

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена в соответствии с требованиями Федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования (Минобр РФ, ПРИКАЗ от 5 марта 2004 года № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» с изменениями, внесенными приказом Министерства образования и науки РФ от 7 июня 2017 года № 506) и с учебным планом специальности 38.02.05 Товароведение и экспертиза качества потребительских товаров.

Организация – разработчик:
ГАПОУ Техникум транспорта г.Орска

Разработал преподаватель-организатор ОБЖ:
_____ В.В. Симкин

Рассмотрено и одобрено
на заседании предметно-цикловой комиссии естественно-научных дисциплин
Протокол № 1 от «28» августа 2019 года
Председатель предметно-цикловой комиссии естественно-научных
дисциплин _____ Ю.А.Лузан

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	18
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	23

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОДБ.09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1.1. Область применения программы:

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 38.02.05 Товароведение и экспертиза качества потребительских товаров.

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

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

дисциплина общеобразовательного цикла.

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

Изучение основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне среднего (полного) общего образования направлено на достижение следующих целей:

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни; государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
- воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества;
- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;
- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик **должен:**

знать/понимать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу; основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС; - предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств); (абзац введен Приказом Минобрнауки России от 19.10.2009 N 427)

уметь:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- владеть навыками в области гражданской обороны;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств); (абзац введен Приказом Минобрнауки России от 19.10.2009 N 427)
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья; (абзац введен Приказом Минобрнауки России от 19.10.2009 N 427)
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных

дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
(абзац введен Приказом Минобрнауки России от 19.10.2009 N 427)

- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету. (абзац введен Приказом Минобрнауки России от 10.11.2011 N 2643)

1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:
максимальной учебной нагрузки обучающегося – 105 часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 70 часов;
самостоятельной работы обучающегося – 35 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	105
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	70
в том числе:	
теоретические занятия	40
из них:	
уроки	38
семинары	2
практические занятия	30
из них:	
лабораторные работы	-
практические работы	24
контрольные работы	4
курсовая работа (проект)	-
дифференцированный зачет	2
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	35
в том числе:	
внеаудиторная самостоятельная работа	35

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме дифференцированного зачета.

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОДБ.09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	№ занятия	Объем часов	Вид учебного занятия	Домашнее задание	Самостоятельная работа	Количество
1	2	3	4	5	6	7	8
Раздел 1. Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности							
Введение. Актуальность изучения дисциплины, цели и задачи.	Актуальность изучения дисциплины «ОБЖ», цели и задачи. 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 ОБЖ при освоении профессий и специальностей СПО.	1	2	лекция	Н.В. Косолапов Стр.5-10		
Тема 1.1 Здоровый образ жизни как основа личного здоровья. Факторы здоровья.	Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Факторы, влияющие на укрепление здоровья. Факторы, разрушающие здоровье.	2	2	урок	Стр.16-29	Здоровье и здоровый образ жизни. Нарисовать постер. Ответить на контрольные вопросы	2
Тема 1.2 Репродуктивное здоровье	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Правила личной гигиены.	3	2	урок	Стр.39-42		
Тема 1.3 Занятия физической культурой и закаливание организма.	Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой.	4	2	урок	Стр.21-22	Факторы, способствующие укреплению здоровья	2
Тема 1.4 Психологическая уравновешенность.	Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим труда и отдыха.	5	2	урок	Стр.23-28	Алкоголь и его влияние на здоровье человека	2

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	№ занятия	Объем часов	Вид учебного занятия	Домашнее задание	Самостоятельная работа	Количество
Режим труда и отдыха.							
Тема 1.5 Неправильное питание, неблагоприятная среда, вредные привычки-пагубные факторы здоровья.	Рациональное питание и его значение для здоровья человека. Правила личной гигиены и здоровье человека. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Вредные привычки и их профилактика.	6	2	урок	Стр.28-30, Стр.35-39	Курение и его влияние на состояние здоровья	2
Тема 1.6 Правила и безопасность дорожного движения	Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств). Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	7	2	урок	Стр.30-35	Наркотики и наркомания, социальные последствия	2
Тема 1.7 Брак и семья. Ответственность родителей.	Социальная роль женщины в современном обществе. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей и членов семьи. Конвенция ООН «О правах ребенка».	8	2	урок	Стр.42-45	Социальная роль женщины в современном обществе	1
П.3.Контрольная работа №1 <i>Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</i>		9	2	практическое занятие	Повторение пройденного материала	Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем	2
Тема 1. 8 Первая помощь	Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан РФ»	10	2	урок	Стр.228-229	Правовые основы взаимоотношения полов	1

