бюджетное профессиональное образовательное учреждение Омской области
"Павлоградский техникум
сельскохозяйственных и перерабатывающих технологий"

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Павлоградка 2018

ОДОБРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
на заседании МК ООД протокол № 1 от «1» сентября 2018 г Председатель	Заместитель директора _____ С.В. Рослик «11» сентября 2018 г.	Директор _____ Л.В. Терещенко «1» сентября 2018 г.
на заседании МК ООД протокол № 1 от «___»_____201__ г Председатель_____	Заместитель директора _____ С.В. Рослик «___» _____201__г.	Директор _ _____ Л.В. Терещенко «___» _____201__г.
на заседании МК ООД протокол № 1 от «___» _____201__г. Председатель_____	Заместитель директора _____ С.В. Рослик «___» _____201__г.	Директор _ _____ Л.В. Терещенко «___» _____201__г.

Организация-разработчик: бюджетное профессиональное образовательное учреждение Омской области «Павлоградский техникум сельскохозяйственных и перерабатывающих технологий» (далее – БПОУ ПТСиПТ)

Разработчик:

Богомолов Валерий Григорьевич, преподаватель-организатор ОБЖ, Павлоградский техникум сельскохозяйственных и перерабатывающих технологий

Рецензент: Махно Владимир Владимирович, начальник ТОНД и ПР Павлоградского района, майор внутренней службы

_____ Махно В.В.

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка - 3
Общая характеристика учебной дисциплины ОБЖ - 6
Место учебной дисциплины в учебном плане - 7
Результаты освоения учебной дисциплины - 7
Объём учебной дисциплины и виды учебной работы - 10
Тематическое план и содержание учебной дисциплины – 11
Характеристика основных видов деятельности студентов- 32
Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебной дисциплины ОБЖ - 33
Рекомендуемая литература - 34

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы безопасности жизнедеятельности

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях СПО, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования при подготовке специалистов среднего звена.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом Примерной основной образовательной программы среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 года № 2/16-з, требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности:

19.02.10 Технология продукции общественного питания.

Программа является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности, входящей в состав укрупненной группы профессий:

19.00.00 Промышленная экология и биотехнология

19.02.10 Технология продукции общественного питания.

Программа учебной дисциплины ОБЖ разработана в соответствии с:

- федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. **№ 273-ФЗ** «Об образовании в Российской Федерации»;

- ФГОС среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 г. № 413;
- федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) среднего профессионального образования (п. 7.9) и среднего профессионального образования (п.7.11) которые распространяются на профессии и специальности с получением среднего общего образования:
19.02.10 Технология продукции общественного питания
- рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований ФГОС и получаемой профессии или специальности СПО (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259);
- примерной программой общеобразовательной учебной дисциплины «ОБЖ» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной ФГАУ «ФИРО», протокол № 3 от 21 июля 2015 г.;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015 № 1577 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897" (Зарегистрирован в Минюсте России 02.02.2016 № 40937);
- Реестра примерных основных образовательных программ: Примерная основная образовательная программа среднего общего образования.
- приказа Минобрнауки России от 19.10.2009 г**. № 427** «О внесении изменений в федеральный компонент государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования, утверждённый приказом Министерства образования РФ от 05.03.2004 г. № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»;
- Постановления Правительства Российской Федерации от 31 декабря 1999 года №1441 «Положение о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе»;
- Приказ министра обороны РФ № 96, Минобрнауки РФ №134 от 24.02.2010 года «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального

профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах»

- приказ Минобрнауки России от 23 июня 2015 г. № 4609 «О внесении изменений в федеральный компонент государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования, утвержденный приказом Минобрнауки РФ от 5.03.2004 г. № 1089;
- методические рекомендации в соответствии с письмом Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 03.05.2017 № 09-941
- Концепция преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности в образовательных организациях РФ, реализующих общеобразовательные программы.

В структуру программы учебной дисциплины включена тема № 4.9. «ВИЧ- следствие асоциального образа жизни» из программы факультатива «Полезная практика» в рамках реализации Плана межведомственного взаимодействия по профилактике ВИЧ-инфекции на территории Омской области, утвержденного 12.08.2008 года.

