



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
РЕСПУБЛИКИ КОМИ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СЫКТЫВКАРСКИЙ ГУМАНИТАРНО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ имени И.А. КУРАТОВА»

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор ГПОУ «СПК»



«УЧЕБНО-ПРОГРАММНЫЕ ИЗДАНИЯ»

## ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦИКЛ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД. 07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
(базовый уровень)

Для студентов, обучающихся по специальности

39.02.01 Социальная работа

Сыктывкар, 2022

Рабочая программа образовательной учебной дисциплины «ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для реализации **общеобразовательного цикла** программы подготовки специалистов среднего звена на базе основного общего образования с получением среднего общего образования

|                        |  |
|------------------------|--|
| <b>код</b><br>39.02.01 | <b>наименование специальности</b><br>Социальная работа<br>(программа подготовки специалистов среднего звена<br>базовой подготовки) |
|------------------------|--|

**Разработчики**

|   | <b>Фамилия, имя, отчество</b> | <b>Ученая степень (звание)<br/>[квалификационная категория]</b> | <b>Должность</b> |
|---|-------------------------------|---|------------------|
| 1 | Тригуба Игорь Васильевич      | первая  | Преподаватель    |

*[вставить фамилии и квалификационные категории разработчиков]*

27

[число]

октября

[месяц]

*[дата представления на экспертизу]*

2022

[год]

**Рекомендована**

ПЦКП естественнонаучных и социально-гуманитарных дисциплин

Протокол № 2 от «28» октября 2022 г.

**Рекомендована**

научно-методическим советом ГПОУ

«Сыктывкарский гуманитарно-педагогический колледж имени И.А. Куратова»

Протокол № 1 от «7» ноября 2022 г.

## Содержание

|           |  |           |
|-----------|--|-----------|
| <b>1.</b> | <b>Паспорт рабочей программы учебной дисциплины</b>              | <b>4</b>  |
| <b>2.</b> | <b>Структура и содержание учебной дисциплины</b>                 | <b>8</b>  |
| <b>3.</b> | <b>Условия реализации учебной дисциплины</b>                     | <b>11</b> |
| <b>4.</b> | <b>Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины</b> | <b>15</b> |
| <b>5.</b> | <b>Примерная тематика индивидуальных проектов</b>                | <b>20</b> |

# **1. ПАСПОРТ рабочей программы учебной дисциплины**

## **ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **1.1. Область применения рабочей программы учебной дисциплины**

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту среднего (полного) общего образования, утвержденному приказом Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. № 413 (ред. от 11.12.2020) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 07.06.2012 N 24480)).

Программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) на базе основного общего образования при подготовке специалистов среднего звена.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», Примерной программы общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» учетом Методических рекомендаций по реализации среднего общего образования в пределах освоения образовательной программы среднего профессионального образования на базе основного общего образования (Письмо Минпросвещения России от 14.04.2021 за № 05-401), Концепции преподавания общеобразовательных дисциплин с учетом профессиональной направленности программ среднего профессионального образования, реализуемых на базе основного общего образования (распоряжение Минпросвещения России от 30.04.2021 №Р-98) и примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций.

Программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» является основой для разработки рабочих программ, в которых профессиональные образовательные организации, реализующие образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ППССЗ на базе основного общего образования, уточняют содержание учебного материала, последовательность его изучения, распределение учебных часов, виды самостоятельных работ, тематику творческих заданий (рефератов, докладов, индивидуальных проектов и т. п.), учитывая специфику программ подготовки квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена, осваиваемой профессии или специальности.

Программа может использоваться другими профессиональными образовательными организациями, реализующими образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ППССЗ на базе основного общего образования.

### **1.2 Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Рабочая программа реализуется в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППССЗ) и изучается в общеобразовательном цикле.

Данная учебная дисциплина входит в состав Общих учебных дисциплин общеобразовательного цикла ППССЗ и изучается на базовом уровне.

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

Рабочая программа учебной дисциплины ориентирована на достижение следующих целей:

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.

