

Государственное бюджетное учреждение Калининградской области  
профессиональная образовательная организация  
«Технологический колледж»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
*базовый уровень*

для специальности  
43.02.13 Технология парикмахерского искусства

Советск,  
2020 год

СОГЛАСОВАНО

Заведующий по учебно-методической работе

И. А. Ивашкина Н. А. Ивашкина

27 августа 2020 года

Рабочая программа учебной дисциплины ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности, базовый уровень, разработана в соответствии:

- ФГОС среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 (в ред. Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014 N 1645, от 31.12.2015 N 1578, от 29.06.2017 N 613);
- Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований ФГОС и получаемой специальности СПО (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259);
- Примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», рекомендованной ФГАУ «ФИРО»

**Организация-разработчик:** государственное бюджетное учреждение Калининградской области профессиональная образовательная организация «Технологический колледж»

**Разработчик:**

Анисимов Валерий Валерьевич, преподаватель высшей квалификационной категории

Рассмотрена на заседании методической кафедры «Общегуманитарных и социально-экономических дисциплин», протокол № 01 27 августа 2020 года И. А. Ивашкина

Рекомендована Методическим советом государственного бюджетного учреждения Калининградской области профессиональной образовательной организацией «Технологический колледж», протокол Методического совета №01 от 28 августа 2020 года

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ, базовый уровень

## 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины (далее – программа) является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности 43.02.13 Технология парикмахерского искусства, входящей в укрупненную группу специальностей 43.00.00 Сервис и туризм.

Программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки) и профессиональной подготовке по программам подготовки специалистов среднего звена

## 1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена: дисциплина входит в общеобразовательный цикл.

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

Освоение содержания учебной дисциплины ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности, базовый уровень, 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 поведения;
- 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 результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь:**

- оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;
- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера

**знать:**

- о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- о здоровье и здоровом образе жизни;
- о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; предназначение, структуру, задачи гражданской обороны

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

максимальной учебной нагрузки обучающегося 70 часов, в том числе:  
 обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 68 часов;  
 самостоятельной работы обучающегося 2 часа.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Количество часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>70</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>68</b>
в том числе:	
практические занятия	34
контрольные работы	-
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>2</b>
в том числе:	
Индивидуальный проект	2
Внеаудиторная самостоятельная работа (систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной технической литературы по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленных преподавателем, подготовка к практическим работам с использованием методических рекомендаций преподавателя, оформление лабораторно-практических работ)	
<i>Промежуточная аттестация</i> в форме дифференцированного зачета	



2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ, базовый уровень

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел №1: «Защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях»</b>		<b>18</b>	
Введение	<b>Содержание учебного материала</b>	4	1
	1. Цели и задачи изучения дисциплины. Содержание дисциплины. Требования, предъявляемые к учащимся при изучении дисциплины. Основные понятия дисциплины Аксиома о потенциальной опасности. Иерархия ценностей по Маслоу. Современный комплекс проблем безопасности жизнедеятельности. Нормативная база ОБЖ.		
Тема 1.1. «Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения»	<b>Практические занятия</b>	14	
	1. <b>«Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера».</b> Криминогенная ситуация в стране, области и городе. Город как источник опасности. Безопасное поведение на улице. Безопасное поведение в общественных местах. Безопасное поведение в общественном и железнодорожном транспорте. Безопасное поведение в подъезде дома и в лифте. Уголовная ответственность несовершеннолетних.		
	2. <b>«Автономное существование в природных условиях».</b> Понятие автономного существования. Причины автономного существования. Автономное существование в случае аварии транспортного средства. Автономное существование в природных условиях. Ориентирование на местности.		
	3. <b>«Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера».</b> Понятия стихийного бедствия, аварии и катастрофы. Поведение при стихийных бедствиях (землетрясении, лавинах, оползнях, селях, наводнениях, обвалах, бурях, смерчах, ураганах). Поведение при техногенных авариях и катастрофах (аварии с выбросом АХОВ, радиационных авариях).		
	4. <b>«Психология поведения людей в экстремальных ситуациях».</b> Сферы психики человека. Типы темпераментов. Массовые психологические явления. Паника. Её виды и характеристика. Толпа. Правила поведения в толпе.		
Тема 1.2. «Терроризм – угроза миру!»	1. <b>«Терроризм как опасный фактор жизнедеятельности людей».</b> Понятие терроризма, история развития. Причины, цели и виды терроризма. Структуры, противоборствующие терроризму. Прогнозы развития терроризма.		

