

БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ОРЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
«ОРЛОВСКИЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности

Профессия 43.01.09 Повар, кондитер

Квалификация: повар, кондитер

Форма обучения - очная

Нормативный срок обучения - 3 года 10 месяцев

Орёл, 2021

Рабочая программа учебной дисциплины ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности разработана на основе примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины, рекомендованной ФИРО для профессиональных образовательных организаций, реализующих программы среднего профессионального образования по профессии 43.01.09 Повар, кондитер.

Разработчик: Тюрюканов Виктор Валентинович, преподаватель-организатор ОБЖ

Рабочая программа обсуждена на заседании ПЦК дисциплин общеобразовательного цикла

Протокол № 1 от «30» августа 2021 г.

Председатель ПЦК  Н. В. Кузнецова

Рабочая программа утверждена на заседании НМС БПОУ ОО «Орловский технологический техникум»

Протокол № 1 от «30» августа 2021 г.

Председатель НМС  В. С. Дудинова

## СОДЕРЖАНИЕ

	<b>стр.</b>
<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>17</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>19</b>

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности.

## 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины общеобразовательного цикла «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе примерной программы дисциплины, рекомендованной ФИРО, программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы, разработанной в соответствии с ФГОС СПО по подготовке профессии: 43.01.09 Повар, кондитер

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

Дисциплина входит в общеобразовательный цикл.

## 1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам 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;

### • мета предметных:

- 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 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:**

- сформировать представление 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;

- сформировать представление о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформировать представление 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.

#### **1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:**

Объём образовательной программы – 72 часа.

Учебная нагрузка обучающихся — 72 часа.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Количество часов</b>
<b>Объём образовательной программы</b>	<b>72</b>
<b>Учебная нагрузка обучающихся, в том числе:</b>	<b>72</b>
практические занятия	28
<b>Дифференцированный зачет</b>	

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов	Содержание учебного материала.	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
	<b>Введение.</b>	2	
<b>Тема 1.</b>	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи. Основные теоретические положения дисциплины: по основам личной безопасности и государственной системы обеспечения безопасности, защиты населения и территорий в условиях ЧС мирного и военного времени.	1	1
<b>Тема 2.</b>	Необходимость формирования безопасного мышления и поведения в организации здорового образа жизни человека, в умении оказания первой помощи пострадавшим.	1	1
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>17</b>	
<b>Тема 1.1.</b>	Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни, как способ сохранения здоровья человека. Факторы, способствующие укреплению здоровья.	2	1
<b>Тема 1.2.</b>	Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Моделирование режима дня, труда и отдыха.	1	
<b>Тема 1.3.</b>	<b>Практические занятия.</b> 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	2	

	работоспособности.		
<b>Тема 1.4.</b>	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.	1	
<b>Тема 1.5.</b>	Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	1	
<b>Тема 1.6.</b>	Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье.	1	
<b>Тема 1.7.</b>	<b>Практические занятия.</b> Рациональное питание и его значение для здоровья. Правила личной гигиены и здоровье человека.	1	
<b>Тема 1.8.</b>	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе.	1	
<b>Тема 1.9.</b>	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».	1	
<b>Тема 1.10.</b>	Основные источники загрязнения окружающей среды. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Техно сфера как источник негативных факторов.	1	
<b>Тема 1.11.</b>	<b>Практические занятия.</b> Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	2	



<b>Тема 1.12.</b>	<b>Практические занятия.</b> Отработка умений применения способов бесконфликтного общения. Саморегуляции в повседневной деятельности.	2	
<b>Тема 1.13.</b>	Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	1	
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>17</b>	
<b>Тема 2.1.</b>	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1	
<b>Тема 2.2.</b>	Характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	1	
<b>Тема 2.3.</b>	<b>Практические занятия.</b> Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).	2	
<b>Тема 2.4.</b>	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	1	
<b>Тема 2.5.</b>	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной.	1	
<b>Тема 2.6.</b>	Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	1	