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	№ занятия	Объем часов	Вид учебного занятия	Домашнее задание	Самостоятельная работа	Количество
Тема 1.9 Первая помощь при травмах различных областей тела	Понятие травм и их виды, первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током, переломах, кровотечениях; навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца, первая помощь при травмах различных областей тела.	11	2	урок	Стр.231-232		
П.3. <i>Навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.</i>		12	2	практическое занятие	Повторение пройденного материала	Общие правила оказания первой медицинской помощи	1
Тема 1.10 Травматический токсикоз	Понятие травматического токсикоза, местные и общие признаки травматического токсикоза, основные периоды развития травматического токсикоза.	13	2	урок	Стр.233-235		
П.3. <i>Правила наложения повязок и жгута.</i>		14	2	практическое занятие	Отработать правила наложения жгута		
П.3. <i>Первая помощь при кровотечениях. Отработка навыков первой помощи при ранениях</i>		15	2	практическое занятие	Отработка навыков первой помощи при ранениях		
Тема 1.11 Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.	16	2	урок	Стр.263-265		
Тема 1.12 Первая помощь при отравлениях	Первая помощь при отравлениях, острые и хронические отравления.	17	2	урок	Стр.269-272		
Тема 1.13	Основные инфекционные болезни, их классификация и	18	2	урок	Стр.272-277		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	№ занятия	Объем часов	Вид учебного занятия	Домашнее задание	Самостоятельная работа	Количество
Основные инфекционные болезни и их профилактика	профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней, индивидуальная и общественная профилактика инфекционных болезней.						
П.3.Последствия высоких температур на организм человека. Первая помощь при ожогах.		19	2	практическое занятие	Повторение пройденного материала		
П.3.Первая помощь при отсутствии сознания, остановке сердца.		20	2	практическое занятие	Повторение пройденного материала		
Тема 1.14 Инфекции, передаваемые половым путем и их профилактика	Инфекции, передаваемые половым путем и их профилактика, здоровье родителей и здоровье будущего ребенка, основные средства планирования семьи, основы ухода за младенцем, физиологические особенности развития новорожденных детей.	21	2	урок	Стр.280-284	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	1
П.3.Отработка навыков при проведении ИВЛ, непрямой массаж сердца (НМС).		22	2	практическое занятие	Отработать навыки при проведении ИВЛ		
П.3. Контрольная работа №2 «Основы медицинских знаний»		23	2	практическое занятие	Повторение пройденного материала		
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения							
Тема 2.1 Чрезвычайные ситуации (ЧС).	Чрезвычайные ситуации природного (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические), техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) и социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера. Характеристика	24	2	урок	Стр.52-75, Стр.81-89	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	№ занятия	Объем часов	Вид учебного занятия	Домашнее задание	Самостоятельная работа	Количество
	ЧС природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Правовые основы организации защиты населения РФ от ЧС мирного времени. 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.						
Тема 2.2 Государственные системы РС ЧС и ГО ЧС.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС). Гражданская оборона, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий. Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения.	25	2	урок	Стр.52-75, Стр.81-89	Стихийные бедствия гидрологического характера. Природные пожары. ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ КОНЦЕПЦИИ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ	2
П.3.Правила поведения в условиях ЧС. Мероприятия по защите населения при терроризме.		26	2	практическое занятие	Выучить правила	Гражданская оборона Оповещение и информирование населения об	2