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

**личностных:**

1. Развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
2. Готовность к служению Отечеству, его защите;
3. Формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
4. Исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
5. Воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
6. Освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

**метапредметных:**

1. овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
2. овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
3. формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
4. приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
5. развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
6. формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
7. формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
8. развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

- |     |  |
|-----|--|
| 9.  | формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения; |
| 10. | развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;   |
| 11. | освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;  |
| 12. | приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;   |
| 13. | формирование установки на здоровый образ жизни;  |
| 14. | развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;                           |

**предметных:**

- |     |   |
|-----|---|
| 1.  | сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;   |
| 2.  | получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного 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.  | освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;  |
| 6.  | освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;  |
| 7.  | развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;  |
| 8.  | формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;   |
| 9.  | развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;   |
| 10. | получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки; – освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе; |
| 11. | владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;  |

#### 1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

по специальности

всего часов  в том числе

максимальной учебной нагрузки обучающегося  часов, в том числе

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося  часов,

самостоятельной работы обучающегося  часов;

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| №   | Вид учебной работы                                 | Объем часов |
|-----|--|-------------|
| 1   | Максимальная учебная нагрузка (всего)              | 117         |
| 2   | Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)   | 78          |
|     | в том числе:                                       |             |
| 2.1 | лабораторные и практические работы                 | 57          |
| 2.2 | лекции   | 21          |
| 3   | Самостоятельная работа обучающегося (всего)        | 39          |
|     | в т. ч. сообщения                                  | 10          |
|     | рефераты   | 10          |
|     | презентации  | 19          |
|     | Итоговый контроль форме дифференцированного зачета |             |
|     | Итого  | 117         |

### 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности

| Номер разделов и тем                                 | Наименование разделов и тем<br>Содержание учебного материала; лабораторные и практические занятия; самостоятельная работа обучающихся; индивидуальные исследовательские проекты | Объем часов | Уровень освоения |
|--|---|-------------|------------------|
| 1  | 2   | 3           | 4                |
| <b>I семестр</b>                                     |   |             |                  |
| <b>Раздел 1.</b>                                     | <b>Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.</b>   | <b>18</b>   |                  |
| <b>Тема 1.1.</b>                                     | <b>Классификация чрезвычайных ситуаций</b>  | 2           | 1                |
| <b>Лекции</b>  | Классификация чрезвычайных ситуаций   | 2           | 1                |
|  | Уголовная ответственность несовершеннолетних  | 2           | 1                |
|  | Нормативно-правовые акты по обеспечению безопасности.   | 2           | 1                |
|  | Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС)  | 2           | 1                |
| Содержание учебного материала (практические занятия) |   |             |                  |
| <b>1</b>   | Правила поведения в условиях вынужденного автономного пребывания человека в природных условиях.   | 2           | 2                |
| <b>2</b>   | Чрезвычайные ситуации природного характера  | 2           | 3                |
| <b>3</b>   | Чрезвычайные ситуации техногенного характера  | 2           | 3                |
| <b>4</b>   | Правила поведения в ситуациях криминогенного характера  | 2           | 2                |
| <b>Самостоятельная работа студентов</b>              | Пожары в производственных зданиях.<br>Уголовный кодекс РФ<br>Правила безопасного поведения на дорогах   | 2<br>2<br>2 |                  |
| <b>Раздел 2.</b>                                     | <b>Гражданская оборона как защита мер по защите населения в военное время.</b>  | <b>12</b>   |                  |
| <b>Тема 2.1.</b>                                     | <b>Гражданская оборона. Структура и задачи.</b>   |             |                  |
| <b>Лекции</b>  | Предназначение и задачи гражданской обороны.  | 2           | 1                |