	Современные средства поражения и их поражающие факторы.		
<b>Тема 2.7.</b>	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.	1	
<b>Тема 2.8.</b>	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.	1	
<b>Тема 2.9.</b>	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.	1	
<b>Тема 2.10.</b>	<b>Практические занятия.</b> Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.	1	
<b>Тема 2.11.</b>	Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.	1	
<b>Тема 2.12.</b>	МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	1	
<b>Тема 2.13.</b>	Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи.	1	
<b>Тема 2.14.</b>	Изучение и отработка моделей поведения в условиях	1	

	вынужденной природной автономии.		
<b>Тема 2.15.</b>	Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. Изучение первичных средств пожаротушения.	1	
<b>Тема 2.16.</b>	Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	1	
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>22</b>	
<b>Тема 3.1.</b>	История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.	1	
<b>Тема 3.2.</b>	Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	
<b>Тема 3.3.</b>	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.	1	
<b>Тема 3.4.</b>	Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура.	1	

<b>Тема 3.5.</b>	Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.	1	
<b>Тема 3.6.</b>	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.	1	
<b>Тема 3.7.</b>	Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение.	1	
<b>Тема 3.8.</b>	Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.	1	
<b>Тема 3.9.</b>	Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.	1	
<b>Тема 3.10.</b>	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.	1	
<b>Тема 3.11.</b>	<b>Практические занятия.</b> Альтернативная гражданская служба. Основные условия	1	

	прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.		
<b>Тема 3.12.</b>	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.	1	
<b>Тема 3.13.</b>	<b>Практические занятия.</b> Воинская дисциплина и ответственность. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).	1	
<b>Тема 3.14.</b>	Общие права и обязанности военнослужащих. Соблюдение норм международного гуманитарного права. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	
<b>Тема 3.15.</b>	Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества.	1	
<b>Тема 3.16.</b>	Дни воинской славы России — дни славных побед. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение	1	

	личному составу вооружения и военной техники.		
<b>Тема 3.17.</b>	<b>Практические занятия.</b> 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.	1	
<b>Тема 3.18.</b>	<b>Практические занятия.</b> Изучение способов бесконфликтного общения и само регуляции.	1	
<b>Тема 3.19.</b>	<b>Практические занятия.</b> Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.	2	
<b>Тема 3.20.</b>	<b>Практические занятия.</b> Не полная разборка и сборка автомата Калашникова.	2	
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>12</b>	
<b>Тема 4.1.</b>	<b>Практические занятия.</b> Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».	1	
<b>Тема 4.2.</b>	<b>Практические занятия.</b> Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и	2	

	ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электрических травмах и повреждении молнией. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза.		
<b>Тема 4.3.</b>	<b>Практические занятия.</b> Понятие и виды кровотечений. Первая помощь: при наружных кровотечениях. при капиллярном кровотечении, при артериальном кровотечении, при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.	2	
<b>Тема 4.4.</b>	<b>Практические занятия.</b> Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах, при химических ожогах, 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. Основные степени отморожений.	2	
<b>Тема 4.5.</b>	<b>Практические занятия.</b> 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	2	

	расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.		
	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.	1	
<b>Тема 4.6.</b>	<b>Практические занятия.</b> Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. Правила наложения жгута и закрутки. Правила наложения повязок различных типов. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.	2	
	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>2</b>	
<b>Итого:</b>		<b>72</b>	

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



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

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета по «Основам безопасности жизнедеятельности». Помещение кабинета должно удовлетворять требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2. 178-02)<sup>1</sup>. Оно должно быть оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки учащихся.

##### Оборудование учебного кабинета:

- типовое оборудование (столы, стулья, шкафы);
- раздаточный материал;
- индивидуальные средства защиты (респираторы, противогазы);
- общевойсковой защитный комплект;
- перевязочные средства (бинты, вата медицинская, лейкопластыри, косынка медицинская);
- жгут кровоостанавливающий.

##### Технические средства обучения:

- компьютер;
- мультимедийный проектор;
- экран;
- телевизор;
- DVD-плеер.

##### Информационные средства обучения:

видеотека мультимедийных учебных программ (мультимедийные обучающие программы и электронные учебники по основным разделам ОБЖ, видеофильмы по разделам курса ОБЖ);

- учебная литература.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения. Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.**

##### Основные источники:

1. Косолапова, Н. В., Прокопенко, Н. А., «Основы безопасности жизнедеятельности»: учебник для сред. проф. образования. — М., 2016.

