Министерство общего и профессионального образования Свердловской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Свердловской области «Сухоложский многопрофильный техникум»

Рассмотрено:
Руководитель ЦМК
_____Е.М. Негулярная
«31» мая 20 19 г.

Утверждаю:
Зам. директора по УПР
_____И.А. Григорян
«31» мая 20 19 г.

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
# УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности

## 43.01.09 "Повар, кондитер"

**г. Сухой Лог**
**2019**

**Организация – разработчик:** ГБПОУ СО «Сухоложский многопрофильный техникум»

**Разработчик:** Чернозипунников Владимир Сергеевич, преподаватель организатор ОБЖ.

# Содержание

Пояснительная записка..... 4
1. Общая характеристика учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»..... 5
1.2. Место учебной дисциплины в учебном плане..... 5
1.3. Результаты освоения учебной дисциплины..... 5-7
2. Содержание учебной дисциплины .....8-10
2.1. Тематическое планирование ..... 11-13
2.2. Характеристика основных видов деятельности обучающихся..... 14-15
3. Условия содержания учебной дисциплины ..... 15
3.1. Материально-техническое обеспечение ..... 15
3.2. Информационное обеспечение обучения..... 15-17
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» ..... 18-20

# ПОЯСНИТЕЛЬНАЯЗАПИСКА

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности по профессии 43.01.09 "Повар, кондитер" на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих. Программа разработана на основе требований, 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), и примерной программы учебной дисциплины «ОБЖ» для профессиональных образовательных организаций, реализующих основную профессиональную образовательную программу СПО на базе основного общего образования с одновременным получением среднего общего образования, рекомендованной Экспертным советом по профессиональному образованию. Протокол № 3 от 21 июля 2015 г.,

Содержание программы ОУД.07. «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих целей:

- ✓ 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);
- ✓ снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- ✓ формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- ✓ обеспечение профилактики асоциального поведения обучающихся.

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД.07. «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

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 ОУД.07. «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. Изучение учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации обучающихся в процессе освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС).

## 1.1. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебная дисциплина ОУД.07. «Основы безопасности жизнедеятельности» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего 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). В учебных планах ППКРС место учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» — в составе общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для профессии 43.01.09 "Повар, кондитер".

## 1.2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

личностных:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

метапредметных:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного по- ведения;
- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

предметных:

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

В соответствии с ФГОС среднего общего образования результатом достижений обучающихся по профессии является сформированность универсальных учебных действий.

**Универсальные учебные действия. /УУД/**

| Личностные УУД | Коммуникативные УУД |
|---|---|
| **Самоопределение** (мотивация учения, формирование основ гражданской идентичности личности).<br>**Смыслообразования** («какое значение, смысл имеет для меня учение», и уметь находить ответ на него).<br>**Нравственно-этического оценивания** (оценивание усваиваемого содержания, исходя из социальных и личностных ценностей, обеспечивающее личностный моральный выбор). | **Планирование** (определение цели, функций участников, способов взаимодействия).<br>**Постановка вопросов** (инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации).<br>**Разрешение конфликтов** (выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация).<br>**Управление поведением партнёра точностью выражать свои мысли** (контроль, коррекция, оценка действий партнёра умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли). |
| **Познавательные УУД** | **Регулятивные УУД** |
| **Общеучебные**<br>- формулирование познавательной цели;<br>- поиск и выделение информации;<br>- знаково-символические<br>- моделирование<br>**Логические**<br>- анализ с целью выделения признаков (существенных, несущественных)<br>- синтез как составление целого из частей, восполняя недостающие компоненты;<br>- выбор оснований и критериев для сравнения, сериации, классификации объектов;<br>- подведение под понятие, выведение следствий;<br>-установление причинно-следственных связей;<br>- построение логической цепи рассуждений;<br>- доказательство;<br>- выдвижение гипотез и их обоснование.<br>**Действия постановки и решения проблем:**<br>- формулирование проблемы;<br>- самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера. | **Целеполагание** (постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно).<br>**Планирование** (определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата; составление плана и последовательности действий).<br>**Прогнозирование** (предвосхищение результата и уровня усвоения, его временных характеристик).<br>**Контроль** (в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона)<br>**Коррекция** (внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его продукта).<br>**Оценка** (выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что ещё подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения).<br>**Волевая саморегуляция** (способность к мобилизации сил и энергии; способность к волевому усилию – к выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий). |

**В соответствии с ФГОС по профессии 43.01.09 "Повар, кондитер" формируются общие компетенции.**

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.
ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.
ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.
ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.
ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.
ОК 11. Планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере.

**Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**
максимальной учебной нагрузки обучающегося 72 часа, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 72 часа, включающей
- лекционные занятия - 30 часов
- практические занятия – 42 часа
- самостоятельные работы - 0 часов
- итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета

## 2. 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.

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

Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. 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. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера - как источник негативных факторов. 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. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. 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. 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.

### раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. 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.). Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. 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. 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. 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. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по за- щите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий. 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.

## раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность

История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в сере- дине 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. 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. 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. 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. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. 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. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы. 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. 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. Как стать офицером Российской армии. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации. 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. 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.

## раздел 4. Основы медицинских знаний.

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».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. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие

травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза. 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. 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. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление. 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. 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. 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. Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития ново- рожденных 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.

**2.1. Тематическое планирование учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»**

| № занятия | Содержание курса | общее кол-во часов | В т.ч. практи-ческие занятия | Уровень освоения |
|---|---|---|---|---|
| **1/2** | Введение. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности. | **2** | | 1 |
| **Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья** | | **14** | **6** | |
| **2/4** | Здоровье и здоровый образ жизни. Факторы, способствующие укреплению здоровья. | 2 | | 2 |
| **3/6** | Вредные привычки и их профилактика | 2 | | 2 |
| **4/8** | Правила и безопасность дорожного движения. | 2 | | 2 |
| **5/10** | Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. | 2 | | 2 |
| **Практические занятия № 1** | | **6** | **6** | **2-3** |
| **6/12** | 1.1 Организация рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. | 2 | 2 | 2-3 |
| **7/14** | 1.2 Изучение моделей поведения участников дорожного движения. | 2 | 2 | 2-3 |
| **8/16** | 1.3 Изучение моделей поведения участников дорожного движения. | 2 | 2 | 2-3 |
| **Раздел 2. Государственная система обеспечения** | | **20** | **12** | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **безопасности населения** | | | | |
| **9/18** | Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. | 2 | | 2 |
| **10/20** | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). | 2 | | 2 |
| **11/22** | Гражданская оборона. Мероприятия по защите населения. | 2 | | 2 |
| **12/24** | Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. | 2 | | 1 |
| | **Практические занятия № 2** | **12** | **12** | **2-3** |
| **13/26** | 2.1 Модели поведения в условиях чрезвычайной ситуации социального характера. | 2 | 2 | 2-3 |
| **14/28** | 2.2 Модели поведения в ЧС техногенного и природного характера. | 2 | 2 | 2-3 |
| **15/30** | 2.3 Модели поведения в условиях вынужденной природной автономии. | 2 | 2 | 2-3 |
| **16/32** | 2.4 Изучение первичных средств пожаротушения. | 2 | 2 | 2 |
| **17/34** | 2.5 Средства индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени. | 2 | 2 | 2-3 |
| **18/36** | **Контрольная работа** | 2 | | 3 |
| **Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность** | | **18** | **6** | |
| **19/38** | История создания Вооруженных Сил России. | 2 | | 1 |
| **20/40** | Организационная структура Вооруженных сил России. | 2 | | 2 |
| **21/42** | Воинская обязанность. Воинская дисциплина и ответственность. | 2 | | 2 |
| | **Практические занятия № 3** | **6** | **6** | **2-3** |
| **22/44** | 3.1 Способы бесконфликтного общения и саморегуляции. | 2 | 2 | 2-3 |
| **23/46** | 3.2 Способы бесконфликтного общения и саморегуляции. | 2 | 2 | 2-3 |
| **24/48** | 3.3 Порядок проведения неполной разборки и сборки автомата АК-74. | 2 | 2 | 2-3 |
| **Раздел № 4. Основы медицинских знаний.** | | **22** | **18** | |
| **25/50** | Первая помощь. Травмы и кровотечения. | 2 | | 1 |
| **26/52** | Ожоги и отравления. Первая помощь при ожогах, отморожениях, отравлениях. | 2 | | 1 |
| | **Практические занятия № 4** | **18** | **18** | **2-3** |
| **27/54** | 4.1Оновные приемы оказания первой помощи при кровотечениях. | 2 | 2 | 2-3 |
| **28/56** | 4.2Оновные приемы оказания первой помощи при кровотечениях. | 2 | 2 | 2-3 |
| **29/58** | 4.3 Основные приемы оказания первой помощи при травмах. | 2 | 2 | 2-3 |
| **30/60** | 4.4 Основные приемы оказания первой помощи при травмах. | 2 | 2 | 2-3 |
| **32/64** | 4.5 Основные приемы оказания первой помощи при отравлениях. | 2 | 2 | 2-3 |
| **32/64** | 4.6 Основные приемы оказания первой помощи | 2 | 2 | 2-3 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | при ожогах и отморожениях. | | | |
| **33/66** | 4.7 Основные приемы оказания первой помощи при электротравмах. | 2 | 2 | 2-3 |
| **34/68** | 4.8 Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания. | 2 | 2 | 2-3 |
| **35/70** | 4.9 Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания. | 2 | 2 | 2-3 |
| **36/72** | **Дифференцированный зачет** | 2 | | 3 |

