

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Ткачева Лариса Владимировна
Должность: И.о. директора
Дата подписания: 16.09.2025 20:13:20
Уникальный программный ключ:
6193ebd093351b6251af28b8e5ef9cbb3f05df49

Приложение № 7
к ППСЗ по специальности 23.02.06
Техническая эксплуатация подвижного
состава железных дорог

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Базовая подготовка
среднего профессионального образования
год начала подготовки 2022

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	стр. 3-8
2. Структура и содержание учебной дисциплины	стр. 9-30
3. Условия реализации учебной дисциплины	стр. 31-33
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	стр. 34-43
5. Перечень используемых методов обучения	

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1.1 Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» осваивается на базовом уровне, относится к образовательной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» и является составной частью общеобразовательного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 13.08.2014 г. №388).

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 г. №413).

1.2 Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Цели и задачи: Основной целью изучения и освоения программы учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» является формирование у выпускника культуры безопасности жизнедеятельности в современном мире, получение им начальных знаний в области обороны и начальная индивидуальная подготовка по основам военной службы в соответствии с требованиями, предъявляемыми Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования.

В рамках программы учебной дисциплины планируется освоение обучающимися следующих результатов:

Личностные:	Метапредметные:	Предметные:
Л.01 развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих	М.01 овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины	П.01 сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том

защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз; Л.02 быть готовым к служению Отечеству, его защите; Л.03 формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности; Л.04 исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.); Л.05 воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности; Л.06 освоение приемов действий в опасных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.	возникновения опасных чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных чрезвычайных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека; М.02 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; М.03 формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной	числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора; П.02 знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; П.03 сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; П.04 сформированность представлений о здоровом
--	---	---

	безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; М.04 приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий; М.05 развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение; М.06 формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций; М.07 формирование умений предвидеть возникновение опасных	образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности; П.05 знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; П.06 знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.); П.07 знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; П.08 умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные
--	---	--

	ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников; М.08 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; М.09 формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения; М.10 развитие умения	источники; П.09 умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; П.10 знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка; П.11 знание основных видов военно-профессиональной деятельности,
--	--	---

	информировать о особенностях результатах своих прохождения военной наблюдений, участвовать в службы по призыву и дискуссии, отстаивать контракту, увольнения с свою точку зрения, военной службы и находить компромиссное пребывания в запасе; решение в различных П.12 владение основами ситуациях; медицинских знаний и М.11 освоение знания оказания первой помощи устройства и принципов пострадавшим при действия бытовых неотложных состояниях приборов и других (при травмах, отравлениях технических средств, и различных видах используемых в поражений), включая повседневной жизни; знания об основных М 12 приобретение опыта инфекционных локализации возможных заболеваний и их опасных ситуаций, профилактике. связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации; М.13 формирование установки на здоровый образ жизни; М.14 развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки.	
--	--	--

1.3 В рамках программы учебной дисциплины обучающиеся должны обладать следующими личностными результатами:

ЛР1 Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.

ЛР 10 Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.

ЛР 16 Приобретение обучающимися социально значимых знаний о правилах ведения экологического образа жизни о нормах и традициях трудовой деятельности человека о нормах и традициях поведения человека в многонациональном, многокультурном обществе.

ЛР 20 Ценностное отношение обучающихся к своему здоровью и здоровью окружающих, ЗОЖ и здоровье окружающей среде и т.д.