2. Косолапова, Н. В., Прокопенко, Н. А., Побежимова, Е. Л., «Основы безопасности жизнедеятельности»: учебник для учреждений сред. проф. образования. — М., 2020.

3. Косолапова, Н. В., Прокопенко, Н. А., Побежимова, Е. Л., «Безопасность жизнедеятельности»: электронное учебное издание для обучающихся по профессиям в учреждениях сред. проф. образования. — М., 2015.

4. Микрюков, В.Ю., «Безопасность жизнедеятельности»: учебник для студентов сред. проф. образования. — М., 2016.

Дополнительные источники:

1. «Основы безопасности жизнедеятельности». 8 класс. Учебник. Вангородский, С.Н., Кузнецов, М. И., Латчук, В. Н., Марков, В. В., Учебник. ОБЖ. 8 класс. Дрофа – 2011, 252 с.

2. Смирнов, А. Т., «Основы безопасности жизнедеятельности»: Учеб. для учащихся 11 кл. обще образовательных учреждений / А. Т. Смирнов, Б. И., Мишин, В. А., Васнев К. В., — 3-е изд. - М.: Просвещение, 2002. - 159 с.

3. Смирнов, Б.И., «Основы безопасности жизнедеятельности». 8 класс. Учебник, Просвещение – 2012 г.- 224 с.

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.mvd.ru> (Сайт МВД) (дата обращения: 22.08.2020) (открытый доступ)

2. <http://www.mchs.gov.ru> (Сайт МЧС) (дата обращения: 22.08.2020) (открытый доступ)

3. <http://www.bezopasnost.edu66.ru> (Информационный портал ОБЖ) (дата обращения: 22.08.2020) (открытый доступ)

4. <http://www.all-safety.ru> (Школа первой помощи) (дата обращения: 22.08.2020) (открытый доступ)

5. <http://ombudsmanrf.org> (Права человека в РФ) (дата обращения: 22.08.2020) (открытый доступ)

6. <http://www.spas-extreme.ru> (Портал детской безопасности) (дата обращения: 22.08.2020) (открытый доступ)

7. <http://www.uznai-prezidenta.ru> (Президент России гражданам школьного возраста) (дата обращения: 22.08.2020) (открытый доступ)

8. <http://www.school-obz.org> (Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности») (дата обращения: 22.08.2020) (открытый доступ).

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

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

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<p><b>Личностные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;</li> <li>– готовность к служению отечеству, его защите;</li> <li>– формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;</li> <li>– исключение из своей жизни вредных привычек;</li> <li>– воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;</li> <li>– освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.</li> </ul>	<p>Текущий контроль. Фронтальный опрос. Практические работы. Рубежный контроль. Тестирование.</p>
<p><b>Метапредметные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 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;</li> <li>– формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;</li> <li>– формирование умения предвидеть</li> </ul>	<p>Текущий контроль. Фронтальный опрос. Практические работы. Рубежный контроль. Тестирование.</p>

<p>возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;</p> <p>– формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.</p>	
<p><b>Предметные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность представлений об основах безопасности жизнедеятельности, как части мировой культуры и месте ОБЖ в современной цивилизации,</li> <li>- формирование представлений о понятиях основ безопасности жизнедеятельности как важнейших общественных моделях, позволяющих описывать и изучать разные процессы и явления;</li> <li>знать - уметь предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;</li> <li>- знать факторы определяющие репродуктивное здоровье человека;</li> <li>-уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;</li> <li>- уметь давать оценку состояния окружающей среды и прогнозировать возможные последствия негативного влияния на нее деятельности человека;</li> <li>- уметь прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода, велосипедиста, водителя транспортных средств, в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья, адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья, соблюдать правила безопасности дорожного движения;</li> <li>- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, определять степень</li> </ul>	<p>Текущий контроль. Фронтальный опрос. Практические работы. Рубежный контроль. Тестирование.</p>

<p>риска развития ЧС;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;</li> <li>- владеть навыками в области гражданской обороны;</li> <li>- уметь применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;</li> <li>- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;</li> <li>- знать порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;</li> <li>- уметь оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;</li> <li>- уметь оказывать первую помощь пострадавшим.</li> </ul>	<p>Дифференцированный зачет.</p>
--	----------------------------------