

Приложение 2. Программы учебных предметов и дисциплин

Приложение 2.7
к ОПОП по специальности
34.02.01 Сестринское дело

Рабочая программа
Учебного предмета
ОУП.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
Общий учебный цикл

Рабочая программа общеобразовательного предмета общеобразовательного цикла «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана в соответствии с Фундаментальным ядром основного общего образования (2011 год), Федеральным государственным стандартом среднего общего образования, примерной основной общеобразовательной программой среднего общего образования, в соответствии с рабочей программой воспитания.

Организация-разработчик:

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Архангельской области «Устьянский индустриальный техникум» п. Октябрьский.

Разработчик:

М.Л. Новиков – преподаватель-организатор ОБЖ

Рассмотрена на заседании предметно-цикловой комиссии:

Председатель предметно-цикловой комиссии
_____ Е.А.Рудзей

протокол № ____ от « ____ » _____ 2022г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	11
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	21

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРЕДМЕТА «Основы безопасности жизнедеятельности»

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности реализуется в пределах основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования в соответствии с Федеральным государственным стандартом среднего общего образования и Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 34.02.01 Сестринское дело, входящей в состав укрупнённой группы 34.00.00 специальности Сестринское дело .

1.2. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы: предмет входит в общеобразовательный цикл.

1.3. Цели и задачи учебного предмета – требования к результатам освоения предмета.

Цели изучения учебного предмета:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы – совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения обучающихся.

Планируемые результаты освоения учебного предмета:

✓ **личностные результаты:**

- ЛР1 российская гражданская идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
- ЛР3 готовность к сужению Отечеству, его защите;
- ЛР6 толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;
- ЛР7 навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- ЛР11 принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

- ЛР12 бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
- ЛР14 сформированность экологического мышления, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, приобретение опыта эколого-направленной деятельности;

метапредметные:

- МР1 умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- МР2 умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- МР3 владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- МР4 готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;
- МР5 умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
- МР6 умение определять назначение и функции различных социальных институтов;
- МР7 умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;
- МР8 владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;
- МР9 владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения;

✓ **предметные:**

- ПР1 сформированность представлений о роли и месте основ безопасности жизнедеятельности в современной научной картине мира; понимание роли основ безопасности жизнедеятельности в формировании кругозора и функциональной грамотности для решения практических задач;
- ПР2 владение основополагающими понятиями и представлениями об окружающем мире; уверенное пользование специальной терминологией и символикой ;
- ПР3 сформированность собственной позиции по отношению к потенциальным опасностям, к вызовам современного мира и принятию правильного решения.

Результаты	Понятие УУД	Типовые задачи УУД
Личностные результаты		
<p>ЛР1 российская гражданская идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн)</p> <p>ЛР3 готовность к сужению Отечеству, его защите</p> <p>ЛР6 толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям</p> <p>ЛР7 навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности</p> <p>ЛР11 принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков</p> <p>ЛР12 бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других</p>	<p>Патриотическое и военно-патриотическое воспитание</p> <p>Выполнение конституционного долга</p> <p>Терроризм и экстремизм, ксенофобия</p> <p>Поведение в социуме</p> <p>Здоровый образ жизни</p> <p>Знания в области оказания доврачебной помощи</p>	<p>Формирование личной гражданской позиции Изучение основ военного дела</p> <p>Способы и методы противодействия</p> <p>Правила бесконфликтного поведения в обществе</p> <p>Здоровье и основные составляющие здорового образа жизни</p> <p>Выполнение практических действий при оказании доврачебной помощи</p> <p>Выполнение тестовых заданий</p>

<p>людей, умение оказывать первую помощь</p> <p>ЛР14 сформированность экологического мышления, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, приобретение опыта эколого-направленной деятельности</p>	<p>Проблемы в области экологии, влияющих на национальную безопасность, а также при решении вопросов, связанных с социально-экономическими процессами</p>	
--	--	--

