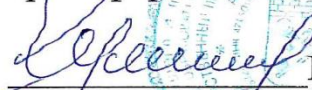


Автономное образовательное учреждение высшего образования
Ленинградской области
«Государственный институт экономики, финансов, права и технологий»

Утверждаю

Проректор по образовательной
деятельности и цифровой
трансформации



В.Н. Чумаков

«20» ноября 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

БД.08 Основы безопасности жизнедеятельности

для специальности среднего профессионального образования
43.02.17 Технологии индустрии красоты

Гатчина

2023г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	3
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	18

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы безопасности жизнедеятельности

1.1.Область применения учебной программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 43.02.17 Технологии индустрии красоты

1.2Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Учебная дисциплина Основы безопасности жизнедеятельности является обязательной частью общеобразовательной подготовки специалистов среднего звена (ОПССЗ) в разделе общеобразовательных учебных дисциплин (далее - БД.08) в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС) среднего профессионального образования (СПО) по специальности 43.02.17 Технологии индустрии красоты

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

Рабочая программа дисциплины БД.08Основы безопасности жизнедеятельности ориентирована на достижение следующих целей:

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни; государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;

- воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества;

- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;

- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

- подготовка студентов к успешным действиям по обеспечению безопасности личности, общества, государства.

Общими задачами выступают:

- формирование у студентов научных представлений о принципах и путях снижения фактора риска в деятельности человека и общества;

-выработка умений и навыков в предвидении различных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера по наиболее характерным признакам их возникновения, а также навыков безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

-создание условий для формирования убеждения в необходимости осознанного соблюдения правил безопасного поведения в повседневной жизни в условиях чрезвычайной ситуации;

-формирование привычки вести здоровый образ жизни и выработка навыков оказания первой медицинской помощи при неотложных ситуациях;

-воспитание убежденности в необходимости целенаправленной подготовки к выполнению конституционного долга гражданина Российской Федерации по защите Отечества.

В результате освоения учебной дисциплины студент должен уметь:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

- владеть навыками в области гражданской обороны;

- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне студент должен знать:

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

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;

- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;

- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;

- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;

- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;

- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;

- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;

- предназначение, структуру и задачи РСЧС;

- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.

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 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;

1.4Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки студентов 68часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки 68 часов;

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1.Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка	68
Обязательная аудиторная учебная нагрузка	68
в том числе:	
лекции	68
практические занятия	
Самостоятельная работа обучающихся	
Промежуточная аттестация в форме зачета в 2семестре	в форме дифференцированного

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины БД.08 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, контрольные работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел I	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	16	
Тема 1 Меры безопасности в повседневной жизни	1. Меры безопасности на улице и в транспорте.	2	3
	2. Меры безопасности в домашних условиях.	2	3
	3. Пожарная безопасность.	2	3
	4. Меры безопасности при пользовании газовыми приборами.	2	3
	5. Электробезопасность.	2	3
	6. Меры безопасности на воде.	2	3
	7. Уголовная ответственность несовершеннолетних.	2	2
	Практическое занятие		
	8. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях.	2	3
	Проверочная работа		
Раздел II	Гражданская оборона – составная часть системы обороноспособности страны	32	
Тема 2 Гражданская оборона и защита при чрезвычайных ситуациях военного характера	1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.	2	1
	2. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.	2	1
	3. Оружие массового поражения и их поражающие факторы.	2	2
	4. Правила поведения и действия людей в зонах радиоактивного, химического заражения и в очаге биологического поражения.	2	2
	5. Обычные средства поражения и защита от них.	2	1
	6. Средства защиты населения от оружия массового поражения.	2	2
	Проверочная работа		

1	2	3	4
Тема 3 Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке	1. Эпидемии. 2. Общественные беспорядки. 3. Захват заложников. 4. Обнаружение подозрительных предметов, террористический акт.	2 2 2 2	3 3 3 3
	Самостоятельная работа обучающихся:		
	1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. 2. Меры безопасности при обращении с природой и с животными. 3. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. 4. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера 5. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности. 6. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.		
	Проверочная работа		
Тема 4 Защита населения и территорий при чрезвычайных ситуациях в мирное время	1. Землетрясения и извержения вулканов. Ураганы, бури, смерчи, грозы. 2. Снежные заносы, сход лавин, метель, вьюга. 3. Лесные, степные и торфяные пожары. 4. Аварии на транспорте. 5. Аварии (катастрофы) на пожароопасных и взрывоопасных объектах. 6. Аварии (катастрофы) на химически опасных и радиационно-опасных объектах.	2 2 2 2 2 2	2 2 2 2 2 2
	Самостоятельная работа обучающихся:		
	1. Сели и оползни. 2. Наводнения. 3. Гидродинамические опасные объекты. 4. Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке.		