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	№ занятия	Объем часов	Вид учебного занятия	Домашнее задание	Самостоятельная работа	Количество
						опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени	
<i>П.3.Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации.</i>		27	2	практическое занятие	Выучить правила	Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуациях. Инженерная защита. Виды защитных сооружений и правила поведения в них	3
<i>П.3.Практическое применение средств защиты органов дыхания и кожи.</i>		28	2	практическое занятие	Повторение пройденного материала	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	1
<i>П.3.Правила безопасного поведения при захвате заложника, при террористическом акте.</i>		29	2	практическое занятие	Выучить правила	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники	1
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность							
Тема 3.1. Защита Отечества. Вооруженные Силы Российской Федерации	Защита Отечества - долг и обязанность граждан России, основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан. Вооруженные Силы Российской Федерации - основа обороны государства, виды Вооруженных Сил, рода	30	2	урок	Стр.127-130, 133-145	Прохождение военной службы по контракту	1

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала	№ занятия	Объем часов	Вид учебного занятия	Домашнее задание	Самостоятельная работа	Количество
	войск. Обязательная подготовка к военной службе, требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности.						
П.3.Обязательная и добровольная подготовка к военной службе.		31	2	практическое занятие	Стр.127-130, 133-145	Альтернативная гражданская служба	1
П.3.Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Медицинское освидетельствование		32	2	практическое занятие	Стр.127-130, 133-145	Права и обязанности военнослужащих	1
Тема 3.2 Призыв на срочную службу, службу по контракту. Замена службы	Первоначальная постановка на воинский учет, медицинское освидетельствование. Призыв на военную службу, общие обязанности и права военнослужащих. Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву и контракту. Альтернативная гражданская служба.	33	2	урок	Стр.159-167, 172-185	Воинская дисциплина и ответственность Как стать офицером Российской армии	3
Тема 3.3 Символика, награды, традиции и ритуалы Вооруженных Сил в РФ.	Государственная и военная символика Российской Федерации, традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	34	2	урок	Стр.214-224	История создания вооруженных сил Военно-профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в вооруженных силах Российской Федерации	3
Дифференцированный зачет		35	2	практическое занятие	Повторение пройденного материала		
	Всего:105	70					35

2.3 ВНЕАУДИТОРНАЯ САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Формы работы

1. Подготовка и написание, сообщений на заданные темы, причём предоставляется право выбора темы.
2. Подбор и изучение литературных источников, работа с периодической печатью, подготовка тематических обзоров по периодике.
3. Подготовка схем, таблиц, кроссвордов, тестовых заданий.
4. Ответы на контрольные вопросы.
5. Решение ситуационных задач.
6. Выполнение тестового задания.
7. Составление резюме.
8. Подготовка постеров по темам.

Формы контроля

1. Собеседование
2. Сообщение
3. Доклад
4. Самоотчёты
5. Проверка выполнения практических задач
6. Проверка конспекта
7. Взаимопроверка задач
8. Самопроверка

№ с/р	Тема самостоятельной работы	Количество часов	Домашнее задание	Формы работы	Формы контроля
Раздел 1. Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности- 16 ч.					
1	Здоровье и здоровый образ жизни	2	Нарисовать постер по теме Ответить на контрольные вопросы	2,3,8	4
2	Факторы, способствующие укреплению здоровья	1	Изучение основных положений организации рационального питания и методов его гигиенической оценки (Ответить на контрольные вопросы)	4	1
		1	Изучение физиологических норм питания, принятых и дифференцированных для различных групп населения. (Выполнить задание)	1,2,3	1,5
3	Алкоголь и его влияние на здоровье человека	2	История Алкоголя, табака и наркотиков	1,2,3	7
4	Курение и его влияние на состояние здоровья	2	Напишите сочинение на тему: «Как я могу/смог помочь своему другу/маме/папе бросить курить».	6	5
5	Наркотики и наркомания, социальные последствия	2	Составьте письменно или устно краткое резюме по теме: «Социально-политические последствия употребления алкоголя, табака и наркотиков»	1,2,3,6	5

