

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



## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**БД.07 Основы безопасности жизнедеятельности**

**для специальности**

**29.02.04 Конструирование, моделирование и**

**технология швейных изделий**

**год поступления 2020**

Гатчина

2023г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе  
Федерального государственного образовательного стандарта (далее - ФГОС)  
по специальности среднего профессионального образования (далее – СПО)  
29.02.04 Конструирование, моделирование и технология швейных изделий на  
2023-2024 учебный год

Организация – разработчик: АОУ ВО ЛО «Государственный институт  
экономики, финансов, права и технологий».

Разработчики:

Коротченко Сергей Александрович, преподаватель-организатор ОБЖ  
высшей категории

Рассмотрено и согласовано на заседании методической комиссии,  
Протокол № 5 от 16.01.2023г.

## СОДЕРЖАНИЕ

|  | стр. |
|--|------|
| 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ                      | 4    |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ                 | 9    |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ                     | 14   |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 20   |

# **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 29.02.04 Конструирование, моделирование и технология швейных изделий.

### **1.2. Место 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.07) в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС) среднего профессионального образования (СПО) по специальности 29.02.04 Конструирование, моделирование и технология швейных изделий.

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

Рабочая программа дисциплины БД.07 Основы 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;

#### **1.4.Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки студентов 105 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки 70 часов; самостоятельной работы 35 часов.

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

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

| Вид учебной работы  | Объем часов |
|---|-------------|
| Максимальная учебная нагрузка   | 105         |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка  | 70          |
| в том числе:  |             |
| лекции  | 52          |
| практические занятия  | 18          |
| Самостоятельная работа обучающихся  | 35          |
| Промежуточная аттестация в форме ДФК в 1 семестре, в форме дифференцированного зачета во 2 семестре |             |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины БД.07 Основы безопасности жизнедеятельности

| Наименование разделов и тем  | Содержание учебного материала, контрольные работы, самостоятельная работа обучающихся                                   | Объем часов | Уровень освоения |
|--|---|-------------|------------------|
| 1  | 2   | 3           | 4                |
| <b>Раздел II</b>   | <b>Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях</b>  | <b>16</b>   |                  |
| <b>Тема 1</b><br><b>Меры безопасности в повседневной жизни</b>                                     | 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  |             |                  |
| <b>Раздел III</b>  | <b>Гражданская оборона – составная часть системы обороноспособности страны</b>  | <b>32</b>   |                  |
| <b>Тема 2</b><br><b>Гражданская оборона и защита при чрезвычайных ситуациях военного характера</b> | 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 |
|---|--|----------------------------|---|
| <b>Тема 3</b><br><b>Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке</b>      | 1. Эпидемии.   | 2                          | 3 |
|   | 2. Общественные беспорядки.  | 2                          | 3 |
|   | 3. Захват заложников.  | 2                          | 3 |
|   | 4. Обнаружение подозрительных предметов, террористический акт.   | 2                          | 3 |
|   | Самостоятельная работа обучающихся:  | <b>17</b>                  |   |
|   | 1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях.<br>2. Меры безопасности при обращении с природой и с животными.<br>3. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.<br>4. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера<br>5. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности.<br>6. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. | 3<br>2<br>2<br>4<br>4<br>2 |   |
|   | Проверочная работа за I семестр  |                            |   |
| <b>Тема 4</b><br><b>Защита населения и территорий при чрезвычайных ситуациях в мирное время</b> | 1. Землетрясения и извержения вулканов. Ураганы, бури, смерчи, грозы.  | 2                          | 2 |
|   | 2. Снежные заносы, сход лавин, метель, выюга.  | 2                          | 2 |
|   | 3. Лесные, степные и торфяные пожары.  | 2                          | 2 |
|   | 4. Аварии на транспорте.   | 2                          | 2 |
|   | 5. Аварии (катастрофы) на пожароопасных и взрывоопасных объектах.  | 2                          | 2 |
|   | 6. Аварии (катастрофы) на химически опасных и радиационно-опасных объектах.  | 2                          | 2 |
|   | Самостоятельная работа обучающихся:  | <b>8</b>                   |   |
|   | 1. Сели и оползни.<br>2. Наводнения.<br>3. Гидродинамические опасные объекты.<br>4. Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке.   | 2<br>2<br>2<br>2           |   |