2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	117
в том числе:	
Теоретическое обучение	60
Практическое обучение (практические занятия)	18
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	39
в том числе:	
сообщения,	10
доклады,	7
презентации,	9
работа с учебной литературой подготовка домашнего задания	13
Промежуточная аттестация (в форме дифференцированного зачета)	2

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины (УП)

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды Л,М,П результатов, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Введение	Содержание учебного материала Актуальность изучения дисциплины, цели и задачи. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности – современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий и специальностей.	3,5	Л. 01, ЛР.10, М.04, М.05, М.08 П.01
		2	
	В том числе, самостоятельной работы: Самостоятельная № 1 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень	0,5	

	Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» Самостоятельная № 2 Подготовка сообщения: Социальное и профессиональное самоопределение молодежи в Российской Федерации.	1	
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства		40,5	
Тема 1.1. Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	Содержание учебного материала	3,5	Л.01, Л.06, ЛР.10, М.01, М.03-05, М.10 П.01, П.09
	Значение культуры безопасности жизнедеятельности личности, общества в современном мире. Роль государства в обеспечении безопасности личности и общества. Роль науки и образования в формировании культуры безопасности жизнедеятельности личности и общества. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности. Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.	2	
	В том числе, самостоятельной работы: Самостоятельная № 3 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА –	0,5	

	ГРАФ» стр. 5-16; 184-188. Самостоятельная № 4 Подготовка доклада: «Кому на Руси жить хорошо?» социум и безопасность.	1	
Тема 1.2. Основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	Содержание учебного материала Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий. Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Психические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Общенаучные методологические подходы к изучению глобальных проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	4	Л.01, Л.05, ЛР.10, М.02-05, М.08, М.10, М.13 П.01, П.08, П.09
	Самостоятельная № 5 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 16-32; 188-201.	0,5	
	Самостоятельная № 6 Подготовка презентации: Озеро Байкал – ресурс и надежда Сибири.	1,5	
Тема 1.3 Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в	Содержание учебного материала Виды и источники антропогенных опасностей, критерии безопасности. Антропогенные, техногенные, социогенные	3,5	Л.01, Л.06, ЛР.10, М.01-08, М.10
		2	

среде жизнедеятельности.	проблемы. Система принципов и системный подход в обеспечении безопасности.		П.01, П.05, П.08
	В том числе, самостоятельной работы: Самостоятельная № 7 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 201-205.	0,5	
	Самостоятельная № 8 Подготовка доклада: Средства минимизации последствий аварийных ситуаций на транспорте.	1	
Тема 1.4 Основы управления безопасностью в системе «человек-среда обитания»	Содержание учебного материала	3,5	Л.01, Л.06, ЛР.10, М.01-10 П.01, П.05, П.08 П.09
	Системный подход к проектированию систем управления безопасностью. Система принципов обеспечения безопасности, стратегия управления безопасностью жизнедеятельности. Эргономические и психологические основы проектирования систем безопасности.	2	
	В том числе, самостоятельной работы: Самостоятельная № 9 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 205-212.	0,5	
	Самостоятельная № 10 Подготовка доклада: Пути и средства	1	

	развития в себе эстетического чувства.		
Тема 1.5 Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС).	Содержание учебного материала	6	Л.01, Л.06,
	Организация гражданской обороны на объектах экономики. История создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения и территорий в ЧС.	2	ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-02, П.07 П.08, П.09
	В том числе, самостоятельной работы: Самостоятельная № 11 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 55-65	0,5	
	Содержание учебного материала Конституционные основы обеспечения безопасности. Нормы международного права и положения Конституции Российской Федерации по правам человека. Федеральные законы по защите населения и территорий в мирное и военное время от чрезвычайных ситуаций и их последствий. Защита населения и территорий в ЧС. Поисково-спасательная служба МЧС России. Классификация ЧС	2	Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-02, П.07 П.08, П.09
	В том числе, самостоятельной работы: Самостоятельная № 12 Конспектирование Учебник «Основы		

	безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 32-36, 55-61; 228-231 Самостоятельная № 13 Подготовка сообщения: Конституции ведущих европейских стран.	0,5	
Тема 1.6 Защита населения и территорий от ЧС природного характера.	Содержание учебного материала Основы законодательства Российской Федерации по организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Права, обязанности и ответственность гражданина в области организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Классификация ЧС природного характера. Действия населения при возникновении опасных природных явлений и стихийных бедствий.	5	Л.01, Л.05, Л.06, ЛР.10, ЛР.16, М.01-10 П.01-02, П.05 П.07 П.08, П.09
		2	
	Самостоятельная № 14 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 66-71	0,5	
	Содержание учебного материала Классификация ЧС природного характера. Действия населения при возникновении опасных природных явлений и стихийных бедствий.	2	Л.01, Л.05, Л.06, ЛР.10, ЛР.16, М.01-10