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 – творческий (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

## 2.2. Характеристика основных видов деятельности обучающихся

| **Содержание обучения** | **Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)** |
|---|---|
| **Введение** | Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности.<br>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.<br>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.<br>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.<br>Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.<br>Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам.<br>Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения.<br>Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека.<br>Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья |

| | |
|---|---|
| **2. Государственная система обеспечения безопасности населения** | Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.<br>Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.<br>Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.<br>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.<br>Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.<br>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. |
| **3. Основы обороны государства и воинская обязанность** | Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России.<br>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 про- хождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы.<br>Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества.<br>Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки.<br>Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести. |
| **4. Основы медицинских знаний** | Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.<br>Характеристика основных признаков жизни.<br>Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара.<br>Определение основных средств планирования семьи. Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины. |

## 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 3.1. Материально-техническое обеспечение.

- ✓ информационно-коммуникативные средства;
- ✓ экранно-звуковые пособия;
- ✓ образцы средств индивидуальной защиты (СИЗ): противогаз ГП-7, респиратор Р-2, компас-азимут;
- ✓ образцы средств пожаротушения (СП);
- ✓ макет автомата Калашникова;
- ✓ библиотечный фонд.

### 3.2. Информационное обеспечение обучения

**Основная литература.**


1. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студ. Учреждений сред. проф. образования. — 4-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2017.
2. В.Ю. Микрюков Основы безопасности жизнедеятельности: учебник – Москва: КНОРУС, 2018.
3. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник – 9-е изд.,стер. — М. : КНОРУС, 2018.
4. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для учреждений сред. проф. образования. — М. : КНОРУС, 2016.


**Дополнительная литература**


1. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред. проф. образования. — М., 2013.
2. 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.
3. 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».
4. 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).
5. 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"».
6. 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».
7. 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.
8. 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.
9. 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.
10. 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.
11. 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.

12. 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.
13. 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.
14. 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.
15. 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.
16. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.
17. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.
18. 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.
19. 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.
20. Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.
21. 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.
22. 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.
23. 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.
24. 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).
25. Косолапова Н. В., Прокопенко И. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2013.
26. Общевойсковые уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2013.

## Интернет-ресурсы

1. www. mchs. gov. ru (сайт МЧС РФ). www. mvd. ru (сайт МВД РФ). www. mil. ru (сайт Минобороны). www. fsb. ru (сайт ФСБ РФ).
2. www. dic. academic. ru (Академик. Словари и энциклопедии). www. booksgid. com (Books Gid. Электронная библиотека).
3. 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 (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).
4. www. ru/book (Электронная библиотечная система).
5. www. pobediteli. ru (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»). www. monino. ru (Музей Военно-Воздушных Сил).
6. 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 дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.
Обучение по учебной дисциплине завершается аттестацией в форме дифференцированного зачета.

Формы и методы промежуточной аттестации и текущего контроля по учебной дисциплине разрабатываются и доводятся до сведения обучающихся не позднее двух месяцев от начала обучения.

Для промежуточной аттестации и текущего контроля создаются фонды оценочных средств (ФОС).

ФОС включают в себя педагогические контрольно-измерительные материалы, предназначенные для определения соответствия (или несоответствия) индивидуальных образовательных достижений основным показателям результатов подготовки.

Оценка результатов освоения учебной дисциплины проводится на этапе промежуточной аттестации по сумме оценок за контрольные точки.

