

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

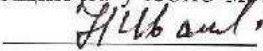
ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

для специальности
43.02.15 Поварское и кондитерское дело

Советск,
2020 год

СОГЛАСОВАНО

Заведующий по учебно-методической работе

 Н. А. Ивашкина
27 августа 2020 года

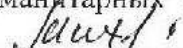
Рабочая программа учебной дисциплины ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности разработана в соответствии:

- 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 

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

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 43.02.15 Поварское и кондитерское дело, 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 «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 выработать 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
Максимальная учебная нагрузка (всего)	70
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	68
в том числе:	
практические занятия	34
контрольные работы	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	2
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)	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

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

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
Раздел №1: «Защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях»		18	
Введение	<p align="center">Содержание учебного материала</p> <p>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.</p>	4	1
Тема 1.1. «Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения»	Практические занятия		14
	1.	<u>«Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера».</u> 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.	<u>«Автономное существование в природных условиях».</u> Понятие автономного существования. Причины автономного существования. Автономное существование в случае аварии транспортного средства. Автономное существование в природных условиях. Ориентирование на местности.	
	3.	<u>«Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера».</u> 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.	<u>«Психология поведения людей в экстремальных ситуациях».</u> 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. <u>«Терроризм как опасный фактор жизнедеятельности людей».</u> 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.		
Раздел №2: «Государственная система обеспечения безопасности населения»			14	
Тема 2.1. «Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Гражданская оборона страны и государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан».	Содержание учебного материала		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». Понятие 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.	<u>«Биологическое оружие и его боевые свойства. Современные обычные средства поражения».</u> 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»	Практические занятия		4	
	1.	<u>«Оповещение, эвакуация и инженерная защита населения в ЧС мирного и военного времени».</u> 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.	<u>«Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах ЧС».</u> Понятие АСДНР. Основные виды обеспечения АСДНР. Основное содержание АСДНР. Санитарная обработка людей. Обеззараживание.		
	3.	<u>«Средства индивидуальной защиты».</u> 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.	<u>«Приборы дозиметрического, радиационного и химического контроля».</u> Назначение, устройство технические характеристики и порядок пользования ДП-5А (ДП-5В), ДП-22В, ВПХР, бытовыми дозиметрами.		
Раздел №3: «Основы обороны государства и воинская обязанность»			16	
Тема 3.1. Вооруженные силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества	Содержание учебного материала		6	1
	1.	<u>«История создания ВС России. Функции и основные задачи современных ВС России».</u> 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.	<u>«Организационная структура ВС России».</u> Понятие о виде и роде войск ВС России. Ракетные войска стратегического назначения. Сухопутные войска. Военно-Воздушные Силы. Военно-Морской Флот. Другие войска.		2
	3.	<u>«Боевые традиции и символы воинской чести ВС России».</u> Патриотизм и верность воинскому долгу. Дни воинской славы России. Боевое знамя воинской части. Ордена России.		2

Тема 3.2. «Воинская обязанность»	1.	« <u>Основные понятия о воинской обязанности граждан</u> ». 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
Тема 3.3. «Особенности военной службы»	Практические занятия		6	
	1.	« <u>Правовые основы военной службы</u> ». Конституция РФ. Федеральные законы Российской Федерации «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе». Общевоинские уставы ВС РФ.		
	2.	« <u>Военная служба по призыву и по контракту</u> ». 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.	« <u>Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина</u> ». Общие требования воинской деятельности. Морально-психологические требования. Требования, предъявляемые к физической подготовке военнослужащих. Права и ответственность военнослужащих.		
	2.	« <u>Как стать офицером Российских Вооруженных Сил</u> ». Порядок подготовки и поступления в военные учебные заведения РФ. Профессиональный отбор. Организация учебного процесса в военных образовательных учреждениях РФ		
Раздел №4: «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»			18	
Тема 4.1. «Основные составляющие здорового образа жизни»	Содержание учебного материала		8	1
	1.	« <u>Здоровье и здоровый образ жизни</u> ». 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.	« <u>Нравственность и здоровье. Семья в современном обществе</u> ». Понятие семьи. Функции семьи. Брак и семья. Семья и религия. Законодательство и семья.		
	Практические занятия		10	
	3.	« <u>Личная гигиена и двигательная активность</u> ». 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.	<u>«Режим дня и питание человека».</u> Режим учёбы и отдыха. Его компоненты. Биологические ритмы жизнедеятельности человека. Питание. Рациональное питание. Сбалансированное питание. Энергетическая ценность продуктов питания		
	5.	<u>«Экспресс – диагностические методы оценки здоровья».</u> 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.	<u>«Влияние алкоголя и курения на здоровье человека. Их профилактика».</u> Алкоголь. Его влияние на организм и социальные последствия употребления. Курение и его влияние на состояние здоровья. Пассивное курение.		
	2.	<u>«Наркомания и токсикомания. СПИД»</u> Общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.		
Тема 4.3. «Основы медицинских знаний»	1.	<u>«Основные инфекционные болезни».</u> Классификация, причины и профилактика инфекционных заболеваний. СПИД. Статистика, причины и профилактика заболевания.		
	2.	<u>«Первая медицинская помощь при ранениях и травмах».</u> Понятие раны. Виды ран. Асептика и антисептика. Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений. Обработка ран. Классификация травм. Помощь при ушибах, вывихах, переломах.		
	3.	<u>«Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте и остановке сердца».</u> Понятие острой сердечной недостаточности. Прекардиальный удар, непрямой массаж сердца, искусственная вентиляция легких. Обморок. Инсульт. Виды и признаки инсульта. Первая помощь при инсульте.		
Самостоятельная работа обучающихся 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	
Дифференцированный зачет			2	
Всего:			70	

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 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 ВООК.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
Умения:	
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
Знания:	
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