1	2	3	4
	Проверочная работа		
Раздел III	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	20	
Тема 5 Основы здорового образа жизни	1. Здоровый образ жизни и его составляющие. 2. Правила личной гигиены и здоровья. 3. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. 4. СПИД и его профилактика.	2 2 1 1	2 2 2 2
	Проверочная работа		
Тема 6 Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи	1. Ушибы, переломы, вывихи, растяжения связок, синдром длительного сдавливания. 2. Первая помощь при ранениях. 3. Ожоги. 4. Поражение электрическим током. 5. Утопление. 6. Перегревание, переохлаждение организма, обморожение и общее замерзание. 7. Отравление. 8. Клиническая смерть.	2 2 2 2 2 2 1 1	1 1 1 1 1 1 1 1
	Самостоятельная работа обучающихся:		1
	1. Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности. 2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. 3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. 4. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. 5. Инфекции передаваемые половым путём.		

1	2	3	4
	Промежуточная аттестация - Дифференцированный зачет		
Обязательная аудиторная учебная нагрузка, в т. ч.:		68	
лекции		68	

Контроль осуществляется на основе выделения трех уровней, последний из которых соответствует уровню сформированности предметных компетенций обучающихся.

Первый (1) уровень соответствует знаниям-знакомствам. На этом уровне студенты должны среди нескольких явлений, понятий и т.д. правильно найти то понятие, которое им предъявлено для узнавания.

Второй (2) уровень - студенты самостоятельно должны воспроизвести определение, характеризующее это понятие и уметь использовать его при выполнении упражнений в стандартных ситуациях.

Третий (3) уровень - студенты не только знают понятие, но и умеют использовать его при выполнении упражнений в нестандартных ситуациях.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация дисциплины требует наличия учебного кабинета безопасности жизнедеятельности.

Оборудование учебного кабинета безопасности жизнедеятельности и охраны труда:

Эргономическое обеспечения кабинета

№ п/п	Наименование	Кол-во
1.	Стол преподавателя	1
2.	Стул	1
3.	Ученический комплект 2-х местный (стол 1300х80 + 2 стула)	16
4.	Доска аудиторная	1
5.	Жалюзи (ткань)	-
6.	Стеллаж для наглядных пособий	-
7.	Шкаф для учебно-методической литературы	2
8.	Перекидная многорамочная демосистема настенная А1	1
9.	Перекидная многорамочная демосистема настенная А2	2
10.	Перекидная многорамочная демосистема настенная А3	2
11.	Перекидная многорамочная демосистема настольная А4	1
12.	Настенная карта Россия и сопредельные государства, на магнитной основе	1
13.	Настенная карта Мир, на магнитной основе	1
14.	Доска информационная, на пробковой основе	2

Материально-техническое обеспечение кабинета

№ п/п	Наименование	Количество
I	Учебный кабинет:	
1	Компьютер преподавателя (системный блок, клавиатура, мышь, ИБП) на столе	1
2	Монитор LED	1
3	Мультимедийный проектор	1
4	Комплект подводящего кабельного оборудования к проектору	1
5	Комплект акустической системы, в т.ч. звуковая карта	1
6	Экран настенный для мультимедийного проектора	-
7	Принтер лазерный, монохромный	1

8	Сканер	1
10	Комплект программного оборудования для интерактивного лазерного тира	1
11	Доска учебная	1
12	Комплект чертёжных инструментов для работы у доски	-

Наглядные средства обучения и оборудование

№ п/п	Наименование	Количество
I	Учебный кабинет:	
1.	Плакаты "Ордена и медали России"	1к-т
2.	Плакаты "Ракеты и артиллерия"	1к-т
3.	Плакаты "Средства противовоздушной обороны"	1к-т
4.	Плакаты "Стрелковое оружие, гранатометы, огнеметы"	1к-т
5.	Плакаты Арсенал России (29,5х21 см)	1к-т
6.	Плакаты Великая Победа (10 шт, 590х420 мм)	1к-т
7.	Плакаты Великие полководцы и флотоводцы России(10 шт, 59х42 см)	1к-т
8.	Плакаты Воинские ритуалы (10 пл. 30х41 см)	1к-т
9.	Плакаты Государственные и Военные символы Р.Ф, (10 шт. 300х410 мм)	1к-т
10.	Плакаты Маршалы великой победы (14шт, А3)	1к-т
11.	Плакаты На службе Отечеству 590х420 мм 10шт	1к-т
12.	Плакаты Огневая подготовка 590х420 мм 10шт	1к-т
13.	Плакаты "Действия при пожаре" (А3)	1к-т
14.	Плакаты "Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС" (70х100 см, 10 пл.)	1к-т
15.	Плакаты "Защита населения в ЧС мирного и военного времени"	1к-т
16.	Плакаты "Правила поведения в ЧС техногенного характера" (комплект 6 пл.)	1к-т
17.	Плакаты "Правила поведения при вынужденном автономном существовании в природной среде" (12 шт.)	1к-т
18.	Плакаты "Уголок гражданской обороны" (комплект 10 пл., 30х41 см)	1к-т
19.	Плакаты Аварийно-спасательные неотложные работы 300х410 мм 10шт	1к-т
20.	Плакаты Действия населения при стихийных бедствиях 300х410 мм 10шт	1к-т
21.	Плакаты Действия при авариях и катастрофах техногенного характера 300х410 мм	1к-т