Метапредметные результаты		
<p>MP1 умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях</p>	<p>Организация планирования своей жизни и деятельности</p>	<p>Получение необходимых знаний и навыков в различных областях</p>
<p>MP2 умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты</p>	<p>Осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми, учитывать позицию других участников деятельности в процессе анализа и интерпретации художественного текста.</p>	<p>Ведение диалога на заданную тему, выполнение коллективных и групповых заданий, беседа</p>
<p>MP3 владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания</p>	<p>Решать практические задачи с применением различных методов познания (изучение источников, анализ художественных и научных текстов), осуществлять развёрнутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи</p>	<p>Выполнение индивидуального проекта</p>
<p>MP4 готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников</p>	<p>Осуществлять самостоятельную познавательную деятельность, владеть навыками самостоятельного получения необходимой информации и её критической интерпретации</p>	<p>Выполнение разноуровневых, дифференцированных заданий, работа со словарями, анализ литературно-критических статей</p>
<p>MP5 умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований</p>	<p>Организация коммуникации при помощи средств ИКТ</p>	<p>Создание и настройка электронной почты. Организация общения при помощи программ телекоммуникационной связи (скайп, зум, телемост и т.п.)</p>

<p>эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности</p>		
<p>МР6 умение определять назначение и функции различных социальных институтов</p>	<p>Совершенствование математической грамотности как элемента функциональной грамотности</p>	<p>Проверка выполнения задания на соответствие эталону</p>
<p>МР7 умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей</p>	<p>Развитие способности правильно оценивать обстановку и принимать соответствующее решение</p>	<p>Проверка выполнения заданий в различной обстановке</p>
<p>МР8 владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства</p>	<p>Формирование правильной речи с увеличением словарного запаса</p>	<p>Написание изложений, участие в беседе</p>
<p>МР9 владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения</p>	<p>Умение анализировать, оценивать представленные варианты ответов</p>	<p>Участие в беседе</p>

Предметные результаты		
<p>ПР1 сформированность представлений о роли и месте основ безопасности жизнедеятельности в современной научной картине мира; понимание роли основ безопасности жизнедеятельности в формировании кругозора и функциональной грамотности для решения практических задач;</p> <p>ПР2 владение основополагающими понятиями и представлениями об окружающем мире; уверенное пользование специальной терминологией и символикой ;</p> <p>ПР3 сформированность собственной позиции по отношению к потенциальным опасностям, к вызовам современного мира и принятию правильного решения</p>	<p>Межпредметные связи предмета Основы безопасности жизнедеятельности и других общеобразовательных предметов</p> <p>Изучение межпредметного терминологического словаря</p> <p>Выполнение требований и правил мер безопасности</p>	<p>Выполнение теста</p> <p>Выполнение проверочной работы</p> <p>Проведение соответствующих инструктажей</p>

1.4. Количество часов на освоение программы учебного предмета:

Максимальная учебная нагрузка на обучающегося – 106 часов, в том числе обязательная аудиторная учебная нагрузка - 70 часов; самостоятельная работа – 36 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Количество часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	106
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего),	70
в том числе:	
практические занятия	20
Внеаудиторная самостоятельная работа (всего)	36
Виды:	
• <i>составление презентаций, подготовка докладов, рефератов, выступлений</i>	
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	2

2.2 Содержание учебного предмета

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия и самостоятельная работа	Объем часов	Уровень освоения	Результаты освоения
1	2	3	4	5
1-2) Введение		2	1	
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства				
3-4) Тема 1. Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Проблемы формирования культуры безопасности человека в современной среде обитания.	Общие понятия о безопасности и национальной безопасности; жизненно важных и национальных интересах; основных угрозах жизненно важным интересам личности, общества, государства; основ безопасности жизнедеятельности и культуре безопасности жизнедеятельности. Институт социального воспитания; социальное взросление личности	2	2	ЛР1 М2,3 ПР1,2,3
5-6) Тема 2. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности. Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий.	Наука о безопасности жизнедеятельности; жизнедеятельность человека; концепция приемлемого (допустимого) риска; стратегия безопасности жизнедеятельности (стратегия управления безопасностью жизнедеятельности); системный подход; средовый подход. Научная картина мира; биоэтика; ключевые вопросы биоэтики.	2	2	ЛР14 М3,5 ПР1,2,3
7) Тема 3. Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Общенаучные методологические подходы к изучению проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	Экология; урбанизация; экологическая ниша; экологическая напряжённость; экологическая безопасность. Моделирование; методологические подходы: системный, средовый, экологический; аналитический, функциональный (объектный), синергетический.	1	2	ЛР14 М 2,4 ПР1,2,3
8) Тема 4. Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности.	Человек; индивид; здоровье; здоровье человека; адаптация; потенциал здоровья человека. Безопасность; антропогенные опасности; потенциальная, реальная и реализованная опасности; идентификация; номенклатура опасностей; системный анализ безопасности.	1	2	ЛР12 М1,2 ПР1,2,3