Содержание программы «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих целей:

- **освоение знаний** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
- **воспитание** ответственностиза личную безопасность и безопасность общества, отношения к здоровью и человеческой жизни как главной ценности;уважения к героическому наследию России, государственной символике и традициям, патриотизма и долга по защите Отечества;
- **развитие** эмоционально-волевых черт личности, обеспечивающих безопасное поведение в опасных и чрезвычайных ситуациях; бдительности по предотвращению актов экстремизма и терроризма; потребности ведения здорового образа жизни; необходимых физических и психологических качеств личности при подготовке к защите Отечества;
- **овладение умениями** действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим; оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья.

1.2 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

В современных условиях глобализации развития мировой экономики, усложнения, интенсификации и увеличения напряженности профессиональной деятельности специалистов существенно возрастает общественно-производственное значение состояния здоровья каждого человека. Здоровье становится приоритетной социальной ценностью. В связи с этим исключительную важность приобретает высокая профессиональная подготовка специалистов различного профиля к принятию решений и действиям по предупреждению чрезвычайных ситуаций (ЧС), а при их возникновении — к проведению соответствующих мероприятий по ликвидации их негативных последствий, и прежде всего к оказанию первой помощи пострадавшим.

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучает риски производственной, природной, социальной, бытовой, городской и других сред обитания человека, как в условиях повседневной жизни, так и при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного, природного и социального характера. Данная дисциплина является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности.

Программа выполняет две основные функции:

– информационно-методическую, позволяющую всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития, обучающихся средствами предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»;

– организационно-планирующую, предусматривающую выделение этапов обучения, структурирование учебного материала, определение его количественных и качественных характеристик на каждом из этапов, в том числе для содержательного наполнения промежуточной аттестации обучающихся.

Основными содержательными модулями программы являются:

- обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья;
-государственная система обеспечения безопасности населения;
- основы обороны государства и воинская обязанность,
- основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

В соответствии с Законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе» изучение раздела «Основы обороны государства и воинская обязанность» является обязательным только для лиц мужского пола. Кроме того, в конце изучения программы «Безопасность жизнедеятельности» для обучающихся мужского пола проводятся пятидневные учебные сборы (35 часов), сочетающие разнообразные формы организации теоретических и практических занятий.

В итоге, у юношей формируется адекватное представление о военной службе, развиваются качества личности, необходимые для ее прохождения;

Для девушек в программе предусмотрен раздел «Основы медицинских знаний». В процессе его изучения формируются знания в области медицины, умения оказывать первую медицинскую помощь при различных травмах. Девушки получают сведения о здоровом образе жизни, основных средствах планирования семьи, ухода за младенцем, поддержании в семье духовности, комфортного психологического климата.

Таким образом, программа предоставляет возможность реализации различных подходов к построению образовательного процесса, формированию у обучающихся системы знаний, умений, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций:

умений самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность в сфере безопасной жизнедеятельности;

умений оценивать и корректировать свое поведение в окружающей среде на основе выполнения экологических требований, участвуя в проектной деятельности, учебно-исследовательской работе;

умений отстаивать свою гражданскую позицию, осознанно осуществлять выбор пути продолжения образования или будущей профессии.

Изучение общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации студентов в процессе освоения ППССЗ СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

1.3 . МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» являются учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

В профессиональных образовательных организациях учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ППССЗ СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

В учебном плане дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в состав общих общеобразовательных учебных дисциплин.

1.4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих результатов:

• *личностных:*

− развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

− готовность к служению Отечеству, его защите;

− формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

− исключение из своей жизни вредных привычек
(курения, пьянства и т. д.);

− воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;

− освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

• *метапредметных:*

− овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

− овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
− формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

− приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

− развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

− формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

− формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

− развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

− формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

− развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

− освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

− приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

− формирование установки на здоровый образ жизни;

− развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

Требования к предметным результатам освоения базового курса основ безопасности жизнедеятельности должны отражать:

п\п №	предметные результаты освоения
1.	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;
2.	знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
3.	сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
4.	сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
5.	знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
6.	знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

7.	знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
8.	умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
9.	умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
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;
11.	знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
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.