6	Социальная роль женщины в современном обществе.	1	Ответить на контрольные вопросы	4	1
7	Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем	2	Составить опорный конспект по вопросам Заполнить таблицу	3	6
8	Правовые основы взаимоотношения полов	1	Тест по теме «Законодательство о семье и браке»	4	5
9	Общие правила оказания первой медицинской помощи.	1	Составить кроссворд по теме	3	5
10	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	1	Заполнить таблицу	3	7
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения- 10ч					
11	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1	Составьте таблицу классификации чрезвычайных ситуаций	1,2,3	5
12	Стихийные бедствия гидрологического характера. Природные пожары. ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ КОНЦЕПЦИИ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ	2	Решите ситуационную задачу Составить опорный конспект по вопросам	5	5
13	Гражданская оборона	1	Тест по теме Гражданская оборона Задание 1 Задание 2	2,3	5
14	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени	1	Составить варианты текстовых сообщений при аварии на промышленных объектах См. Пример	2,3	1
15	Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуациях	1	Решите ситуационную задачу	3	1
16	Инженерная защита. Виды защитных сооружений и правила поведения в них	2	Составить схему «Защитные сооружения гражданской обороны»	3,6	1,5
17	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	1	Ответить на контрольные вопросы	4	4
18	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники	1	Тест по теме терроризм	3	5
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность- 9 ч.					
19	Прохождение военной службы по контракту	1	Подготовить сообщения по темам	1,2	3
20	Альтернативная гражданская	1	Ответить на контрольные вопросы	3	5

	служба				
21	Права и обязанности военнослужащих	1	Составить опорный конспект о статусе военнослужащего	6	7
22	Воинская дисциплина и ответственность	2	Решите ситуационные задачи	5	5
23	Как стать офицером Российской армии	1	Заполните карточку	5	5
24	История создания вооруженных сил	2	Заполните таблицу	3,4	3
25	Военно-профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в вооруженных силах Российской Федерации	1	Ответить на контрольные вопросы	4	8

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ».

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- наглядные пособия (стенды, опорные конспекты-плакаты, справочный материал, карточки, раздаточный материал, комплекты практических работ).

Технические средства обучения: компьютер, телевизор.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред.проф. образования. — М., 2015.
2. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред.проф. образования. — М., 2015.
3. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений сред.проф. образования. — М., 2014.
4. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб.пособие для учреждений сред. проф. образования. — М., 2013.
5. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное учебное издание для обучающихся по профессиям в учреждениях сред.проф. образования. — М., 2014.
6. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное приложение к учебнику для учреждений сред.проф. образования. — М., 2014.
7. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: электронный учебно-методический комплекс для учреждений сред.проф. образования. — М., 2014.
8. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов сред.проф. образования. — М., 2014.
9. 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.

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

Дополнительные источники:

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных федеральными конституционными законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ) // СЗ РФ. — 2009. — №4. — Ст. 445.
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (в ред. федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ) «Об образовании в Российской Федерации».
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 №413 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования”».
5. Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования». Гражданский кодекс РФ (Ч. 1) (утвержден Федеральным законом от 30.11.94 № 51-ФЗ (в ред. от 11.02.2013, с изм. и доп. от 01.03.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 32 (Ч. 1). — Ст. 3301.
6. Гражданский кодекс РФ (Ч. 2) (утвержден Федеральным законом от 26.01.96 № 14-ФЗ) (в ред. от 14.06.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 5 (Ч. 2). — Ст. 410.
7. Гражданский кодекс РФ (Ч. 3) (утвержден Федеральным законом от 26.11.01 № 146-ФЗ) (в ред. от 05.06.2012) // СЗ РФ. — 2001. — № 49. — Ст. 4552.
8. Гражданский кодекс РФ (Ч. 4) (утвержден Федеральным законом от 18.12.06 № 230-ФЗ) (в ред. от 08.12.2011) // СЗ РФ. — 2006. — № 52 (Ч. 1). — Ст. 5496.

9. Семейный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 29.12.1995 № 223-ФЗ) (в ред. от 12.11.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 1. — Ст. 16.
10. Уголовный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 13.06.1996 № 63-ФЗ) (в ред. от 07.12.2011 ; с изм. и доп., вступающими в силу с 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 25. — Ст. 2954.
11. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.
12. 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.
13. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.
14. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.
15. 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.
16. 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.
17. Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.
18. 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.
19. 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.
20. 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.
21. Приказ министра обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.02.2010 № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» (зарегистрировано Минюстом России 12.04.2010, регистрационный № 16866).
22. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. — М., 2012.
23. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2013.
24. Митяев А. Книга будущих командиров. — М., 2010.
25. Назарова Е.Н., Жиллов Ю.Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.
26. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2013.