9) Тема 5. Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Основы управления безопасностью в системе «человек – среда обитания».	Психология; психические процессы; психическое состояние человека; экология психики; стресс; адаптивность. Управление безопасностью жизнедеятельности; гигиеническое нормирование; уровни безопасности; виды совместимости.	1	2	ЛР6,7 М1,2 ПР1,2,3
10) Тема 6. Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности. Обеспечение национальной безопасности России.	Конституция Российской Федерации; гражданская ответственность; федеральные законы по безопасности; организационно – правовые нормы. Национальные интересы; национальная безопасность; социальная безопасность; Стратегия национальной безопасности; оборона.	1	2	ЛР3,12 М2,6 ПР1,2,3
11) Тема 7. Защита национальной безопасности государства от военных угроз. Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности.	Военная угроза; угроза национальной безопасности; Стратегия национальной безопасности Российской Федерации; национальная оборона; средства невоенного реагирования; Стратегия сдерживания военной силы. Глобализация; социальная безопасность; социальный институт; государственная безопасность.	1	2	ЛР1,3 М1,2 ПР1,2,3
12) Тема 8. Защита личности, общества, государства от угроз социального характера. Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.	Военная опасность; военный конфликт; военная политика государства; вооружённый конфликт; война: локальная, региональная, крупномасштабная; Военная доктрина РФ; основные внешние опасности России; основные внутренние опасности России; терроризм; экстремизм. Пограничная служба ФСБ России; пограничная деятельность; Национальный антитеррористический комитет; контртеррористическая операция.	1	2	ЛР1,3 М1,3 ПР1,2,3
13-14) Тема 9. Противодействие терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации. Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, терроризму, экстремизму.	Терроризм, виды терроризма; противодействие терроризму; Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации; наркотизм, наркотизация. Экстремизм; пропаганда экстремизма; экстремист; основные принципы противодействия экстремизму. Национальные интересы России; Европейский союз (ЕС); Организация Объединённых Наций (ООН); Совет Безопасности ООН; Организация Договора о коллективной безопасности (ОДКБ); гуманитарная помощь; волонёрское движение; гуманитарная миссия; гуманитарная катастрофа.	2	2	ЛР6 М1,3 ПР1,2,3

<p>15) Тема 10. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.</p>	<p>Виды чрезвычайных ситуаций; РСЧС; территориальные и функциональные подсистемы РСЧС; МЧС России; режимы функционирования РСЧС; гражданская оборона; мониторинг чрезвычайной ситуации; прогнозирование чрезвычайной ситуации; оповещение; эвакуация; инженерная защита.</p>	1	2	<p>ЛР14 М1,3 ПР1,2,3</p>
<p>16-17) Тема 11. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</p>	<p>Чрезвычайные ситуации природного характера; опасные природные явления; стихийные бедствия: геологические, метеорологические; гидрологические, климатогеографические сезонные. Техногенная насыщенность; чрезвычайная ситуация техногенного характера; взрыв; взрывоопасный объект; химическая опасность; химически опасный объект; химическая безопасность.</p>	2	2	<p>ЛР14 М2,5 ПР1,2,3</p>
<p>18) Тема 12. Вынужденное автономное существование в природных условиях. Поисково-спасательная служба МЧС России.</p>	<p>Выживание; вынужденное автономное существование; факторы выживания ; стресс; страх; НАЗ (носимый аварийный запас). Поисково-спасательная служба МЧС России: добровольчество; добровольная пожарная охрана.</p>	1	2	<p>ЛР11 М1,2 ПР1,2,3</p>
<p>19-20) Тема 13. Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Дорожно-транспортная безопасность. Страхование.</p>	<p>Инженерное сооружение; гидротехническое сооружение; гидродинамическая авария; автомобильный транспорт; железнодорожный транспорт; водный транспорт; авиационный транспорт. Дорожно-транспортное происшествие (ДТП); дорога; участник дорожного движения; Правила дорожного движения (ПДД); Государственная инспекция безопасности дорожного движения (ГИБДД). Страхование; страховой случай.</p>	2	2	<p>ЛР11, 14 М1,2 ПР1,2,3</p>