	2.	«Поведение при угрозе и совершении террористического акта». Средства терроризма. Взрывчатые вещества и взрывоопасные предметы. Правила поведения в заложниках и при проведении специальных операций.		
Тема 1.3. «Пожарная безопасность»	1.	«Понятие о процессе горения и пожаре. Огнетушащие средства и первичные средства пожаротушения». Общие сведения о горении, условия процесса горения. Понятие о пожаре. Классификация и причины пожаров. Поражающие факторы пожара и их характеристики. Последствия пожаров. Взрывоопасные объекты. Характеристика современных огнетушащих средств. Основные способы прекращения горения. Первичные средства пожаротушения: гидранты (внутренние пожарные краны), огнетушители, их виды и правила пользования.		
	2.	«Действия и правила безопасного поведения при пожарах». Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом помещении. Правила безопасного поведения при пожаре в образовательном учреждении. Правила безопасного поведения при панике во время пожара в общественном месте. Правила безопасного поведения при возгорании одежды на человеке. Правила безопасного поведения при возгорании электроприборов.		
<b>Раздел №2: «Государственная система обеспечения безопасности населения»</b>			<b>14</b>	
Тема 2.1. «Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Гражданская оборона страны и государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан».	<b>Содержание учебного материала</b>		4	1
	1.	«Предназначение и задачи РСЧС, ГО и государственных служб по охране здоровья и безопасности граждан». РСЧС. История её создания, предназначение, структура, задачи, режимы функционирования. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств РФ по защите населения и территорий от ЧС. Обязанности населения по ГО. Организация гражданской обороны в колледже. МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от ЧС. Полиция в РФ – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи.		
Тема 2.2. «Современные средства поражения и их поражающие факторы»	1.	«Ядерное оружие и его боевые свойства. Химическое оружие и его боевые свойства». Понятия ядерного оружия. Виды ядерного взрыва. Поражающие факторы ядерного взрыва. Понятие химического оружия. Отравляющие вещества. Внешние признаки применения отравляющих веществ. Классификация отравляющих веществ.	6	2



	2.	«Биологическое оружие и его боевые свойства. Современные обычные средства поражения». Понятие биологического оружия. Классификация биологических средств. Внешние признаки применения биологического оружия. Пути передачи инфекций. Способы применения биологических средств. Кассетные боеприпасы. Фугасные боеприпасы. Боеприпас объемного взрыва. Зажигательное оружие.		2
Тема 2.3. «Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения в мирное и военное время»	<b>Практические занятия</b>		4	
	1.	«Оповещение, эвакуация и инженерная защита населения в ЧС мирного и военного времени». Оповещение населения. Способы и порядок оповещения. Цель эвакуации населения. Обязанности населения по эвакуации. СЭП. ПЭП. Средства коллективной защиты населения. Убежища. Противорадиационные укрытия. Укрытия простейшего типа.		
	2.	«Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах ЧС». Понятие АСДНР. Основные виды обеспечения АСДНР. Основное содержание АСДНР. Санитарная обработка людей. Обеззараживание.		
	3.	«Средства индивидуальной защиты». Предназначение и классификация СИЗ. Классификация СИЗОД. Принцип действия противогазов. Классификация средств защиты кожи. Специальные и подручные средства защиты кожи и правила пользования ими. Медицинские средства защиты.		
	4.	«Приборы дозиметрического, радиационного и химического контроля». Назначение, устройство технические характеристики и порядок пользования ДП-5А (ДП-5В), ДП-22В, ВПХР, бытовыми дозиметрами.		
<b>Раздел №3: «Основы обороны государства и воинская обязанность»</b>			16	
Тема 3.1. Вооруженные силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества	<b>Содержание учебного материала</b>		6	1
	1.	«История создания ВС России. Функции и основные задачи современных ВС России». История создания ВС России. Предназначение, роль и место современных ВС РФ в обеспечении национальной безопасности. Комплектование ВС РФ. Основные задачи ВС РФ. Приоритетные направления военно-технического обеспечения безопасности России.		2
	2.	«Организационная структура ВС России». Понятие о виде и роде войск ВС России. Ракетные войска стратегического назначения. Сухопутные войска. Военно-Воздушные Силы. Военно-Морской Флот. Другие войска.		2
	3.	«Боевые традиции и символы воинской чести ВС России». Патриотизм и верность воинскому долгу. Дни воинской славы России. Боевое знамя воинской части. Ордена России.		2