|  |   |           |   |
|--|---|-----------|---|
| Содержание учебного материала (практические занятия) |   |           | 1 |
| 1  | Оружие массового поражения. Ядерное оружие.   | 2         | 2 |
| 2  | Химическое оружие. Биологическое оружие. Оповещение и информирование населения в ЧС мирного и военного времени. | 2         | 2 |
| 3  | Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС. Средства индивидуальной защиты               | 2         | 2 |
| 4  | Организация проведения аварийно-спасательных работ в зонах ЧС.  | 2         | 3 |
| 5  | Организация гражданской обороны в образовательном учреждении.   | 2         | 3 |
| <b>Самостоятельная работа студентов</b>              | Авария на Чернобыльской АЭС   | 2         |   |
|  | Работа с приборами радиационной и химической разведки.  | 1         |   |
|  | Правила поведения в защитных сооружениях.   | 2         |   |
|  | Средства коллективной защиты  | 2         |   |
| <b>Раздел 3.</b>                                     | <b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>   | <b>8</b>  |   |
| <b>Тема 3.1</b>                                      | Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши к военной службе и трудовой деятельности.      | 2         | 1 |
| <b>Лекции</b>  | Индивидуальное и коллективное здоровье  | 2         | 1 |
|  | Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.   | 2         | 1 |
|  | Здоровый образ жизни и его составляющие.  | 2         | 1 |
| Содержание учебного материала (практические занятия) |   |           |   |
| 1  | Иммунитет и профилактика.   | 2         | 2 |
| 2  | Контрольная работа  | 2         | 2 |
| <b>Самостоятельная работа студентов</b>              | Профилактика инфекционных заболеваний   | 2         |   |
|  | Привитие здорового образа жизни в различных возрастных группах.   | 2         |   |
|  | Привитие ЗОЖ в различных возрастных группах   | 2         |   |
| <b>II семестр</b>                                    |   |           |   |
| <b>Тема 3.2</b>                                      | <b>Здоровый образ жизни и его составляющие.</b>   | <b>6</b>  |   |
| <b>Лекции</b>  | Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека.                                 | 2         | 1 |
|  | Семья в современном обществе.   | 2         | 1 |
|  | Вредные привычки и их влияние на организм человека  | 1         | 1 |
| Содержание учебного материала (практические занятия) |   |           |   |
| 1  | Контрольная работа по ЗОЖ   | 1         | 2 |
| <b>Самостоятельная работа студентов</b>              | Пассивное курение и его влияние на здоровье   | 2         |   |
| <b>Раздел 4.</b>                                     | <b>Основы военной службы</b>  |           |   |
| <b>Тема 4.1.</b>                                     | <b>Вооруженные силы РФ – защитники нашего Отечества.</b>  | <b>24</b> |   |
| <b>Практические занятия</b>                          | <b>Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.</b>  |           |   |
| 1  | История создания ВС РФ.   | 2         | 1 |
| 2  | Функции и основные задачи ВС РФ. Другие войска, их состав и предназначение.                                     | 2         | 2 |
| 3  | Патриотизм – верность воинскому долгу. Дружба и войсковое товарищество.   | 2         | 2 |
| 4  | Памяти поколений – дни воинской славы.  | 2         | 2 |
| 5  | Символы воинской чести. Боевое знамя, Воинские ритуалы. Ордена и награды ВС РФ.                                 | 2         | 2 |
| 6  | Основы подготовки граждан к военной службе. Размещение и быт  | 2         | 2 |