В процессе освоения дисциплины у студентов **формируются общие компетенции (ОК):**

Код	**Наименование результата обучения**
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 3.	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.
ОК 4.	Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
ОК	Брать на себя ответственность за работу членов команды

7.	(подчиненных), результат выполнения заданий.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

ОБЪЁМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	***Объем часов***
Максимальная учебная нагрузка (всего)	**105**
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	**35**
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	**70**
в том числе	
теоретических занятий	**53**
практические занятия	**17**
Контрольное тестирование	**2**
Промежуточная аттестация *в форме дифференцированного зачёта*	

2.2. Рабочий тематический план
и содержание учебной дисциплины основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	**2**	**3**	**4**
(1,2) Цели и задачи изучения дисциплины ОБЖ.	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. 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 СПО и специальностей СПО.	**2**	**1**
	Самостоятельная работа студентов Составление глоссария терминов	**1**	
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		**24/16/8**	
	Содержание учебного материала		
(3,4) Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни.	Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Личная безопасность и сохранение здоровья в быту (пользование бытовой техникой, средствами бытовой химии, лекарственными препаратами, использование синтетических материалов и др.)	**2**	**1**
	Самостоятельная работа студентов Написать реферат: Химия в быту.	**1**	
(5,6) Тема 1.2. 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. «О внедрении Всероссийского	**1**	**3**

	физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на основании приказа Минспорта России от «08» июля 2014 г. № 575, распоряжения Правительства Омской области от 20 мая 2015 г. № 77-рп, письма МО и Н РТ «О направлении рекомендаций по апробации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). **Практическое занятие № 1.** Особенности основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	**1**	
	Самостоятельная работа студентов Работа с таблицей №7	**1**	
(7,8) Тема 1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов. Безопасное поведение в экологически неблагоприятных условиях. Оценка экологической комфортности окружающей среды. Пользование бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания.	**2**	**1**
	Самостоятельная работа студентов Работа с параграфом	**1**	
(9,10) Тема 1.4. Вредные привычки 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. Опасности современных молодежных хобби. Модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби.	**2**	**1**
	Самостоятельная работа студентов Подготовить презентацию	**1**	

(11,12) Тема 1.5. Наркотики и наркомания.	Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании. **Практическое занятие № 2.** Основные признаки развития наркомании.	**1** **1**	**2**
	Самостоятельная работа студентов Подготовить презентацию	**1**	
(13,14) Тема 1.6. Правила и безопасность дорожного движения.	Основные нормативные правовые акты, определяющие правила и безопасность дорожного движения. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. **Практическое занятие № 3.** Решение задач ПДД.	**1** **1**	**2**
	Самостоятельная работа студентов Решение задач ПДД.	**1**	
(15,16) Тема 1.7. 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.	**2**	**1**
	Самостоятельная работа студентов Самостоятельная работа с Семейным Кодексом РФ	**1**	
(17,18) Тема 1.8. 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». **Практическое занятие № 4.** Решение задач по семейному праву.	**1** **1**	**3**
	Самостоятельная работа студентов Самостоятельная работа с Семейным Кодексом РФ	**1**	
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.		**24/16/8**	
	Содержание учебного материала		

(19,20) Тема 2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	Характеристики чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Безопасное поведение в природной среде. Приемы оказания помощи утопающему. Виды лесных пожаров и правила поведения в лесу в пожароопасный сезон. **Практическое занятие № 5.** Ориентирование на местности, сооружение временного укрытия, добывание огня, воды и пищи, подача сигналов бедствия.	**1** **1**	**3**
	Самостоятельная работа студентов Безопасное поведение на воде.	**1**	
(21,22) Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). История её создания, предназначение, структура задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. **Практическое занятие № 6.** Изучение назначения, устройства и принципа действия первичных средств тушения пожаров.	**1** **1**	**2**
	Самостоятельная работа студентов Составить план эвакуации учебного заведения.	**1**	
(23,24) Тема 2.3. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. **Практическое занятие № 7.** Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).	**1** **1**	**1**
	Самостоятельная работа студентов Составить схему эвакуации.	**1**	
(25,26) Тема 2.4. Современные средства поражения и их	Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях	**1**	**1**

поражающие факторы.	военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций. **Практическое занятие № 8.** Средства индивидуальной защиты.	**1**	
	Самостоятельная работа студентов По таблице подобрать размер маски противогаза ГП-7	**1**	
(27,28) Тема 2.5. Инженерная защита.	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах ЧС. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. **Практическое занятие № 9.** Санитарная обработка людей после пребывания в зонах заражения.	**2**	**2**
	Самостоятельная работа студентов Назовите этапы выявления и оценки обстановки при ЧС.	**1**	
(29,30) Тема 2.6. 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.	**2**	**1**
	Самостоятельная работа студентов Написать сообщение: Организация гражданской обороны в образовательном учреждении.	**1**	
(31,32) Тема 2.7. Чрезвычайные ситуации социального характера.	Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма Российской Федерации. Основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму. Правила безопасного поведения при угрозе	**1**	**2**

	террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. **Практическое занятие № 10.** Ситуации криминогенного характера. Овладение элементарными способами самозащиты. Допустимые пределы самообороны.	**1**	
	Самостоятельная работа студентов Работа с УК РФ ст. 37,38,39.	**1**	
(33,34) Тема 2.8. 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. **Практическое занятие № 11.** Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.	**1** **1**	**1**
	Самостоятельная работа студентов	**1**	
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.		**27/18/9**	
	Содержание учебного материала		
(35,36) Тема 3.1 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 XIXвека, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.	**2**	**1**

	Самостоятельная работа студентов Подготовить реферат на тему: Военные реформы Российской армии.	**1**	
(37,38) Тема 3.2. Основные предпосылки проведения военной реформы.	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. Приоритетные направления военно-технического обеспечения безопасности России. Необходимые для этого силы и средства.	**2**	**1**
	Самостоятельная работа студентов с Федеральным законом №61–ФЗ от 31.05.1996 года «Об обороне»	**1**	
(39,40) Тема 3.3. Организационная структура Вооруженных Сил.	Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура.	**2**	**2**
	Самостоятельная работа студентов Составить таблицу: Структура ВС РФ.	**1**	
(41,42) Тема 3.4. Воздушно-космический войска.	Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение.	**2**	
	Самостоятельная работа студентов Составить таблицу: Структура ВС РФ.	**1**	

(43,44) Тема 3.5. Воинская обязанность.	Понятие о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Элементы начальной военной подготовки: назначение Строевого устава ВС РФ, назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова, меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб. **Практическое занятие №12.** Изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.	**1** **1**	**2**
	Самостоятельная работа студентов Сообщение на тему: Приведение к Военной присяге.	**1**	
(45,46) Тема 3.6. Прохождение военной службы по призыву.	Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Устав внутренней службы Вооруженных сил РФ. Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124)	**2**	**3**
	Самостоятельная работа студентов Работа с таблицей воинские звания ВС РФ	**1**	
(47,48) Тема 3.7. Прохождение военной службы по контракту.	Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим	**2**	**1**

	военную службу по контракту. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы. Военно-профессиональная деятельность: порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям, особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования.		
	Самостоятельная работа студентов Федеральный закон от 25.07.2002 года №113-ФЗ « Об альтернативной гражданской службе»	**1**	
(49,50) Тема № 3.8. Воинская дисциплина и ответственность.	Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. 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. **<u>Практическое занятие № 13.</u>** Решение практических задач с УК РФ.	**1** **1**	**2**
	Самостоятельная работа студентов Раздел 11 УК РФ Преступления против военной службы	**1**	
(51,52) Тема 3.9. 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.	**2**	**1**

	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.		
	Самостоятельная работа студентов Сообщение о родственника участниках ВОВ, боевых действий в ДРА, Чечне.	**1**	
Раздел 4. Основы медицинских знаний.		**27/18/9**	
	Содержание учебного материала		
(53,54) Тема 4.1 Общие правила оказания первой помощи.	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».	**2**	**1**
	Самостоятельная работа студентов Федеральный закон № 323-ФЗ от 21.11.2011года	**1**	
(55,56) Тема 4.2. 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. **Практическое занятие № 14.** Изучение средств электробезопасности. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.	**1** **1**	**1**
	Самостоятельная работа студентов Составить перечень состояний при которых оказывается первая помощь.	**1**	
(57,58) Тема 4.3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.	Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития	**2**	**2**

	травматического токсикоза.		
	Самостоятельная работа студентов Первая помощь при ушибах головного мозга	**1**	
(59,60) Тема 4.4. Понятие и виды кровотечений.	Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения. **Практическое занятие № 15.** Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. Правила наложения жгута и закрутки.	**1** **1**	**1** **1**
	Самостоятельная работа студентов Основные признаки внутреннего кровотечения.	**1**	
(61,62) Тема 4.5. Первая помощь при ожогах, при воздействии низких температур.	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 отморожений.	**2**	**1**
	Самостоятельная работа студентов Основные признаки теплового удара.	**1**	
(63,64) Тема 4.6. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.	**2**	**2**