Справочники, энциклопедии

- Изотова М.А., Царева Т.Б. Полная энциклопедия орденов и медалей России. — М., 2008.
- Ионина Н.А. 100 великих наград. — М., 2009.
- Каменев А.И. Энциклопедия русского офицера. — М., 2008.
- Каторин Ю.Ф. Танки: иллюстрированная энциклопедия. — М., 2011.
- Лубченков Ю.Н. Русские полководцы. — М., 2009.

Перечень Интернет-ресурсов

- www.mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ).
- www.mvd.ru (сайт МВД РФ).
- www.mil.ru (сайт Минобороны).
- www.fsb.ru (сайт ФСБ РФ).
- www.dic.academic.ru (Академик. Словари и энциклопедии).
- www.booksgid.com (BooksGid. Электронная библиотека).
- www.globalteka.ru/index.html (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).
- www.window.edu.ru (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- www.iprbookshop.ru (Электронно-библиотечная система IPRbooks).

- [www. school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал.Доступность, качество, эффективность).
- [www. ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- www.pobediteli.ru (проект «ПОБЕДИТЕЛИ:Солдаты Великой войны»).
- [www. monino. ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).
- [www. simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России.История и реальность).
- www.militera.lib.ru (Военная литература).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины «Основы безопасности и жизнедеятельности» осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, контрольных работ, а также в результате выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результатами обучения является овладение основными видами деятельности (на уровне учебных действий).

Обучение по учебной дисциплине завершается промежуточной аттестацией- дифференцированным зачетом.

Формы и методы текущего контроля по учебной дисциплине «Основы безопасности и жизнедеятельности» самостоятельно разрабатываются преподавателем и доводятся до сведения обучающихся в начале учебного года.

Для текущего и промежуточного контроля созданы контрольно-оценочные средства (КОС).

Содержание обучения	Характеристика основных видов деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)
Введение	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
1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения	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.

	<p>Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья</p>
2. Основы медицинских знаний	<p>Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. Характеристика основных признаков жизни. Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара. Определение основных средств планирования семьи. Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины</p>
3. Государственная система обеспечения безопасности населения	<p>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 скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности</p>
4. Основы обороны государства и воинская обязанность	<p>Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций</p>

	<p>и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России. Содержание обучения Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий) 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>
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные занятия)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
знать основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности; репродуктивное здоровье и факторы влияющие на него	индивидуальный устный и (или) письменный опрос
знать потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания	индивидуальный устный и (или) письменный опрос
знать основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций	индивидуальный устный и (или) письменный опрос
знать основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан	индивидуальный устный и (или) письменный опрос
знать состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации	индивидуальный устный и (или) письменный опрос
знать порядок первоначальной постановки граждан на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу, основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе	индивидуальный устный и (или) письменный опрос
знать основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и	индивидуальный устный и (или) письменный опрос

контракту, альтернативной гражданской службы	
знать требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника	индивидуальный устный и (или) письменный опрос
знать предназначение, структуру и задачи РСЧС	индивидуальный устный и (или) письменный опрос
знать предназначение, структуру и задачи гражданской обороны	индивидуальный устный и (или) письменный опрос
знать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств)	индивидуальный устный и (или) письменный опрос
уметь владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	устный и письменный опрос
уметь владеть навыками в области гражданской обороны	устный и письменный опрос
уметь пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты	устный и письменный опрос
уметь оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе	устный и письменный опрос
уметь использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: – ведения здорового образа жизни; – оказания первой медицинской помощи; – развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы; – обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи	устный и письменный опрос
уметь соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств)	устный и письменный опрос
уметь адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья	устный и письменный опрос
уметь прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей)	устный и письменный опрос
уметь понимать взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету	устный и письменный опрос

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

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений	
90-100	5	Отлично
80-89	4	Хорошо
70-79	3	Удовлетворительно
Менее 70	2	Не удовлетворительно