22.	Плакаты Заземление и защитные меры электробезопасности	1к-т
23.	Плакаты Правила поведения в аварийных ситуациях на транспорте 700x1000 мм 8шт	1к-т
24.	Плакаты Правила поведения в ЧС природного характера 700x1000 мм 5шт.	1к-т
25.	Плакаты Средства защиты органов дыхания 300x410 мм 10 шт.	1к-т
26.	Плакаты Терроризм - угроза обществу 300x410 мм 10 шт.	1к-т
27.	Плакаты Умей действовать при пожаре 300x400 10 шт.	1к-т
28.	Таблицы демонстрационные "Гигиена"	1к-т
29.	Таблицы демонстрационные "Основы безопасности жизнедеятельности" средняя школа	1к-т
30.	Таблицы демонстрационные "Поведение в криминогенных ситуациях"	1к-т
31.	Таблицы демонстрационные "Правила оказания первой медицинской помощи"	1к-т
32.	Таблицы демонстрационные "Терроризм"	1к-т
33.	Таблицы демонстрационные "Пожарная безопасность"	1к-т
34.	Таблицы демонстрационные "Факторы, разрушающие здоровье человека"	1к-т
35.	Таблицы демонстрационные Здоровый образ жизни	1к-т
36.	DVD ВИЧ. Знать, чтобы жить	1 шт
37.	DVD ОБЖ. Алкоголь. Признать виновным	1 шт
38.	DVD ОБЖ. Основы противопожарной безопасности	1 шт
39.	DVD ОБЖ. Травматизм. Оказание первой помощи	1 шт
40.	DVD ОБЖ. Улица полна неожиданностей	1 шт
41.	DVD ОБЖ. Чрезвычайные ситуации	1 шт
42.	DVD Право на жизнь (Профилактика наркомании)	1 шт
43.	Плакат Автомат 5,45 мм АК-74М 100x70см	1к-т
44.	Плакат Пистолет ПМ 100x70см	1к-т
45.	Плакат Приемы и правила стрельбы из пистолета ПМ	1к-т
46.	Плакат Требования безопасности при стрельбе из стрелкового оружия	1к-т

47.	Стенд Уголок Гражданской защиты 1400x1000 см	1 шт
48.	Плакаты "Твои Герои, Россия" (18 плакатов 30x41 см)	1 к-т
49.	Таблицы демонстрационные "Символы воинской чести"	1 к-т
50.	Таблицы демонстрационные "Оружие России"	1 к-т
51.	Стенд Государственные символы Российской Федерации	1 шт
52.	USB Камера для Лазерного Стрелкового Тренажера	1 шт
53.	Пневматический пистолет МР-654К Макаров	1 шт
54.	Лазерная винтовка МР 512	1 шт
55.	Макет массо-габаритный автомата АК74 УС	1 шт
56.	Комплект программ: Интерактивный Стрелковый Тренажер "Профессионал" + Конструктор Стрелковых Упражнений "Профессионал"	1 к-т
57.	Лазерная Насадка (Красный луч)	1 шт
58.	Цилиндр - переходник на АК-74	1 шт
59.	Шток диаметром 4,5 мм для лазерной насадки	1 шт

Индивидуальные средства медицинской защиты

- аптечка АИ;
- пакеты перевязочные ППИ;
- пакеты противохимические индивидуальные ИПИ-11;
- сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой медицинской помощи;
- перевязочные средства: лейкопластыри, бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 7м x14см, 5м x 10см; вата медицинская компрессная; косынка медицинская (перевязочная);
- медицинские предметы расходные: шина проволочная (лестничная) для ног; шина проволочная (лестничная) для рук;
- врачебные предметы: жгут кровоостанавливающий эластичный; манекен – тренажер для реанимационных мероприятий;
- санитарно-хозяйственное имущество инвентарное: носилки санитарные; знак нарукавный Красного Креста; флаг Красного Креста;
- средства индивидуальной защиты, общевоинской противогаз, общевоинской защитный комплект;
- респиратор;
- приборы: радиационной разведки, химической разведки, бытовой дозиметр;
- макет простейшего укрытия в разрезе или в электронном формате;
- макет убежища в разрезе или в электронном формате.

3.2. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет - ресурсов, дополнительной литературы

Основная литература

Основы безопасности жизнедеятельности: учебник / Микрюков В.Ю. — Москва :КноРус, 2020. — 290 с. — (СПО).