| 1  | 2   | 3         | 4 |
|--|---|-----------|---|
|  | Проверочная работа  |           |   |
| <b>Раздел I</b>  | <b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>   | <b>22</b> |   |
| <b>Тема 5<br/>Основы здорового образа жизни</b>                              | 1. Здоровый образ жизни и его составляющие.   | 2         | 2 |
|  | 2. Правила личной гигиены и здоровья.   | 2         | 2 |
|  | 3. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.   | 1         | 2 |
|  | 4. СПИД и его профилактика.   | 1         | 2 |
|  | Проверочная работа  |           |   |
| <b>Тема 6<br/>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи</b> | Практические занятия  |           |   |
|  | 1. Ушибы, переломы, вывихи, растяжения связок, синдром длительного сдавливания.   | 2         | 1 |
|  | 2. Первая помощь при ранениях.  | 2         | 1 |
|  | 3. Ожоги.   | 2         | 1 |
|  | 4. Поражение электрическим током.   | 2         | 1 |
|  | 5. Утопление.   | 2         | 1 |
|  | 6. Перегревание, переохлаждение организма, обморожение и общее замерзание.  | 2         | 1 |
|  | 7. Отравление.  | 2         | 1 |
|  | 8. Клиническая смерть.  | 2         | 1 |
|  | Самостоятельная работа обучающихся:   | <b>10</b> |   |
|  | 1. Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности. | 2         |   |
|  | 2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.  | 2         |   |
|  | 3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.  | 2         |   |
|  | 4. Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.   | 2         |   |
|  | 5. Инфекции передаваемые половым путём.   | 2         |   |

| 1 | 2   | 3   | 4 |
|---|---|-----|---|
|   | Промежуточная аттестация - Дифференцированный зачет |     |   |
|   | Обязательная аудиторная учебная нагрузка, в т. ч.:  | 70  |   |
|   | лекции  | 52  |   |
|   | практические занятия                                | 18  |   |
|   | Самостоятельная работа студентов                    | 35  |   |
|   | Всего:  | 105 |   |

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 и охраны труда.

Оборудование учебного кабинета безопасности жизнедеятельности и охраны труда:

Эргономическое обеспечения кабинета

| №<br>п/п | Наименование   | Кол-во |
|----------|--|--------|
| 1.       | Стол преподавателя   | 1      |
| 2.       | Стул   | 1      |
| 3.       | Ученический комплект 2-х местный (стол1300x80 + 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

| №<br>п/п | Наименование   | Количество |
|----------|--|------------|
| <b>I</b> | <b>Учебный кабинет:</b>  |            |
| 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

| №<br>п/п | Наименование  | Количество |
|----------|---|------------|
| <b>I</b> | <b>Учебный кабинет:</b>   |            |
| 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 700х1000 мм 8шт  | 1к-т |
| 24. | Плакаты Правила поведения в ЧС природного характера 700х1000 мм 5шт.           | 1к-т |
| 25. | Плакаты Средства защиты органов дыхания 300х410 мм 10 шт.                      | 1к-т |
| 26. | Плакаты Терроризм - угроза обществу 300х410 мм 10 шт.                          | 1к-т |
| 27. | Плакаты Умей действовать при пожаре 300х400 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 100х70см   | 1к-т |
| 44. | Плакат Пистолет ПМ 100х70см  | 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)  | 1к-т |
| 49. | Таблицы демонстрационные "Символы воинской чести"  | 1к-т |
| 50. | Таблицы демонстрационные "Оружие России"   | 1к-т |
| 51. | Стенд Государственные символы Российской Федерации   | 1 шт |
| 52. | USB Камера для Лазерного Стрелкового Тренажера   | 1 шт |
| 53. | Пневматический пистолет МР-654К Makarov  | 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" | 1к-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 ИПП-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, общевойсковой противогаз, общевойсковой 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. Общевоинские уставы вооруженных Сил Российской Федерации (действующая редакция).

#### 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 студентами индивидуальных заданий, подготовки и защиты рефератов, самостоятельной работы, представленных в комплекте фондов оценочных средств.

| Результаты обучения<br>(освоенные умения, усвоенные знания)   | Формы и методы<br>контроля и оценки<br>результатов обучения                  |
|---|--|
| 1   | 2  |
| знать<br>- основы здорового образа жизни и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье, вредные привычки и их профилактику;   | письменная контрольная работа;   |
| - потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;   | устная защита реферата, устный опрос;  |
| - основы безопасной жизнедеятельности в опасных и чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного происхождения;  | письменная самостоятельная работа;   |
| - основные задачи РСЧС и гражданской обороны;<br>- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности населения и порядок взаимодействия населения с этими службами;                           | письменная самостоятельная работа;   |
| уметь и применять в практической деятельности и повседневной жизни  | письменный опрос;  |
| - правильно действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;   | визуальный контроль практических действий;<br>устный опрос;                  |
| - соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;   | визуальный контроль практических действий;                                   |
| - выполнять правила дорожного движения (в части правил, касающейся пешехода, велосипедиста, водителя мопеда);   | письменная самостоятельная работа;<br>устный опрос;                          |
| - правильно пользоваться бытовыми приборами и инструментами, бытовыми приборами контроля качества окружающей среды и продуктов питания;   | устный опрос,<br>визуальный контроль практических действий;<br>устный опрос; |
| - соблюдать меры предосторожности и правила поведения пассажиров в общественном транспорте;   | письменная контрольная работа;   |
| - соблюдать меры предосторожности и правила поведения в криминогенной ситуации и в местах большого скопления людей, применять элементарные способы самозащиты в конкретной ситуации криминогенного характера; | письменный опрос;<br>визуальный контроль практических действий;              |

| 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                        |