21-22) Тема 14. Экстремальные ситуации криминогенного характера. Экстремизм, терроризм, наркотизм и безопасность человека.	Понятия: криминальный и криминогенный. Преступление; экстремальная ситуация криминогенного характера; самооборона. Зона повышенной криминогенной опасности; толпа; терроризм; психологическая готовность; заложник. Наркотики; наркотизм; наркомания; токсикомания.	2	2	ЛР6,7 М1,2 ПР1,2,3
23-30)	Практические занятия. 1.Изучение планов эвакуации при пожаре и совершении террористических актов, основных способов пожаротушения и различных видов огнегасящих веществ, основных и запасных эвакуационных выходов в техникуме. 2.Назначение, устройство и принцип действия первичных средств тушения пожаров. 3.Общие правила пожаротушения и оказание первой помощи при пожарах и ожогах. 4.ЧС мирного и военного времени. 5.Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. 6.Изучение и отработка моделей поведения ЧС на транспорте. 7.Изучение первичных средств пожаротушения. 8.Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС.	8	3	ЛР6,7,12,14 М1,2,7 ПР1,2,3
Раздел 2. Военная безопасность государства				
31-32) Тема 15. Защита населения и территорий от военной опасности; оружия массового поражения; радиационной, химической и биологической опасности; современных обычных средств поражения.	Военная опасность; оружие массового поражения; очаг поражения; зона радиоактивного заражения местности; ядерное оружие; химическое оружие; бактериологическое (биологическое) оружие; карантин; обсервация; современные обычные средства поражения; виды оружия на новых принципах. Радиационная опасность; ионизирующее излучение; экспозиционная доза облучения; уровень радиации; радиационная безопасность; меры обеспечения безопасности. Биологическая и экологическая опасность; биологические средства; биологические агенты; биологический терроризм; источники биологической чрезвычайной ситуации; биологическая опасность; чрезвычайная экологическая ситуация; экологическая безопасность.	2	2	ЛР1,3,11,14 М1,2,5 ПР1,2,3
33-34) Тема 16. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.	Инженерные сооружения гражданской обороны; убежище; противорадиационное укрытие; простейшее укрытие. Средства индивидуальной защиты органов дыхания; противогаз фильтрующий, изолирующий; камера защитная детская; респиратор; ватно-марлевая повязка; средства индивидуальной защиты кожи.	2	2	ЛР1,3,11,14 М1,2,5 ПР1,2,3
35) Тема 17. Вооружённые Силы Российской Федерации: организационные основы. Основные задачи	Вооружённые Силы Российской Федерации; Верховный Главнокомандующий Вооружёнными Силами Российской Федерации; Министерство обороны Российской Федерации; органы управления; объединение; соединение; воинская часть. Рекрутский набор; всеобщая воинская обязанность; Закон СССР « О	1	2	ЛР1,3,11,14 М1,2,5

Вооружённых Сил. Состав Вооружённых Сил Российской Федерации.	всеобщей воинской обязанности». Состав Вооружённых Сил Российской Федерации; Сухопутные войска; Воздушно-космические силы; Военно-Морской Флот; Ракетные войска стратегического назначения; Воздушно-десантные войска; Тыл Вооружённых Сил.			ПР1,2,3
36-37) Тема 18. Воинская обязанность и военная служба. Правовые основы воинской обязанности . Правовые основы военной службы.	Воинская обязанность; мобилизация; военное положение; военная служба; Военная присяга; обязательная подготовка; добровольная подготовка. Воинский учёт; военный комиссариат; военная служба по контракту. Устав; воинский устав; внутренняя служба; увольнение с военной службы; запас Вооружённых Сил; военные сборы.	2	2	ЛР1,3,11,14 М1,2,5 ПР1,2,3
38) Тема 19. Права и обязанности военнослужащих. Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.	Социальный статус; права военнослужащих; обязанности военнослужащих: общие, должностные, специальные; воинская дисциплина; единоначалие; верность воинскому долгу. Устав внутренней службы ВС РФ; Устав гарнизонной и караульной служб ВС РФ; гарнизонная служба; караульная служба; боевое дежурство; коллективизм.	1	2	ЛР1,3,11,14 М1,2,5 ПР1,2,3
39-40) Тема 20. Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная. Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы.	Обязательная подготовка к военной службе; добровольная подготовка к военной службе; военно-учётная специальность. Военная служба по призыву; воинская дисциплина; исполнительность; единоначалие; альтернативная гражданская служба.	2	2	ЛР1,3,11 М1,2,5 ПР1,2,3
41) Тема 21. Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира. Военные операции на территории России: борьба с терроризмом. Военные учения Вооружённых Сил РФ.	«Горячая точка»; право войны; комбатант; миротворцы; гуманитарная помощь; гуманитарная катастрофа . Бандит; бандформирование; контртеррористическая операция; группировка сил контртеррористической операции. Военные учения; геополитика; стратегия; стратегическая цель; театр военных действий; тактика.	1	2	ЛР1,3,11 М1,2,5 ПР1,2,3
42) Тема 22. Боевые традиции и ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации. Боевая слава российских воинов.	Боевые традиции; воинские ритуалы; патриотизм; воинский долг; воинская честь; Военная присяга; Боевое знамя воинской части; воинский коллектив; войсковое товарищество. «Викториальные дни»; дни воинской славы России.	1	2	ЛР1,3 М1,5 ПР1,2,3
43-50)	Практические занятия. 9.Начальная военная подготовка. 10.Основы безопасности военной службы. 11.Неполная разборка автомата Калашникова АК-74 М. 12.Сборка после неполной разборки автомата Калашникова АК-74М.	8	3	ЛР1,3 М1,2,5,7 ПР1,2,3