<https://www.book.ru/book/932127>

Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учеб. для общеобразоват. организаций: базовый и профил.уровни/ А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников; под редакцией А.Т.Смирнова. - 7-е изд., перераб. - М., 2020.

Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учеб. для общеобразоват. организаций: базовый и профил.уровни/ А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников; под редакцией А.Т.Смирнова. - 7-е изд., перераб. - М., 2020.

Основы безопасности жизнедеятельности:11 кл.: учеб. для общеобразовательных учреждений.Фролов М.П., Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. -2-е изд., испр. И доп.- М.: АСТ: Астрель, 2020.

Основы безопасности жизнедеятельности:10 кл.: учеб. для общеобразовательных учреждений.Фролов М.П., Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. -2-е изд., испр. И доп. - М.: АСТ: Астрель, 2020.

Интернет-ресурсы

1. <https://www.book.ru/book/932127>**Основы безопасности жизнедеятельности:** учебник / Микрюков В.Ю. — Москва :КноРус, 2020. — 290 с. — (СПО).

Дополнительная литература, нормативно-правовые документы

1. Конституция Российской Федерации.
2. Гражданский кодекс Российской Федерации.
3. Уголовный кодекс Российской Федерации.
4. Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. №68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
5. Федеральный закон от 31 мая 1996 г. № 61-ФЗ «Об обороне».
6. Федеральный закон от 28 марта 1998 г. № 53-ФЗ «О статусе военнослужащих».

- 7.Федеральный закон от 25 июля 2002 г. № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе».
- 8.Федеральный закон от 10 января 2002 г. №7-ФЗ «Об охране окружающей среды».
- 9.Постановление Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2003 г. № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций».
- 10.Большая Энциклопедия России. Все ордена и медали России / Интерактивная энциклопедия, 2008.
- 11.Общевойсковые уставы вооруженных Сил Российской Федерации (действующая редакция).

4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения студентами индивидуальных заданий, подготовки и защиты рефератов, самостоятельной работы, представленных в комплекте фондов оценочных средств.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
<p>знать</p> <ul style="list-style-type: none"> - основы здорового образа жизни и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье, вредные привычки и их профилактику; 	<p>письменная контрольная работа;</p>
<ul style="list-style-type: none"> - потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; 	<p>устная защита реферата, устный опрос;</p>
<ul style="list-style-type: none"> - основы безопасной жизнедеятельности в опасных и чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного происхождения; 	<p>письменная самостоятельная работа;</p>
<ul style="list-style-type: none"> - основные задачи РСЧС и гражданской обороны; - основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности населения и порядок взаимодействия населения с этими службами; 	<p>письменная самостоятельная работа;</p>
<p>уметь и применять в практической деятельности и повседневной жизни</p>	<p>письменный опрос;</p>
<ul style="list-style-type: none"> - правильно действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания; 	<p>визуальный контроль практических действий; устный опрос;</p>
<ul style="list-style-type: none"> - соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему; 	<p>визуальный контроль практических действий;</p>
<ul style="list-style-type: none"> - выполнять правила дорожного движения (в части правил, касающейся пешехода, велосипедиста, водителя мопеда); 	<p>письменная самостоятельная работа; устный опрос;</p>
<ul style="list-style-type: none"> - правильно пользоваться бытовыми приборами и инструментами, бытовыми приборами контроля качества окружающей среды и продуктов питания; 	<p>устный опрос, визуальный контроль практических действий; устный опрос;</p>
<ul style="list-style-type: none"> - соблюдать меры предосторожности и правила поведения пассажиров в общественном транспорте; 	<p>письменная контрольная работа;</p>
<ul style="list-style-type: none"> - соблюдать меры предосторожности и правила поведения в криминогенной ситуации и в местах большого скопления людей, применять элементарные способы самозащиты в конкретной ситуации криминогенного характера; 	<p>письменный опрос; визуальный контроль практических действий;</p>

1	2
- проявлять бдительность и правильно действовать в случае угрозы террористического акта;	визуальный контроль практических действий;
- правильно пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, индивидуальной медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;	визуальный контроль практических действий; письменная самостоятельная работа,
- оказывать первую медицинскую помощь в неотложных случаях;	визуальный контроль практических действий;
- ориентироваться на местности, подавать сигналы бедствия, добывать огонь, воду и пищу, строить укрытие (жилище) в случае вынужденного (автономного) пребывания в природной среде;	устная защита рефератов; устный опрос, визуальный контроль практических действий;
- правильно действовать в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного происхождения;	визуальный контроль практических действий
- правильно действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей, ценностей и продуктов питания в случае эвакуации населения;	визуальный контроль практических действий письменный опрос.
- обращаться за помощью в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.	визуальный контроль практических действий письменный опрос