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;	МР 01 Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.	ЛР 09 Готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;	МР 01 Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях
ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы	ЛР 05 Сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности	
ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного	ЛР 09 Готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении	МР 04 Готовность и способность к самостоятельной информационно-

<p>выполнения профессиональных задач.</p>	<p>всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;</p>	<p>познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников</p>
<p>ОК 5. Использовать информационно коммуникационные технологии в профессиональной деятельности</p>	<p>ЛР 09 Готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;</p>	<p>МР 05 Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности</p>
<p>ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.</p>	<p>ЛР 07 Навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;</p>	<p>МР 02 Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты</p>
<p>ОК 7. Исполнять воинскую обязанность*(2), в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).</p>	<p>ЛР 01 Российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее</p>	<p>МР 7 Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных</p>

	<p>многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);</p> <p>ЛР 03 Готовность к служению Отечеству, его защите</p>	ценностей;
--	---	------------

#### 4.3. Синхронизация предметных результатов с общими компетенциями

Наименование ОК согласно ФГОС СПО	Наименование предметных результатов (Базовый уровень) согласно ФГОС СОО
<p>ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.</p> <p>ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.</p>	<p>ПР7. 01 Сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также, как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора</p>
<p>ОК 3 Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы</p>	<p>ПР7.08 Умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники</p>
<p>ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.</p> <p>ОК 5. Использовать информационно коммуникационные технологии в профессиональной деятельности</p>	<p>ПР7.09 Умение 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>ОК 7. Исполнять воинскую обязанность*(2), в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).</p>	<p>ПР7. 10 Знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности</p>



	<p>граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка</p> <p>ПР 7. 11 Знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе</p> <p>ЛР 7.12 Владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.</p>
--	---