|   |  |            |   |
|---|--|------------|---|
|   | военнослужащих.  |            |   |
| 7                                       | Суточный наряд. Обязанности лиц суточного наряда. Организация караульной службы, обязанности часового. | 2          | 2 |
| 8                                       | Основы военных знаний. Строевая подготовка.  | 4          | 3 |
| 9                                       | Огневая подготовка.  | 4          | 3 |
| 10                                      | Тактическая подготовка   | 2          | 3 |
| <b>Самостоятельная работа студентов</b> | Символика государства и ВС РФ.   | 2          |   |
|   | Дни воинской славы России  | 2          |   |
|   | Гимн России  | 2          |   |
|   | История военных мундиров   | 2          |   |
|   | История автомата Калашникова   | 2          |   |
|   | История метательного оружия  | 2          |   |
| <b>Раздел 5.</b>                        | <b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи пострадавшим.</b>                        | <b>10</b>  |   |
| <b>Тема 5.1.</b>                        | <b>Первая помощь пострадавшим в ЧС</b>   |            |   |
| <b>Лекция</b>                           | Кровотечения. Виды кровотечений. Оказание первой помощи при кровотечениях.                             | 2          | 1 |
| <b>Практические занятия</b>             | <b>Оказание первой помощи пострадавшим.</b>  |            |   |
| <b>1</b>                                | Первая помощь при клинической смерти. Первая помощь при отравлениях                                    | 2          | 2 |
| <b>2</b>                                | Первая помощь при солнечных и тепловых ударах.   | 2          | 2 |
| <b>3</b>                                | Первая помощь при ожогах.  | 2          | 2 |
| <b>4</b>                                | Оказание первой помощи при переломах.  | 2          | 3 |
| <b>Самостоятельная работа студентов</b> | Лекарственные растения   | 2          |   |
|   | Лучевая болезнь  | 2          |   |
|   | Экстремальная медицина   | 2          |   |
| <b>Итого</b>                            |  | <b>117</b> |   |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация рабочей программы учебной дисциплины предполагает наличие

|       |                   |   |
|-------|-------------------|---|
| 3.1.1 | учебного кабинета | 221 Безопасность жизнедеятельности                      |
| 3.1.2 | лаборатории       |   |
| 3.1.3 | зала              | библиотека;<br>читальный зал с выходом в сеть Интернет. |

#### 3.2 Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета

| № | Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения | Примечания |
|---|--|------------|
|   | <b>Оборудование учебного кабинета</b>                                |            |
|   | рабочие места по количеству обучающихся – не менее 25                | +          |
|   | рабочее место преподавателя;   | +          |
|   | доска для мела   | +          |
|   | раздвижная демонстрационная система,                                 | -          |
|   |  |            |
|   | <b>Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</b>                   |            |
|   | <i>(заполняется при наличии в кабинете)</i>                          |            |
|   |  |            |
|   | <b>Печатные пособия</b>  |            |
|   | Тематические таблицы   | +          |
|   | Схемы по основным разделам курсов                                    |            |
|   | <b>Цифровые образовательные ресурсы</b>                              |            |
|   | <i>Цифровые компоненты учебно-методических комплексов</i>            |            |
|   | <b>Экранно-звуковые пособия</b>                                      | +          |
|   | Видеофильмы  |            |
|   | Слайды (диапозитивы) по разным разделам курса                        |            |

#### Технические средства обучения

| № | Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения | Примечания |
|---|--|------------|
|   | <b>Технические средства обучения (средства ИКТ)</b>                  |            |
|   | Мультимедийный компьютер   | +          |
|   | Мультимедиа проектор   | +          |
|   | Экран (на штативе или навесной)                                      | +          |

#### 3.3. Используемые технологии обучения

В целях реализации деятельностного и компетентностного подхода в образовательном процессе используются следующие активные и интерактивные формы проведения занятий: компьютерные симуляции, деловые и ролевые игры, анализ конкретных ситуаций, кейс метод,

психологические и иные тренинги, круглый стол (групповые дискуссии и дебаты), проблемное обучение, мозговой штурм или брейнсторминг, интеллект-карты, интернет-экскурсии (интерактивная экскурсия), экскурсионный практикум, мастер-класс, знаково-контекстное обучение, проектное обучение, олимпиада, лабораторные опыты, конференция, дистанционное обучение, работа в малых группах, социальные проекты (внеаудиторные формы - соревнования, фильмы, спектакли, выставки и др.), интерактивные лекции (применением видео- и аудиоматериалов) и др.