(65,66) Тема 4.7. Острая сердечная недостаточность.	Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. **Практическое занятие № 16.** Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.	**1** **1**	**1**
	Самостоятельная работа студентов Подготовка к дифференцированному зачету	**1**	
(67,68) Тема № 4.8. 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. **Практическое задание №17.** «ВИЧ- следствие асоциального образа жизни» из программы факультатива «Полезная практика» в рамках реализации Плана межведомственного взаимодействия по профилактике ВИЧ-инфекции на территории Омской области, утвержденного 12.08.2008 года.	**1** **1**	**1**
	Самостоятельная работа студентов Подготовка к дифференцированному зачету	**1**	
(69,70) Промежуточная аттестация	**Дифференцированный зачет.**	**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);

ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

Содержание обучения	**Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)**
Введение.	• Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности. • Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров, зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите.
Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения.	• Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. • Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха. • Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя. • Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. • Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам. • Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения. • Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. • Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья
Государственная система обеспечения безопасности населения.	• Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения. • Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения • жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС. • Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС. • Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных • функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); • объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; • характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. • Определение мер безопасности населения, оказавшегося на

	территории военных действий. • Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности.
Основы обороны государства и воинская обязанность.	• Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных • Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России. • Содержание обучения. • Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий) • Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих. • Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы. • Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества. • Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки. • Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести
Основы медицинских знаний.	• Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. • Характеристика основных признаков жизни. • Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара. • Определение основных средств планирования семьи. • Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины.

УЧЕБНО - МЕТОДИЧЕСКОЕ
И МАТЕРИАЛЬНО - ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Помещение кабинета основ безопасности жизнедеятельности должно удовлетворять требования Санитарно-эпидемиологических правил и нармотивов (СанПиН 2.4.2. 178-02).

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплекты стендов: «Медико-санитарная подготовка», «Гражданская оборона»;
- комплекты плакатов: «Безопасность жизнедеятельности», «Медико-санитарная подготовка», «Гражданская оборона»;
- комплект табельных и подручных средств для оказания первой доврачебной медицинской помощи;
- комплект средств индивидуальной защиты (противогазы, респираторы, противодымные маски);
- комплект первичных средств пожаротушения;
- комплект бланков документации;
- комплект дидактического материала, карточки-задания, тесты, раздаточный материал для выполнения практических и контрольных работ;
- комплект мультимедийный презентаций, медиатека.

Технические средства обучения:

- мультимедийный проектор;
- экран.
-компьютер

Оборудование рабочих мест:

- рабочее место учащихся;
- письменные принадлежности.

АУДИОВИЗУАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА:

1. Видеофильм «Оказание доврачебной помощи»
2. Видеофильм «Борьба с пожаром»
3. Видеофильм «Расследование несчастных случаев на предприятии»
4. Видеофильм «Защита населения от ОМП»
5. Видеофильм «Безопасность на воде»

1.9 РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Основные источники:
Для студентов

*Косолапова Н.*В., *Прокопенко Н.А.* Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред. проф. образования. — М., 2019-368 с. Издательский центр «Академия»
Косолапова Н. В., *Прокопенко Н. А.* Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред. проф. образования. — М., 2017.
*Косолапова Н.*В., *Прокопенко Н.* А., *Побежимова Е.Л.* Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений сред. проф. образования. — М., 2017.
*Косолапова Н.*В., *Прокопенко Н.* А., *Побежимова Е.Л.* Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для учреждений сред. проф. образования. — М., 2017.
*Косолапова Н.*В., *Прокопенко Н.*А., *Побежимова Е.Л.* Безопасность жизнедеятельности: электронное учебное издание для обучающихся по профессиям в учреждениях сред. проф. образования. — М., 2014.
*Косолапова Н.*В., *Прокопенко Н.*А., *Побежимова Е.Л.* Безопасность жизнедеятельности: электронное приложение к учебнику для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.
Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: электронный учебно-методический комплекс для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.
Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов сред. проф. образования. — М., 2014.
*Айзман Р.*И., *Омельченко И.В.* Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. — М., 2013.
Аксенова М., *Кузнецов* С., *Евлахович и др.* Огнестрельное оружие. — М., 2012.