Тема 3.2. «Воинская обязанность»	1.	«Основные понятия о воинской обязанности граждан». Понятие воинской обязанности. Структура воинской обязанности. Организация воинского учета и его предназначение. Обязанности граждан по воинскому учету. Обязательная и добровольная подготовки к военной службе.	4	2
<b>Практические занятия</b>			<b>6</b>	
Тема 3.3. «Особенности военной службы»	1.	«Правовые основы военной службы». Конституция РФ. Федеральные законы Российской Федерации «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе». Общевоинские уставы ВС РФ.		
	2.	«Военная служба по призыву и по контракту». Призыв на военную службу. Освобождение от призыва. Отсрочки от призыва. Прохождение военной службы по призыву. Особенности военной службы по контракту. Условия заключения контракта		
Тема 3.4. «Военнослужащий – защитник своего Отечества»	1.	«Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина». Общие требования воинской деятельности. Морально-психологические требования. Требования, предъявляемые к физической подготовке военнослужащих. Права и ответственность военнослужащих.		
	2.	«Как стать офицером Российских Вооруженных Сил». Порядок подготовки и поступления в военные учебные заведения РФ. Профессиональный отбор. Организация учебного процесса в военных образовательных учреждениях РФ		
<b>Раздел №4: «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»</b>			<b>18</b>	
<b>Содержание учебного материала</b>			<b>8</b>	<b>1</b>
Тема 4.1. «Основные составляющие здорового образа жизни»	1.	«Здоровье и здоровый образ жизни». Общие понятия о здоровье. Статистика здоровья населения России. Факторы, влияющие на здоровье. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья. Составляющие здорового образа жизни. Здоровье индивидуальное и общественное.		
	2.	«Нравственность и здоровье. Семья в современном обществе». Понятие семьи. Функции семьи. Брак и семья. Семья и религия. Законодательство и семья.		
<b>Практические занятия</b>			<b>10</b>	
	3.	«Личная гигиена и двигательная активность». Значение и основные правила личной гигиены. Гигиена кожи, ротовой полости, сна, волос, одежды, обуви. Понятие двигательной активности. Её значение для организма человека. Гиподинамия и её последствия. Понятие физической культуры и спорта.		

	4.	«Режим дня и питание человека». Режим учёбы и отдыха. Его компоненты. Биологические ритмы жизнедеятельности человека. Питание. Рациональное питание. Сбалансированное питание. Энергетическая ценность продуктов питания		
	5.	«Экспресс – диагностические методы оценки здоровья». Формулы для определения веса. Антропометрические пробы. Функциональные пробы для определения состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем		
Тема 4.2. «Вредные привычки и их профилактика»	1.	«Влияние алкоголя и курения на здоровье человека. Их профилактика». Алкоголь. Его влияние на организм и социальные последствия употребления. Курение и его влияние на состояние здоровья. Пассивное курение.		
	2.	«Наркомания и токсикомания. СПИД» Общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.		
Тема 4.3. «Основы медицинских знаний»	1.	«Основные инфекционные болезни». Классификация, причины и профилактика инфекционных заболеваний. СПИД. Статистика, причины и профилактика заболевания.		
	2.	«Первая медицинская помощь при ранениях и травмах». Понятие раны. Виды ран. Асептика и антисептика. Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений. Обработка ран. Классификация травм. Помощь при ушибах, вывихах, переломах.		
	3.	«Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте и остановке сердца». Понятие острой сердечной недостаточности. Прекардиальный удар, непрямой массаж сердца, искусственная вентиляция легких. Обморок. Инсульт. Виды и признаки инсульта. Первая помощь при инсульте.		
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Индивидуальный проект Поиск в интернете и анализ информации о вредных привычках, оказывающих негативное воздействие на организм человека. Формулирование ответов на вопросы: Что означает понятие «Сбалансированное питание»-Каково влияние сквернословия на организм человека? Составление алгоритма действий по оказанию первой помощи при алкогольном отравлении - Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленных преподавателем).			2	
<b>Дифференцированный зачет</b>			2	
<b>Всего:</b>			<b>70</b>	



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета Безопасности жизнедеятельности.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- учебная литература;
- комплект плакатов «Природные и техногенные ЧС»;
- комплект плакатов «Терроризм – угроза миру!»;
- комплект плакатов «Огневая подготовка»;
- комплект плакатов «Первая медицинская помощь»;
- комплект плакатов «Ордена и медали России»;
- комплект плакатов «Полководцы Великой Отечественной войны»;
- комплект плакатов «Вооруженные Силы Российской Федерации»;
- образцы средств индивидуальной защиты органов дыхания, кожи и медицинских средств защиты;
- приборы радиационной и химической разведки и дозиметрического контроля;
- макеты массо-габаритные автоматов Калашникова;
- комплект плакатов «Боевые традиции и символы воинской чести»;
- комплект планшетов «Первая медицинская помощь в ЧС»;
- комплект планшетов «Гражданская оборона»;
- комплект планшетов «Состав Вооруженных Сил России»;
- комплект Уставов Вооруженных Сил Российской Федерации»;
- прибор для определения уровня освещенности в помещении;
- прибор для определения уровня электромагнитного излучения
- индивидуальный противохимический пакет

#### **Оборудование и техническое оснащение рабочих мест:**

- типовое оборудование (столы, стулья, доска классная)
- компьютеры, принтер, сканер, проектор
- лицензионное программное обеспечение общего и профессионального назначения,
- комплект учебно-методической документации
- автоматизированное рабочее место преподавателя
- автоматизированные рабочие места учащихся
- методические пособия
- доска маркерная

#### **3.2 Интерактивные и активные методы обучения**

##### **3.2.1 Основные интерактивные методы:**

- круглый стол (дискуссия, дебаты);
- мозговой штурм;
- деловые и ролевые игры;
- анализ конкретных ситуаций;
- мастер класс.