			П.01-02, П.05 П.07 П.08, П.09
	Самостоятельная № 15 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 66-71	0,5	
Тема 1.7 Защита населения и территорий от ЧС техногенного характера.	Содержание учебного материала	5	Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.07 П.08, П.09
	Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера, их последствия. Общие правила действий в чрезвычайных ситуациях техногенного характера на взрывоопасном объекте.	2	
	Самостоятельная № 16 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 71-76	0,5	
	Содержание учебного материала Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование. Дорожно-транспортная безопасность.	2	Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.07 П.08, П.09
	Самостоятельная № 17 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 76-782; 248-251.	0,5	

Тема 1.8 Защита личности, общества, государства от угроз социального характера.	Содержание учебного материала Обеспечение социальной, экологической и государственной безопасности. Сущность явлений экстремизма, терроризма и наркотизма. Общегосударственная система противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму: основы законодательства Российской Федерации в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму. Органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации; права и ответственность гражданина в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации	5	Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.01-03, П.05 П.07, П.09
	В том числе, самостоятельной работы: Самостоятельная № 18 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 41-55; 217-228; 231-248	0,5	
	Содержание учебного материала Военные угрозы национальной безопасности России, характер современных войн и вооруженных конфликтов. Стратегия национальной безопасности России, цели, задачи, значение документа, Военная доктрина Российской Федерации.	2	Л.01, Л.02, ЛР.1, ЛР.16 М.01-05, М.08, М.10 П.02, П.08, П.09

	Национальная оборона Российской Федерации, цели, задачи, силы, средства, стратегия. Обеспечение национальной безопасности России		
	В том числе, самостоятельной работы: Самостоятельная № 19 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 36-40; 212-217	0,5	
Тема 1.9 Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность.	Содержание учебного материала	5	Л.01, Л.06, ЛР.10, ЛР.16 М.01-10 П.05,П.07 П.08, П.09
	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения. Защита населения и территорий от радиационной опасности. Оповещение, эвакуация населения.	2	
	Самостоятельная № 20 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 83-94.	0,5	
	Содержание учебного материала Средства коллективной защиты от оружия массового поражения. Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.	2	

	Самостоятельная № 21 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 94-102.	0,5	П.09
Раздел 2 Военная безопасность государства.		38	
Тема 2.1. Вооруженные Силы Российской Федерации.	Содержание учебного материала	7	Л.01, Л.02, ЛР.5, ЛР.16, ЛР.17, М.05, М.08, М.10, М.14
	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. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.	2	
	В том числе, самостоятельной работы: Самостоятельная № 22 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ». стр. 106-110 Самостоятельная № 23 Подготовка доклада: История великих побед русской армии.	0,5 1	
	Содержание учебного материала	2	

	Вооруженные Силы Российской Федерации, другие войска, воинские формирования и органы, их предназначение и задачи. Структура ВС РФ. Виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи. Основные направления развития и строительства ВС РФ. Модернизация вооружения, военной и специальной техники. Техническая оснащенность и ресурсное обеспечение ВС РФ.		ЛР.5, ЛР.16, ЛР.17, М.05, М.08, М.10, М.14
	Самостоятельная № 24 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ». стр. 110-113; 256-257	0,5	
	Самостоятельная № 25 Подготовка сообщения: История создания Железнодорожных войск РФ	1	
Тема 2.2 Воинская обязанность и военная служба.	Содержание учебного материала	8	Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.03-05, М.08, М.10 П.10, П.11
	Правовые основы воинской обязанности. Организация воинского учета. Подготовка граждан к военной службе. Правовые основы военной службы.	2	
	В том числе, самостоятельной работы: Самостоятельная № 26 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 113-116; 264-270	0,5	