На текущем, промежуточном и итоговом контроле:

| Разделы | Результаты освоения (освоенные умения, усвоенные знания) | УУД | Компетенции | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья. | **Уметь:**<br>- Анализировать влияния двигательной активности на здоровье человека;<br>- Определять основные формы закаливания;<br>- Анализировать влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека;<br>- Моделировать ситуации по организации безопасности дорожного движения, по применению правил сохранения и укрепления здоровья, социальные последствия пристрастия к наркотикам.<br>**Знать:**<br>- Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни;<br>- Факторы, влияющие на здоровье человека;<br>- вредные привычки и их профилактика;<br>- биологические и социальные последствия употребления алкоголя, табакокурения и потребления наркотических средств. | Личностные<br>Коммуникативные<br>Познавательные<br>Регулятивные | ОК-1-11<br>ОК-2<br>ОК-3<br>ОК-4<br>ОК-5<br>ОК-6<br>ОК-7<br>ОК-8<br>ОК-9<br>ОК-10<br>ОК-11 | Практические занятия № 1<br>Устный и письменный ответ на текущем контроле |
| Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения. | **Уметь:**<br>- Выявлять потенциально опасные ситуации при ЧС;<br>- Моделировать поведение при угрозе и возникновении ЧС;<br>- Объяснить основные правила эвакуации населения в | Личностные<br>Коммуникативные<br>Познавательные<br>Регулятивные | ОК-1<br>ОК-2<br>ОК-3<br>ОК-4<br>ОК-5 | Практические занятия № 2<br>Устный и письменный ответ на текущем |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | условиях чрезвычайных ситуаций;<br>- Оценить правильность выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС;<br>- Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.<br>**Знать:**<br>- общие понятия ЧС, классификацию ЧС природного и техногенного характера по основным признакам;<br>- характеристику основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС);<br>- основные правила эвакуации населения в условиях ЧС;<br>- правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника;<br>- возможности современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени;<br>- меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий;<br>- предназначение и функции государственных служб в области безопасности. | | ОК-6<br>ОК-7<br>ОК-8<br>ОК-9<br>ОК-10<br>ОК-11 | контроле<br>Контрольная работа |
| Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность | **Уметь:**<br>- определять организационную структуру, виды и рода ВС России;<br>- формулировать должностные и специальные обязанности военнослужащих;<br>- распределять время и повседневный порядок жизни воинской части;<br>- сопоставлять порядок и условия прохождения службы по призыву и по контракту, анализировать прохождение альтернативной гражданской службы.<br>**Знать:**<br>- основные понятия военной и национальной безопасности, основные задачи современных Вооруженных сил РФ, характеристику основных этапов создания ВС России.<br>- требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психилогическим и профессиональным качествам гражданина.<br>- характеристику понятий "воинская дисциплина" и | Личностные<br>Коммуникативные<br>Познавательные<br>Регулятивные | ОК-1<br>ОК-2<br>ОК-3<br>ОК-4<br>ОК-5<br>ОК-6<br>ОК-7<br>ОК-8<br>ОК-9<br>ОК-10<br>ОК-11 | Практические занятия № 3<br>Устный и письменный ответ на текущем контроле |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | ответственность".<br>- основы строевой подготовки.<br>- основные понятия о ритуалах ВС Российской Федерации, боевых традициях и символах воинской чести. | | | |
| Раздел 4. Основы медицинских знаний | **Уметь:**<br>- идентифицировать основные виды кровотечений, основные признаки теплового удара.<br>- оказывать первую помощь при несчастных случаях.<br>**Знать:**<br>- основные понятия о состояниях, при которых оказывается первая помощь.<br>- модели ситуаций по оказанию первой помощи. | Личностные<br>Коммуникативные<br>Познавательные<br>Регулятивные | ОК-1<br>ОК-2<br>ОК-3<br>ОК-4<br>ОК-5<br>ОК-6<br>ОК-7<br>ОК-8<br>ОК-9<br>ОК-10<br>ОК-11 | Практические занятия № 4<br>Устный и письменный ответ на текущем контроле |
| Дифференцированный зачет | | | | Тестовое задание |

ПРИМЕЧАНИЕ: Применяется критериальная система оценки по каждой контрольной точке. В качестве критериев выступает признак проявлений сформированных УУД и компетенций (умений), знаний. Сумма баллов по критериям соотносится с универсальной шкалой оценки и определяется отметка.

| **Процент результативности (правильных ответов)** | **Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений** | |
|---|---|---|
| | **Балл (отметка)** | **Вербальный аналог** |
| 90 - 100 | 5 | отлично |
| 80 - 89 | 4 | хорошо |
| 70 - 79 | 3 | удовлетворительно |
| Менее 70 | 2 | не удовлетворительно |