

Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение
«Дербентский профессионально-педагогический колледж им.
Г.Б.Казиахмедова»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ОУП.07 Основы безопасности жизнедеятельности

Для специальностей универсального профиля:

09.02.07 «Информационные системы и программирование»

Дербент 2025 г.

Рабочая программа учебного предмета разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) среднего общего образования от 17.05.12 № 413 с изменениями и дополнениями от: 29.12.14; 31.12.15; 29.06.17.

Организация-разработчик: ГБПОУ ДППК им. Г.Б.Казиахмедова

Разработчики:

Рамазанов Виктор Мевлудинович, ГБПОУ ДППК им. Г.Б.Казиахмедова;

Программа рассмотрена на заседании методического объединения преподавателей

Рекомендована методическим советом ГБПОУ ДППК им. Г.Б.Казиахмедова к использованию в качестве рабочей программы предмета для специальностей универсального профиля от 21.02.2025

Утверждена приказом директора ГБПОУ ДППК им. Г.Б.Казиахмедова № _54_ от 24.02.25

СОДЕРЖАНИЕ

Результаты освоения учебного предмета.....	4
Содержание учебного предмета.....	8
Введение.....	8
1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	8
2. Государственная система обеспечения безопасности населения.....	9
3. Основы обороны государства и воинская обязанность....	10
4. Основы медицинских знаний.....	12
Тематическое планирование.....	15
Примерные темы индивидуальных проектов	17
Список источников	18

1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» при освоении специальностей СПО универсального профиля профессионального образования изучается на базовом уровне ФГОС среднего общего образования как обязательный учебный предмет, учитывающий специфику осваиваемых специальностей.

Содержание предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на формирование личностных, метапредметных и предметных результатов ФГОС среднего общего образования, а также общих компетенций в соответствии с требованиями ФГОС среднего профессионального образования по специальности 09.02.07 «Информационные системы и программирование» (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 9 декабря 2016 г. N 1547).

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;

ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей;

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности;

Результаты освоения учебного предмета в соответствии с ФГОС СОО	Общие компетенции ФГОС СПО
Личностные: ЛР1. российскую гражданскую 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); ЛР2. гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и	ОК6 ОК1, ОК3, ОК4, ОК6

<p>общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;</p> <p>ЛР3. готовность к служению Отечеству, его защите;</p> <p>ЛР4. сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;</p> <p>ЛР5. сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;</p> <p>ЛР6. толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем 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>ЛР8. нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;</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 людей, умение оказывать первую помощь;</p> <p>ЛР15. ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.</p>	<p>ОК6 ОК1, ОК2 ОК3</p> <p>ОК4, ОК6</p> <p>ОК2, ОК4, ОК9</p> <p>ОК6</p> <p>ОК4 ОК6</p> <p>ОК1, ОК3, ОК7</p> <p>ОК3, ОК6, ОК7</p> <p>ОК3, ОК6</p>
<p>Метапредметные:</p> <p>МП1 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>МП2 умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;</p>	<p>ОК1, ОК2, ОК5, ОК9</p> <p>ОК4, ОК5</p>

<p>МП3 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>МП4 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>МП7 умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей.</p>	<p>ОК1, ОК2, ОК9</p> <p>ОК2, ОК9</p> <p>ОК1, ОК3</p>
<p>Предметные:</p> <p>П1 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;</p> <p>П2 знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;</p> <p>П3 сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;</p> <p>П4 сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;</p> <p>П5 знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;</p> <p>П6 знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);</p> <p>П7 знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</p> <p>П8 умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;</p> <p>П9 умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>П10 знание основ обороны государства и воинской службы:</p>	<p>ОК3, ОК7</p> <p>ОК6, ОК7</p> <p>ОК6, ОК7</p> <p>ОК2, ОК7</p> <p>ОК7</p> <p>ОК7</p> <p>ОК6, ОК7</p> <p>ОК7</p> <p>ОК1, ОК7</p> <p>ОК2, ОК3,</p>

<p>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;</p> <p>П11 знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</p> <p>П12 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.</p>	<p>ОК6</p> <p>ОК1, ОК3, ОК6</p> <p>ОК3, ОК7</p>
---	---

Промежуточная аттестация для специальностей универсального профиля проводится в форме дифференцированного зачета.

В программе курсивом выделен материал, который при изучении ОБЖ контролю не подлежит.

На изучение предмета рабочим учебным планом предусмотрено 80 часов, из них 42 часа аудиторных занятий, 38 часов практических занятий.