### **3.4. Информационное обеспечение обучения**

#### **Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

Приказ Минобрнауки России от 31.03.2014 № 253 (ред. от 26.01.2016) «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 30.01.2013 № 26755)

#### **Основные печатные источники (2-3 издания)**

| № | Выходные данные печатного издания   | Год издания | Гриф   |
|---|---|-------------|--------|
| 1 | Микрюков, В. Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + Приложение : учебник / Микрюков В. Ю. — Москва : КноРус, 2020. — 290 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-07321-6. — URL: <a href="https://book.ru/book/932127">https://book.ru/book/932127</a> | 2020        | Реком. |
| 2 | Косолапова, Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений сред. проф. образования/Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко, Побежимова Е. Л — М.: Издательский центр «Академия», 2017. - 368 с.     | 2017        | Реком. |

#### **Дополнительные печатные источники**

| № | Выходные данные печатного издания   | Год издания | Гриф   |
|---|---|-------------|--------|
| 1 | Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993)  | 1993        | Реком. |
| 2 | Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».   | 2012        | Реком. |
| 3 | Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.                                | 1998        | Реком. |
| 4 | Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648. | 1994        | Реком. |
| 5 | Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.                               | 1997        | Реком. |
| 6 | Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной   | 2002        | Реком. |

|    |  |      |        |
|----|--|------|--------|
|    | гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.   |      |        |
| 7  | Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.  | 1996 | Реком. |
| 8  | Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.   | 2002 | Реком. |
| 9  | Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.  | 2011 | Реком. |
| 10 | Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.   | 2010 | Реком. |
| 11 | Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.   | 2003 | Реком. |
| 12 | Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2011. — № 47. | 2011 | Реком. |
| 13 | Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2012.   | 2012 | Реком. |
| 14 | Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. — М., 2013.  | 2013 | Реком. |
| 15 | Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. — М., 2012.   | 2012 | Реком. |
| 16 | Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2013.  | 2013 | Реком. |
| 17 | Микрюков В.Ю. Основы военной службы: учебник для учащихся старших классов сред. образовательных учреждений и студентов сред. спец. учеб. заведений, а также преподавателей этого курса. — М., 2014   | 2014 | Реком. |
| 18 | Назарова Е.Н., Жилов Ю.Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.   | 2013 | Реком. |
| 19 | Общевойсковые уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2013 <a href="http://anty-crim.boxmail.biz">http://anty-crim.boxmail.biz</a> Искусство выживания  | 2013 | Реком. |

### Основные электронные издания

| № | Выходные данные электронного издания | Режим доступа | Проверено |
|---|--------------------------------------|---------------|-----------|
|---|--------------------------------------|---------------|-----------|

|   |  |           |            |
|---|--|-----------|------------|
| 1 | Микрюков В.Ю. Азбука патриота. Друзья и враги России. — М., 2013. Электронный учебник  | свободный | 07.10.2022 |
| 2 | Долгов, В. С. Основы безопасности жизнедеятельности : учебник / В. С. Долгов. – Санкт-Петербург : Лань, 2020. – 188 с. – ISBN 978-5-8114-3928-7. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/133903">https://e.lanbook.com/book/133903</a> | свободный | 07.10.2022 |
| 3 | Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.   | свободный | 07.10.2022 |

## Ресурсы Интернет

1. <http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь
2. <http://www.meduhod.ru> Портал детской безопасности
3. <http://www.spas-extreme.ru> Россия без наркотиков
4. <http://www.obzh.info> информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).
5. <http://www.school-obz.org/> Информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности
6. <http://kombat.com.ua/stat.html> Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях
7. <http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1132/index.htm> Автономное существование в природе – детям
8. <http://www.mnr.gov.ru> Министерство природных ресурсов и экологии Российской Федерации (Минприроды России)
9. <https://www.gosnadzor.ru> Федеральная служба по экологическому, технологическому и атомному надзору (Ростехнадзор)
10. <http://www.mchs.gov.ru> Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России)
11. <http://www.mzsrff.ru> Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации (Минздравсоцразвития России)
12. <http://www.rostrud.info> Федеральная служба по труду и занятости (Роструд)
13. <http://www.gsen.ru> Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор)
14. <http://www.safety.ru> ОАО НТЦ «Промышленная безопасность».
15. <http://www.risot.safework.ru> Российская Информационная Система Охраны Труда (РИСОТ)
16. <http://www.mspbsng.org> Межгосударственный совет по промышленной безопасности
17. <http://www.ilo.org> Международная организация труда (МОТ)