	13.Снаряжение магазина автомата Калашникова АКМ. 14.Выполнение норматива № 13. 15.Выполнение норматива № 14. 16.Выполнение норматива № 16.			
Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни				
51) Тема 23. Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья. Демографическая ситуация в России.	Медицина; здоровье; индивидуальное здоровье человека; общественное здоровье; социальное здоровье человека; Сфера здравоохранения; санитарное просвещение. Демография; депрессия; транквилизаторы; астения (астенический синдром).	1	2	ЛР11,12 М1,2,5,7 ПР1,2,3
52) Тема 24. Здоровый образ жизни и его составляющие. Культура здорового образа жизни.	Образ жизни; здоровый образ жизни; культура здоровья; факторы риска; основные составляющие здорового образа жизни. Подростковый образ; режим труда и отдыха; усталость; утомление; биологические ритмы.	1	2	ЛР11,12 М1,2,7 ПР1,2,3
53) Тема 25. Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики. Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.	Эпидемия; пандемия; инфекционные заболевания; классификация инфекционных заболеваний; профилактика инфекционных заболеваний; иммунитет; вакцинация; факторы риска; обсервация; карантин, дезинфекция. Основные неинфекционные заболевания; сердечно-сосудистые заболевания; атеросклероз; артериальная гипертензия.	1	2	ЛР11,12 М1,2,5,7 ПР1,2,3
54) Тема 26. Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье. Профилактика заболеваний, передающихся половым путём.	Подростковый возраст; целомудрие; духовность; воспитание; репродуктивное здоровье; репродуктивная система. Половое воспитание; заболевания, передающиеся половым путём; профилактика заболеваний, передающихся половым путём.	1	2	ЛР11,12 М1,2,5,7 ПР1,2,3
55-56) Тема 27. Культура питания. Вредные привычки. Культура движения.	Рациональное питание; культура питания; главное правило рационального питания; здоровое питание; основные принципы рационального питания; умеренность в питании; сбалансированность питания; четырёхразовое питание; полноценное питание. Качество продуктов; диетология. Привычка; полезная привычка; кинезофилия; культура движения; физическая культура; спорт.	2	2	ЛР11,12 М1,2,5,7 ПР1,2,3
57-58) Тема 28. Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок. Медико-психологическая помощь.	Неотложное состояние; первая помощь; фактор времени; травма; перечень состояний, при которых оказывают первую помощь; перечень мероприятий по оказанию первой помощи. Экстремальная ситуация; шок; травматический шок; кома; асфикция; аспирация; первая психологическая помощь; медицина катастроф.	2	2	ЛР11,12 М1,2,5,7 ПР1,2,3
59-60) Тема 29. Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при	Асептика; антисептика; антибиотики; общие правила оказания первой помощи при травмах; иммобилизация; шинирование. Кровотечение: артериальное, венозное, капиллярное; смешанное. Поверхностное ранение; глубокое ранение;	2	2	ЛР11,12 М1,2,5,7