	Самостоятельная № 27 Подготовка доклада: Жить по уставу: история и современность.	0,5	
	Содержание учебного материала Призыв граждан на военную службу. Права и обязанности военнослужащих. Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.	2	
	Самостоятельная № 28 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 116-119;	0,5	
	Содержание учебного материала Постановка на первоначальный воинский учет. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе. Военно учетная специальность.	2	Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.03-05, М.08, М.10 П.10, П.11
	Самостоятельная № 29 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 270-274	0,5	
Тема 2.3. Особенности военной службы по призыву и альтернативной	Содержание учебного материала Исполнение обязанностей военной службы. Срок военной службы для военнослужащих, проходящих военную службу по призыву,	5	Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.03, М.04,
		2	

гражданской службы.	по контракту и для проходящих альтернативную гражданскую службу. Поступление на военную службу по контракту. Альтернативная гражданская служба. Воинские должности и звания.		М.05, М.08, М.10 П.10, П.11
	В том числе, самостоятельной работы: Самостоятельная № 30 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 274-277	0,5	
	Содержание учебного материала Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ. Увольнение с военной службы. Запас. Мобилизационный резерв. Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова. Работа частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова для чистки и смазки. Хранение автомата Калашникова. Устройство патрона. Меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова.	2	Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.03, М.04, М.05, М.08, М.10 П.10, П.11
	В том числе, самостоятельной работы: Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В.,		

	Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 274-277 Самостоятельная № 31 Подготовка сообщения: Автомат Калашникова судьба конструктора и его детища.	0,5	
Тема 2.4 Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира.	Содержание учебного материала	3,5	Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.01-М.10, П.01, П.02, П.03, П.05, П.08, П.09
	Военные операции на территории России: борьба с терроризмом. Военные учения ВС РФ.	2	
	В том числе, самостоятельной работы: Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 277-289 Самостоятельная № 32 Подготовка презентации: Современные образцы стрелкового оружия состоящего на вооружении ВС РФ. Самостоятельная № 33 Подготовка презентации: Боевая техника и вооружение ВС РФ.	0,5	
	Самостоятельная № 34 Подготовка доклада: Российские миротворцы-герои РФ.	0,5	
Тема 2.5 Боевые традиции и ритуалы ВС РФ.	Содержание учебного материала	4,5	Л.02, ЛР.1, ЛР.16, М.04, М.05
	Воинские символы, традиции и ритуалы в ВС РФ. «Викториальные дни» России. Дни воинской славы РФ. Традиции	2	

	памяти-духовная связь поколений.		П.10, П.11
	В том числе, самостоятельной работы: Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр. 119-126; 289-293 Самостоятельная № 35 Подготовка презентации: Воинские звания и знаки различия в русской армии после 1917 года.	0,5	
	Самостоятельная № 36 Подготовка презентации: История появления наградной системы в русской армии.	0,5	
	Самостоятельная № 37 Подготовка презентации: Русское наградное оружие.	0,5	
	Самостоятельная № 38 Подготовка презентации: Георгиевские кавалеры.	0,5	
	Самостоятельная № 39 Подготовка сообщения: История флага и герба России.	0,5	
	Итого	72	
Аудиторная нагрузка		48	
Самостоятельная работа		24	
	В том числе, практических занятий:	6	
	Практическое занятие № 1 Назначение, боевые свойства и		

	составные части автомата Калашникова.		
	В том числе, практических занятий: Практическое занятие № 2 Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.	2	
	В том числе, практических занятий: Практическое занятие № 3 Отработка приемов использования первичных средств пожаротушения.	2	
Раздел 3 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни		33	
Тема 3.1 Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.	Содержание учебного материала	5,5	Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12
	Подходы к пониманию сущности здоровья. Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья. Социальная обусловленность здоровья человека в среде обитания. Демография и здоровье россиян: причины, проблемы, решения. Медицинское обеспечение населения России и культура здоровья.	2	
	В том числе, самостоятельной работы: Самостоятельная № 40 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА –	0,5	