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1 Банк средств для оценки результатов обучения

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

Оценочные средства составляются преподавателем самостоятельно при ежегодном обновлении банка средств. Количество вариантов зависит от числа обучающихся.

| №         | Результаты обучения   | Основные показатели оценки результата  | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения     |
|-----------|---|--|---|
| <b>1.</b> | <b>Личностные</b>   |  |   |
|           | 1. Устойчивый интерес к истории и достижениям в области ОБЖ;  | Использовать и анализировать данные в ходе получения знаний о личной и общественной безопасности.  | Текущий контроль в форме: беседы, дискуссии               |
|           | 2. Готовность к продолжению образования, повышению квалификации в избранной профессиональной деятельности, используя полученные экологические знания; | Умение организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество. | Текущий контроль в форме: доклада, презентации и реферата |
|           | 3. Объективное осознание значимости компетенций в области безопасности для человека и общества;   | Объективное осознание значимости компетенций в области безопасности для человека и общества;   | Текущий контроль в форме: доклада, презентации и реферата |
|           | 4. Умения проанализировать техногенные последствия для окружающей среды, бытовой и производственной деятельности человека;                            | Умение оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях техногенного характера  | Текущий контроль в форме: доклада, презентации и реферата |
|           | 5. Готовность самостоятельно добывать новые для себя сведения   | Умение осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения  | Текущий контроль в форме: доклада, презентации и реферата |

|           |   |   |   |
|-----------|---|---|---|
|           | безопасности, используя для этого доступные источники информации;   | профессиональных задач, профессионального и личностного развития.   |   |
|           | 6. Умение управлять своей познавательной деятельностью, проводить самооценку уровня собственного интеллектуального развития;  | Умение использовать информационно-коммуникационные технологии в том числе программное обеспечение и Интернет.                                       | Текущий контроль в форме: доклада, презентации и реферата         |
|           | 7. Умение выстраивать конструктивные взаимоотношения в команде по решению общих задач в области экологии;   | Умение ставить цели, мотивировать, организовывать работу. Умение работать в группе и, взаимодействовать со студентами и преподавателями             | Текущий контроль в форме: доклада, презентации и реферата         |
| <b>2.</b> | <b>Метапредметные результаты</b>  |   |   |
|           | 1. Овладение умениями и навыками различных видов познавательной деятельности для изучения разных аспектов жизнедеятельности.  | Уметь применять полученные умения и навыками различных видов познавательной деятельности для изучения разных аспектов жизнедеятельности на практике | Текущий контроль в форме: беседы, доклада, презентации и реферата |
|           | 2. Применение основных методов познания (экскурсия, беседа) для изучения различных проявлений антропогенного воздействия, с которыми возникает необходимость сталкиваться в профессиональной сфере. | Уметь применять основные методы познания профессиональной сферы на практике.  | Текущий контроль в форме: беседы, доклада, презентации и реферата |
|           | 3. Умение определять цели и задачи деятельности, выбирать средства их достижения на практике.   | Знать, как ставить цели и задачи, планировать занятия.  | Текущий контроль в форме: беседы, доклада, презентации и реферата |
|           | 4. Умение использовать  | Знать процесс и результаты деятельности на основе   | Текущий контроль в форме: беседы,                                 |