кровотечениях, ранениях.	рана: колотая, резаная, рубленая, ушибленная, укушенная, огнестрельная; сепсис; столбняк; газовая гангрена; повязка.			ПР1,2,3
61-62) Тема 30. Первая помощь: сердечно-лёгочная реанимация, при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.	Сердечно-лёгочная реанимация; признаки жизни; искусственное дыхание способом «рот в рот»; надавливание на грудную клетку. Ушиб; растяжение связок; вывих; перелом; иммобилизация.	2	2	ЛР11,12 М1,2,5,7 ПР1,2,3
63-64) Тема 31. Первая помощь при: поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении; при дорожно-транспортном происшествии; при остром отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами.	Комбинированная травма; ожог; ожоговый шок; отравление; обморожение. Участники дорожного движения; клиническая смерть; биологическая смерть; сердечно-лёгочная реанимация. Острое отравление; никотин; этанол; суррогат алкоголя; метанол (метиловый спирт); этиленгликоль.	2	2	ЛР11,12 М1,2,5,7 ПР1,2,3
65-68)	Практические занятия. 17. Установление показаний к проведению искусственного дыхания, освоение основных способов выполнения искусственного дыхания. 18. Основные положения организации рационального питания и методов его гигиенической оценки. 19. Изучение физиологических норм питания, принятых и дифференцированных для различных групп населения. 20. Освоение методики расчёта суточного расхода энергии с учётом данных хронометража различных видов работы в течение рабочего дня.	4	3	ЛР11,12,14 М1,2,5,7,8 ПР1,2,3
Самостоятельная работа	1. Презентации на темы: «Сухопутные войска (СВ), Военно-Морской флот (ВМФ), Воздушно-Космические силы (ВКС) Вооружённых Сил Российской Федерации» (на выбор одна из 3-х тем). 2. Сообщения на темы: «Основные виды оружия, военной техники и снаряжения, состоящих на вооружении воинских частей и подразделений Вооружённых Сил Российской Федерации» (на выбор СВ, ВМФ или ВКС). 3. Таблица на тему: «Почётные награды за воинские отличия, заслуги в бою и военной службе в Российской Федерации». 4. Рефераты на темы: «Герои Советского Союза Устьянского района Архангельской области» и «Воины-интернационалисты Устьянского района Архангельской области» (на выбор одна из 2-х тем). 5. Доклад на тему: «Правовые основы оказания первой (доврачебной) помощи».	36	3	ЛР1,3,7 М1,2,3,4,5,7,8,9 ПР1,2,3

69-70)	Дифференцированный зачёт	2		
--------	---------------------------------	---	--	--

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 УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

3.1. Материально-техническое оснащение

Реализация учебного предмета требует наличия учебного кабинета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Оборудование учебного кабинета: учебная доска, учебная мебель (ученические стулья и столы, преподавательский стол и стул), стеллажи для книг, стенды.

Технические средства обучения: компьютер, мультимедиапроектор.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Программное обеспечение: специализированные компьютерные программы MikrosoftOffice, тематические презентации, учебная литература, интернет -ресурсы.

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники

Для обучающихся:

Ким С.В., Горский В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для 10-11 классов-М., 2021.

Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учреждений нач. и сред. проф. образования-М., 2017.

Для преподавателя:

Ким С.В. Горский В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для 10-11 классов-М., 2021.

Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учреждений нач. и сред. проф. образования-М., 2017.

Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 «об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования».

Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования».

Интернет-ресурсы:

<http://www.mchs.gov.ru> (сайт МЧС РФ).

<http://www.mvd.ru> (сайт МВД РФ).

<http://www.mil.ru> (сайт Минобороны).

<http://www.fsb.ru> (сайт ФСБ РФ).

<http://www.dic.academic.ru> (Академик. Словари и энциклопедии).

<http://www.booksgid.com> (Books Gid. Электронная библиотека).

<http://www.globalteka.ru/index.html> (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).

<http://www.window.edu.ru> (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).

<http://www.iprbookshop.ru> (Электронно-библиотечная система IPRbooks).

<http://www.school.edu.ru/default.asp> (Российско-образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).

<http://www.ru/book> (Электронная библиотечная система).

<http://www.pobediteli.ru> (проект «Победители: Солдаты Великой войны»).

<http://www.monino.ru> (Музей Военно-Воздушных Сил)

<http://www.simvolika.rsl.ru> (Государственные символы России. История и реальность).

<http://www.militera.lib.ru> (Военная литература).