	ГРАФ» стр. 127-131; 294-299 Самостоятельная № 41 Подготовка доклада: Демография и здоровье населения в России. Самостоятельная работа № 42 Подготовка сообщения: Основные положения ФЗ «Об основах здоровья граждан РФ» Самостоятельная работа № 43 Подготовка сообщения: Ответственность граждан за оставление пострадавшего в опасности.	1 1 1	
Тема 3.2 Здоровый образ жизни и его составляющие.	Содержание учебного материала	8,5	Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12
	Основы законодательства Российской Федерации в области формирования здорового образа жизни. Факторы и привычки, разрушающие здоровье. Индивидуальная модель здорового образа жизни. Общие понятия о здоровье. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	2	
	В том числе, самостоятельной работы:		

	Самостоятельная № 44 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр.132-134; 299-319	0,5	
	Самостоятельная № 45 Подготовка доклада: Проект вашего будущего: «сам себе режиссер»	1	
	Самостоятельная работа № 46 Подготовка сообщения: ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»	1	
	Самостоятельная работа № 47 Подготовка презентации: Алкоголь. Личность и здоровье.	1,5	
	Самостоятельная работа № 48 Подготовка презентации: Наркомания - болезнь молодых	1,5	
	Самостоятельная работа № 49 Подготовка сообщения: Электронная сигарета (вэйп), вред для здоровья человека.	1	
Тема 3.3 Инфекционные заболевания, их особенности и меры профилактики.	Содержание учебного материала	4,5	Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12
	Факторы риска инфекционных заболеваний и меры их профилактики. Основные инфекционные болезни: классификация, механизмы передачи инфекции, меры профилактики и медицинской помощи. Источники инфекционных заболеваний и факторы риска.	2	

	В том числе, самостоятельной работы: Самостоятельная № 50 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр.134-149	0,5	
	Самостоятельная работа № 51 Подготовка сообщения: Профилактика и предупреждение инфекционных заболеваний.	1	
	Самостоятельная работа № 52 Подготовка сообщения: Профилактика и предупреждение заболевания гриппом, ОРВИ и ОРЗ.	1	
	В том числе, практических занятий: Практическое занятие № 4: Гигиенические основы рационального питания	2	
Тема 3.4 Медико психологическая помощь.	Содержание учебного материала	2,5	Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12
	Права и обязанности очевидцев происшествия по оказанию первой помощи. Психотравмирующие ситуации и первая психологическая помощь. Медицина катастроф и службы экстренной медицинской помощи.	2	
	В том числе, самостоятельной работы: Самостоятельная № 53 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень	0,5	

	Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр.149-154; 320-328		
Тема 3.5 Правила оказания первой помощи при травмах	Содержание учебного материала	4	Л.05, ЛР.20, М.04, М.05, М.10, М.13 П.04, П.06, П.12
	Понятие об асептике, антисептики, антибиотиках. Порядок и правила оказания первой помощи при травмах. Способы остроты боли и противошоковые мероприятия. Правовые основы оказания первой помощи при дорожно-транспортном происшествии.	2	
	В том числе, самостоятельной работы: Самостоятельная № 54 Конспектирование Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ» стр.154-159; 333-351 Самостоятельная № 55 Подготовка презентации: Основы первой помощи при неотложных состояниях.	0,5 1,5	
	В том числе, практических занятий: Практическое занятие № 5: Первая помощь при кровотечениях, ранениях.	2	
	Практическое занятие № 6: Первая помощь при заболевании сердечно-сосудистой системы и инсульте. Реанимация при клинической смерти.	2	
	Практическое занятие № 7: Первая помощь при ушибах,	2	

	растяжении связок, вывихах, переломах.		
Дифференцированный зачет		2	
Итого за семестр		45	
Аудиторная нагрузка		12	
Практические занятия		18	
Самостоятельная работа		15	
ИТОГО		117	
ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ		18	
Самостоятельная работа		39	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 для реализации программы учебной дисциплины имеются в наличии следующие специальные помещения:

Кабинет «Безопасность жизнедеятельности» оснащенный оборудованием:

- общевойсковой защитный комплект (ОЗК);
- общевойсковой противогаз или противогаз ГП-7;
- гопкалитовый патрон ДП-5В;
- изолирующий противогаз в комплекте с регенеративным патроном;
- респиратор Р-2
- индивидуальный противохимический пакет (ИПП-8, 9, 10, 11);
- ватно-марлевая повязка;
- противопыльная тканевая маска;
- медицинская сумка в комплекте;
- носилки санитарные;
- аптечка индивидуальная (АИ-2);
- бинты марлевые;
- бинты эластичные;
- жгуты кровоостанавливающие резиновые;
- индивидуальные перевязочные пакеты;
- косынки перевязочные;
- ножницы для перевязочного материала прямые;
- шприц-тюбики одноразового пользования (без наполнителя);
- шинный материал (металлические, Дитерихса);
- огнетушители порошковые (учебные);
- огнетушители пенные (учебные);
- огнетушители углекислотные (учебные);
- устройство отработки прицеливания;
- учебные автоматы АК-74;
- винтовки пневматические;
- комплект плакатов по Гражданской обороне;
- комплект плакатов по Основам военной службы;

- аудио-, видео-, проекционная аппаратура;
- войсковой прибор химической разведки (ВПХР);
- манекен «ВИТИМ» 2-2У;
- электронный тир «КАДЕТ».

3.2 Информационное обеспечение реализации программы

3.2.1 Печатные издания:

1. Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 10 – 11 класс базовый уровень Ким С.В., Горский В.А. ООО «Издательский центр ВЕНТАНА – ГРАФ», 2019 - 396

ДОПОЛНИТЕЛЬНО:

1. ОБЖ: учебник для студ. Учреждений сред. проф. образования/ Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. -2-е изд., стер. -М.: Издательский центр «Академия» 2017. -368 с.

2. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник для общеобразоват. учреждений: базовый и профил. уровни / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». – 4-е изд., перераб. – М.: Просвещение, 2015. – 351 с.

3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учебник для общеобразоват. учреждений: базовый и профил. уровни / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». – 4-е изд., перераб. – М.: Просвещение, 2015. – 320 с.

3.2.2 Интернет-ресурсы

При организации дистанционного обучения используются электронные платформы: Zoom, Moodle (режим доступа: сайт СТЖТ <https://sdo.stgt.site/>)

1. www.mchs.gov.ru — сайт МЧС РФ. (структура, нормативно правовая база, задачи, предназначение, хроника происшествий ЧС)

2. www.mvd.ru — сайт МВД РФ. (структура, предназначение, нормативно правовая база)

3. www.mil.ru — сайт Минобороны РФ. (структура, предназначение, нормативно правовая база)

4. www.fsb.ru — сайт ФСБ РФ. (структура, предназначение, нормативно правовая база)
5. www.pobediteli.ru - проект «Победители: Солдаты Великой войны
6. www.monino.ru - Музей Военно – Космических Сил
7. www.simvolika.rsl.ru – Государственные символы России. История и реальность
8. www.militera.lib.ru – Военная литература

3.2.3 Нормативно – правовые акты

1. О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера: Федеральный закон от 21.12.1994.г № 68-ФЗ. (с изменениями от 30 декабря 2021 года)
2. Об обороне: Федеральный закон от 31.05.1996г. № 61 ФЗ (с изменениями и дополнениями от 11 июня 2021 г.)
3. О воинской обязанности и военной службе: Федеральный закон от 28.03.1998г.№53-ФЗ (ред. от 30 декабря 2021г.)
4. О статусе военнослужащих: Федеральный закон от 27.05.1998г. №76-ФЗ (ред. от 25.02.2022г.)
5. О гражданской обороне: Федеральный закон от 12.02.1998г. № 28 (ред. от 11.06.2021г.)
6. О пожарной безопасности: Федеральный закон от 21.12.1994г. № 69-ФЗ (с изменениями от 16 апреля 2022г.)
7. О днях воинской славы и памятных датах России: Федеральный закон от 13. 03. 1995г. № 32-ФЗ. (ред. от 31.07.2020г.)
8. О противодействии терроризму: Федеральный закон от 06.03.2006 № 35 – ФЗ (с изменениями от 26.05. 2021г.)