##### **3.2.2 Основные активные методы:**

- презентации;
- дидактические игры.

#### **3.3. Информационное обеспечение обучения**

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

### Основные источники:

1. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник / Н. В. Косолапова. - М: Академия, 2016.
2. Микрюков В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + Приложение : учебник / В.Ю. Микрюков. — М. : КноРус, 2018. — 290 с.

### Дополнительные источники:

Федеральные законы РФ «О статусе военнослужащего», «О военной обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О противодействии терроризму»;  
Большой энциклопедический словарь;  
Конституция Российской Федерации (действующая редакция);  
Семейный кодекс Российской Федерации (действующая редакция);  
Уголовный кодекс Российской Федерации (действующая редакция).

### Интернет-ресурсы:

1. [http://www.edu-all.ru/pages/links/all\\_links.asp?page=1&razdel=9](http://www.edu-all.ru/pages/links/all_links.asp?page=1&razdel=9) Методические пособия, статьи для обучения в сферах безопасности, здоровья, БЖД, ОБЖ, ПДД, ЗОЖ, педагогики, методики преподавания
2. <http://majesticarticles.ru/naykaiobrazovanie/obrazovanie/pred/bz/66416/> Энциклопедия статей по безопасности жизнедеятельности в России.
3. <http://www.mchs.gov.ru.spasinfo@gmail.com> Электронная версия газеты «Спасатель МЧС».
4. <http://www.stopgaseta.ru> Электронная версия газеты «Стоп - газета».
5. <http://pedsovet.org/forum/index.php?showtopic> Основы безопасности жизнедеятельности. Методика и опыт.
6. <http://megabook.ucoz.ru/> Электронная библиотека Мегабук.
7. <http://ele74197079.narod.ru> – ОБЖ и охрана труда: материалы для самостоятельной работы.
8. <http://www.kbzhd.ru> - культура безопасности жизнедеятельности.
9. Базовая коллекция ЭБС BOOK.ru

### АУДИОВИЗУАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА:

1. Видеофильм «Оказание доврачебной помощи»
2. Видеофильм «Борьба с пожаром»
3. Видеофильм «Расследование несчастных случаев на предприятии»
4. Видеофильм «Защита населения в случае техногенной аварии»
5. Видеофильм «Чрезвычайные ситуации природного характера»
6. Видеофильм «Синдром приобретенного иммунодефицита»
7. Видеофильм «Виды Вооруженных Сил России»
8. Видеофильм «Стрелковое оружие ВС России»
9. Видеофильм «Терроризм – угроза миру!»
10. Видеопрезентации к учебным занятиям по теме «ЧС мирного и военного времени»
11. Видеопрезентации к учебным занятиям по разделу «Основы обороны государства и воинская обязанность»;
12. Видеопрезентации к учебным занятиям по разделу «Защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях»;
13. Видеопрезентации к учебным занятиям по разделу «Государственная система обеспечения безопасности населения»;
14. Видеопрезентации к учебным занятиям по разделу «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
<b>Умения:</b>	
оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях;	текущий контроль на аудиторных занятиях: - устный опрос; тестирование на практических занятиях - защита работ; текущий контроль на внеаудиторной самостоятельной работе
использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;	текущий контроль на аудиторных занятиях: - устный опрос; тестирование на практических занятиях - защита работ; текущий контроль на внеаудиторной самостоятельной работе на внеаудиторной самостоятельной работе
оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;	текущий контроль на аудиторных занятиях: - устный опрос; тестирование на практических занятиях - защита работ; текущий контроль на внеаудиторной самостоятельной работе на внеаудиторной самостоятельной работе
владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	текущий контроль на аудиторных занятиях: - устный опрос; тестирование на практических занятиях - защита работ; текущий контроль на внеаудиторной самостоятельной работе на внеаудиторной самостоятельной работе
<b>Знания:</b>	
о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;	Промежуточный контроль на дифференцированном зачете
о здоровье и здоровом образе жизни;	Промежуточный контроль на дифференцированном зачете
о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;	Промежуточный контроль на дифференцированном зачете
предназначение, структура, задачи гражданской обороны	Промежуточный контроль на дифференцированном зачете