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Введение

Актуальность изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи предмета. Основные теоретические положения предмета, 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 СПО и специальностей СПО.

1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье.

Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

Факторы, способствующие укреплению здоровья. 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.

Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.

Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам.

Профилактика наркомании.

Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе.

Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.

Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура

брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».

Практические занятия

Расчет суточного расхода энергии

Составление суточного пищевого рациона

2. Государственная система обеспечения безопасности населения

Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны.

Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.

Современные средства поражения и их поражающие факторы.

Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.

Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.

Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта,

захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.

Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.

МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

Практические занятия

Отработка моделей поведения в ЧС природного характера

Отработка моделей поведения в ЧС техногенного характера

Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов ЧС

Изучение мероприятий по защите населения от негативных воздействий ЧС

Изучение основных способов пожаротушения

3. Основы обороны государства и воинская обязанность

История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV–XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.

Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.

Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-космические силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, Национальная Гвардия Российской Федерации, Железнодорожные

войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение.

Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского обследования и освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего образования.

Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.

Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.

Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества.

Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности.

Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-

правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.

Как стать офицером Российской армии. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.

Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества. Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России — дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.

Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части.

Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести.

Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы.

Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

Практические занятия

Обеспечение военной безопасности

Характеристика видов и родов ВС РФ

Особенности прохождения военной службы

Права и обязанности военнослужащих

Уголовная ответственность за преступления против военной службы

4. Основы медицинских знаний

Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».

Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях.

Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.

Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.

Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.

Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур.

Последствия воздействия высоких температур на организм человека.

Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.

Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени обморожений.

Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.

Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.

Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.

Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.

Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.

Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.

Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами.

Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.

Практические занятия

Освоение основных приемов оказания первой помощи при ранениях и травмах
Освоение основных приемов оказания первой помощи при термических травмах
Освоение основных приемов оказания первой помощи при отравлении
Освоение основных приемов оказания первой помощи при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути
Освоение основных приемов оказания первой помощи при обмороке
Освоение основных приемов оказания первой помощи при остановке сердца
Основные инфекционные болезни, их профилактика

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем	Учебная нагрузка обучающихся			Личностные результаты (лр)
		Объем ОП	Лекции	Практические занятия	
1-2	Введение	2	2		
	Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	12	8	4	ЛР7,11,12,15
3-4	Здоровье и здоровый образ жизни	2	2		
5-6	Расчет суточного расхода энергии	2		2	
7-8	Составление суточного пищевого рациона	2		2	
9-10	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	2	2		
11-12	Вредные привычки, их профилактика	2	2		
13-14	Правила и безопасность дорожного движения	2	2		
	Тема 2 Государственная система обеспечения безопасности населения	20	10	10	ЛР2,4,6,8
15-16	Общая характеристика ЧС	2	2		
17-18	Отработка моделей поведения в ЧС природного характера	2		2	
19-20	Отработка моделей поведения в ЧС техногенного характера	2		2	
21-22	РСЧС, структура, задачи. ГО, структура, задачи	2	2		
23-24	Защитные сооружения ГО, их виды	2	2		
25-26	Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов ЧС	2		2	
27-28	Изучение мероприятий по защите населения от негативных воздействий ЧС	2		2	
29-30	Основные направления деятельности гос. организаций по защите от ЧС	2	2		
31-32	Изучение основных способов пожаротушения	2		2	
33-34	Терроризм, правила безопасного поведения	2	2		
	Тема 3. Основы обороны государства и воинская обязанность	20	10	10	ЛР1,2,3,4,5,6,8
35-36	Функции и основные задачи современных ВС РФ	2	2		
37-38	Обеспечение военной безопасности	2		2	
39-40	Виды и рода Вооруженных Сил	2	2		
41-42	Характеристика видов и родов ВС РФ	2		2	
43-44	Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе	2	2		
45-46	Военная служба по призыву, контракту, АГС	2	2		

47-48	Особенности прохождения военной службы	2		2	
49-50	Права и обязанности военнослужащих	2		2	
51-52	Уголовная ответственность за преступления против военной службы	2		2	
53-54	Символы и ритуалы ВС РФ	2	2		
	Тема 4 Основы медицинских знаний	24	10	14	ЛР4,12
55-56	Общие правила оказания первой помощи	2	2		
57-58	Первая помощь при ранениях и травмах	2	2		
59-60	Освоение основных приемов оказания первой помощи при ранениях и травмах	2		2	
61-62	Первая помощь при термических травмах	2	2		
63-64	Освоение основных приемов оказания первой помощи при термических травмах	2		2	
65-66	Первая помощь при отравлениях и попадании инородных тел в верхние дыхательные пути	2	2		
67-68	Освоение основных приемов оказания первой помощи при отравлении	2		2	
69-70	Освоение основных приемов оказания первой помощи при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути	2		2	
71-72	Освоение основных приемов оказания первой помощи при обмороке	2		2	
73-74	Первая помощь при остановке сердца	2	2		
75-76	Освоение основных приемов оказания первой помощи при остановке сердца	2		2	
77-78	Основные инфекционные болезни, их профилактика	2		2	
79-80	Дифференцированный зачет	2	2		
	Итого	80	42	38	

ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ

1. Изучение ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
2. Изучение ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
3. Исследование причин возникновения экстремизма.
4. Выявление факторов снижения риска для жизни и здоровья при террористическом акте.
5. Разработка принципов планирования режима дня обучающихся ПОО.
6. Исследование влияния личностных качеств на поведение в ЧС.
7. Изучение истории возникновения новых родов войск.
8. Анализ современного состояния и проблем института семьи и брака в РФ.
9. Изучение сформированности системы знаний о здоровом образе жизни у обучающихся.
10. Характеристика факторов, повышающих вероятность возникновения эпидемиологической ситуации
11. Охрана окружающей среды в России. Современные проблемы и пути их решения.
12. Перспективы прохождения военной службы по контракту в ВС РФ.
13. Значение военно-патриотического воспитания и подготовки к военной службе.
14. Уровень физической подготовки выпускника школы и соответствие требованиям предъявляемых военной службой.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

Основной

1. **Косолапова, Н. В.** Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник для студентов сред. проф. учеб. заведений / Н. В. Косолапова, Н. В. Прокопенко. – Москва : КноРус, 2016. – 192 с.
2. **Косолапова, Н. В.** Основы безопасности жизнедеятельности [Текст] : учебник для учреждений сред. проф. образования / Н. В. Косолапова, Н. В. Прокопенко. – Москва : ИЦ «Академия», 2016. – 368 с.

Дополнительный

3. Безопасности жизнедеятельности [Текст] : учебник для учреждений сред. проф. образования / Э. А. Арустамов, Н. В. Прокопенко Н. В. Косолапова, Г.В. Гуськова. – Москва : ИЦ «Академия», 2015. – 176 с.
4. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф [Текст] : учебник для учреждений сред. проф. образования / С. Б. Варющенко, В. С. Гостев, Н.М. Киршин и др. ; ред. Н. М. Киршин. – Москва : Академия, 2014. – 320 с.
5. Латчук, В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-й класс. Базовый уровень [Текст] : учебник / В. Н. Латчук, В. В. Марков, С. П. Миронов, С. Н. Вангоровский. – Москва : Дрофа, 2015.– 256 с.
6. Латчук, В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 11-й класс. Базовый уровень [Текст] : учебник / В. Н. Латчук, В. В. Марков, С. П. Миронов. – Москва : Дрофа, 2015. – 240 с.
7. Микрюков, В. Ю. Азбука патриота. Друзья и враги России [Текст] / В. Ю. Микрюков. – Москва : Книжный мир, 2013. – 288 с.
8. Микрюков, В. Ю. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник для студентов сред. проф. образования / В. Ю. Микрюков. – Москва : ИЦ «Академия», 2016. – 288 с.
9. Микрюков, В. Ю. Основы военной службы [Текст] : учебник для учащихся старших классов сред. образов. учреждений и студентов сред. спец. учеб. заведений, а также преподавателей этого курса / В. Ю. Микрюков. – Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2015. – 384 с.
10. Сапронов, Ю. Г. Безопасности жизнедеятельности [Текст] : учебник для учреждений сред. проф. образования / Ю. Г. Сапронов. – Москва : ИЦ «Академия», 2015. – 336 с.

Интернет-ресурсы:

1. Единая коллекция Цифровых образовательных ресурсов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://school-collection.edu.ru/>, свободный. – загл. с экрана.
2. Единое окно доступа к информационным ресурсам [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://window.edu.ru/>, свободный. – Загл. с экрана.

3. ОБЖ: Безопасность через обучение [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.obzh.ru/>, свободный. – Загл. с экрана.
4. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://0bj.ru/>, свободный. – Загл. с экрана.
5. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://fcior.edu.ru/>, свободный. – загл. с экрана.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 303540294533635982749676679132712847518854643065

Владелец Аскендерова Джамиля Букаровна

Действителен с 11.03.2025 по 11.03.2026