3.3 Программа обеспечена необходимым комплектом лицензионного программного обеспечения.

4.1 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень личностных результатов, осваиваемых в рамках дисциплины:		
Л.01 развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз; Л.02 быть готовым к служению Отечеству, его защите; Л.03 формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности; Л.04 исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.); Л.05 воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к	Отношение обучающихся к себе, к своему здоровью, к познанию себя, к России как к Родине (Отечеству), к закону, государству и к гражданскому обществу, отношений с окружающими людьми, к окружающему миру, живой природе, художественной культуре, к семье и родителям, в том числе подготовка к семейной жизни, к труду, в сфере социально – экономических отношений, а также физического психологического, социального и академического благополучия.	Фронтальный опрос, практическое занятие, тестирование, оценка качества выступления и оформления доклада, сообщения и презентаций.

индивидуальной и общественной ценности; Л.06 освоение приемов действий в опасных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.		
Перечень метапредметных результатов, осваиваемых в рамках дисциплины:		
М.01 овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных чрезвычайных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека; М.02 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	Умение оценивать, выбирать, определять, искать пути решения в регулятивных, познавательных и коммуникативных действиях.	Фронтальный опрос, практическое занятие, тестирование, оценка качества выступления и оформления доклада, сообщения и презентаций.

деятельности в обеспечении личной безопасности; М.03 формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; М.04 приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий; М.05 развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение; М.06 формирование умений взаимодействовать с		
--	--	--

окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций; М.07 формирование умений предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников; М.08 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; М.09 формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения		
---	--	--

и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения; М.10 развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях; М.11 освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; М 12 приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации; М.13 формирование установки на здоровый образ жизни; М.14 развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости,		
--	--	--

скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки.		
Перечень предметных результатов, осваиваемых в рамках дисциплины:		
П.01 сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора; П.02 знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; П.03 сформированность	Функциональная грамотность в повседневной жизни и общее развитие. Компетентность в профессиональной деятельности	Фронтальный опрос, практическое занятие, тестирование, оценка качества выступления и оформления доклада, сообщения и презентаций.

представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; П.04 сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности; П.05 знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; П.06 знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.); П.07 знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;		
--	--	--

П.08 умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники; П.09 умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; П.10 знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая		
--	--	--

и тактическая подготовка; П.11 знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе; П.12 владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.		
Перечень личностных результатов осваиваемых в рамках дисциплины:		
ЛР1 Осознающий себя гражданином и защитником великой страны. ЛР 10 Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.	Отношение обучающихся к себе, к России как к Родине (Отечеству), к закону, государству и к гражданскому обществу, отношений с окружающими людьми, к окружающему миру,	Фронтальный опрос, практическое занятие, тестирование, оценка качества выступления и оформления доклада, сообщения и презентаций.

ЛР 16 Приобретение обучающимися социально значимых знаний о правилах ведения экологического образа жизни о нормах и традициях трудовой деятельности человека о нормах и традициях поведения человека в многонациональном, многокультурном обществе. ЛР 20 Ценностное отношение обучающихся к своему здоровью и здоровью окружающих, ЗОЖ и здоровье окружающей среде и т.д.	живой природе, художественной культуре, к семье и родителям, в том числе подготовка к семейной жизни, к труду, в сфере социально — экономических отношений, а также физического психологического, социального и академического благополучия.	
--	---	--

5 ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ:

5.1 Пассивные: опрос, репродуктивные упражнения по закреплению и отработке изученного материала

5.2 Активные и интерактивные: эвристические беседы, дискуссии, круглый стол, презентация, викторина.