|           |   |   |   |
|-----------|---|---|---|
|           | различные источники для получения сведений экологической направленности и оценивать ее достоверность для достижения поставленных целей и задач; | изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других студентов.                                    | доклада, презентации и реферата                                   |
| <b>3.</b> | <b>Предметные результаты</b>  |   |   |
|           | 1.Сформированность представлений о личности безопасного типа;   | Развивать безопасное мышление, знать законы, уметь пользоваться гражданскими правами в области здоровья и безопасности жизни; | Текущий контроль в форме: беседы, доклада, презентации и реферата |
|           | 2.Сформированность безопасного мышления и способности учитывать и оценивать последствия в разных сферах деятельности;                           | Выделять для себя личные ценности, нести моральную ответственность за последствия действий в стране и мире                    | Текущий контроль в форме: беседы, доклада, презентации и реферата |
|           | 3.Владение умениями применять знания в жизненных ситуациях, связанных с выполнением типичных социальных ролей;                                  | Выделять для себя личные ценности, нести моральную ответственность за последствия действий в стране и мире                    | Текущий контроль в форме: беседы, доклада, презентации и реферата |
|           | 4.Владение знаниями гражданских прав и обязанностей в области здоровья и безопасности жизни;  | Уметь пользоваться знаниями о личных правах и обязанностях.   | Текущий контроль в форме: беседы, доклада, презентации и реферата |
|           | 5.Сформированность личностного отношения к ценностям безопасности, моральной ответственности за последствия своих действий в стране и мире;     | Выделять для себя личные ценности, нести моральную ответственность за последствия действий в стране и мире                    | Текущий контроль в форме: беседы, доклада, презентации и реферата |
|           | 6.Сформированность способности к  | Уметь выступать публично, организовывать разные   | Текущий контроль в форме: беседы,                                 |

|  |                                    |                                 |                                  |
|--|------------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|
|  | выполнению проектов в области ОБЖ. | формы представления информации. | доклада, презентации и реферата. |
|--|------------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|

## **4.2 Примерный перечень вопросов и заданий для проведения итогового контроля учебных достижений обучающихся при реализации среднего общего образования**

1. Современное состояние и негативные факторы среды обитания.
2. Современное жилище, особенности его жизнеобеспечения.
3. Пожары, причины возникновения. Действия при пожарах.
4. Чрезвычайные ситуации криминального характера.
5. Чрезвычайные ситуации на транспорте.
6. Человек и природа. Правила безопасного поведения на природе.
7. Чрезвычайные ситуации природного характера.
8. Оказание первой медицинской помощи пострадавшим.
9. Экстремальная медицина.
10. Объект экономики. Устойчивость функционирования объектов экономики и технических систем в чрезвычайных ситуациях.
11. Чрезвычайные ситуации технологического характера.
12. Ликвидация последствий аварий, катастроф и стихийных бедствий.
13. Средства индивидуальной и коллективной защиты.
14. Спасательные и другие неотложные меры в очагах поражения.
15. Роль специалиста в обучении и оказании помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях.
16. Вооруженные Силы Российской Федерации.
17. Структура Вооруженных Сил и их задачи.
18. Основы военно- патриотической работы.

## **5. Примерная тематика индивидуальных проектов**

- Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
- Взаимодействие человека и среды обитания.
- Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
- Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
- Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.
- Факторы, способствующие укреплению здоровья.
- Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
- Роль физической культуры в сохранении здоровья.
- Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
- Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
- Табакокурение и его влияние на здоровье.
- Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
- Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
- Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
- Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
- Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
- Терроризм как основная социальная опасность современности.
- Космические опасности: мифы и реальность.
- Современные средства поражения и их поражающие факторы.
- Оповещение и информирование населения об опасности.
- Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
- Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
- МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
- Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
- Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.
- Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
- Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
- Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
- Символы воинской чести.
- Патриотизм и верность воинскому долгу.
- Дни воинской славы России.
- Города-герои Российской Федерации.
- Города воинской славы Российской Федерации.
- Профилактика инфекционных заболеваний.
- Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
- СПИД — чума XXI века.
- Оказание первой помощи при бытовых травмах.
- Духовность и здоровье семьи.
- Здоровье родителей — здоровье ребенка.
- Формирование здорового образа жизни с пеленок.
- Как стать долгожителем?
- Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.
- Политика государства по поддержке семьи.