Для преподавателей

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (в ред. федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ, в редакции от 03.07.2016, с изм. от 19.12.2016) «Об образовании в Российской Федерации».
Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта

среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).
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 на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования».
Гражданский кодекс РФ (Ч. 1) (утвержден Федеральным законом от 30.11.94 № 51-ФЗ (в ред.
от 11.02.2013, с изм. и доп. от 01.03.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 32 (Ч. 1). — Ст. 3301.
Гражданский кодекс РФ (Ч. 2) (утвержден Федеральным законом от 26.01.96 № 14-ФЗ) (в ред. от 14.06.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 5 (Ч. 2). — Ст. 410.
Гражданский кодекс РФ (Ч. 3) (утвержден Федеральным законом от 26.11.01 № 146-ФЗ) (в ред. от 05.06.2012) // СЗ РФ. — 2001. — № 49. — Ст. 4552.
Гражданский кодекс РФ (Ч. 4) (утвержден Федеральным законом от 18.12.06 № 230-ФЗ) (в ред. от 08.12.2011) // СЗ РФ. — 2006. — № 52 (Ч. 1). — Ст. 5496.
Семейный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 29.12.1995 № 223-ФЗ) (в ред. от 12.11.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 1. — Ст. 16.
Уголовный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 13.06.1996 № 63-ФЗ) (в ред. от 07.12.2011 ; с изм. и доп., вступающими в силу с 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 25. — Ст. 2954.
Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.
Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.
Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.
Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.
Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.

Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от
25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.
Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.
Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.
Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.
Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2011. — № 47.
Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2012.
Приказ министра обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.02.2010 № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» (зарегистрировано Минюстом России 12.04.2010, регистрационный № 16866).
Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. — М., 2012.
Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности:
практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2013.
Митяев А. Книга будущих командиров. — М., 2010.
Назарова Е.Н., Жилов Ю.Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.
Общевойсковые уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2016.

Электронные ресурсы:

- http://www.znakcomplect.ru/top/out.php?id=65 – Инструкции, учебные фильмы, иллюстрированные инструктажи, видео инструктажи, тематические стенды и плакаты по охране труда, безопасности дорожного движения, технике безопасности, безопасности жизнедеятельности;
- http://www.caim.ru/9 - Банк рефератов по безопасности жизнедеятельности;
- http://www.school-obz.org – Основы безопасности жизнедеятельности, информационно-методическое издание для преподавателей МЧС России;
- http://www.alleng.ru/edu/saf.htm - Методические материалы, тесты, билеты, книги и учебные пособия по ОБЖ;
- http://www.obzh.info – Личная безопасность в различных условиях;
- http://www.znakcomplect.ru/school/school7.php - *Охрана труда в образовании;*
- http://www.russmag.ru/pgroup.php?id=2 – Материалы журнала «Основы безопасности жизни»;
- http://www.warning.dp.ua – Справочник по безопасности, пособие по выживанию, поведение в экстремальных ситуациях;
- http://www.examens.ru/otvet/3 - Ответы на экзаменационные вопросы по ОБЖ.

Тематический план проведения учебных сборов (для юношей)1

№ п/п	Тема занятия	Количество часов					Общее количество часов
		1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день	
1	Тактическая подготовка			2	1	1	4
2	Огневая подготовка		3		2	4	9
3	Радиационная, химическая и биологическая защита			2			2
4	Общевоинские уставы	4	1	1	2		8
5	Строевая подготовка	1		1	1	1	4
6	Физическая подготовка	1	1	1	1	1	5
7	Военно-медицинская подготовка		2				2
8	Основы безопасности военной службы	1					1
	Итого	**7**	**7**	**7**	**7**	**7**	**35**

1 Инструкция об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах (приложение № 5, п. 44).

Тематический план проведения учебных сборов (для девушек)

п/п №	Тема занятия	Количество часов

1	Понятие и классификация ЧС природного и техногенного характера.	1
2	Модели поведения при возникновении ЧС.	1
3	Гражданская оборона	1
4	Модели поведения при возникновении техногенных ЧС.	1
5	Средства индивидуальной защиты	1
6	Средства коллективной защиты	1
7	РХБЗ	1
8	Санитарная обработка людей	1
9	Эвакуация и рассредоточение	1
10	Государственные службы по охране здоровья	1
11	Общие правила оказания первой помощи	2
12	Основы анатомии и физиологии человека	1
13	Дыхательная система. Система кровообращения.	1
14	Сердечно- сосудистая система.	1
15	Травматизм. Правовые основы оказания помощи.	1
16	Асфиксия, синдром утраты сознания	1
17	Проведение сердечно-легочной реанимации.	4
18	Кровотечения и методы его остановки	1
19	Первая помощь при травмах.	1
20	Раны и их первичная обработка	1
21	Первая помощь при переломах и травмах	1
22	Правила наложения транспортной иммобилизации	3
23	Виды бинтовых повязок и правила их наложения	3
24	Особенности транспортировки пострадавших в медицинские учреждения	1
25	Ожоги и обморожения.	1
26	Отравления.	1
27	Основные инфекционные заболевания и их профилактика.	1
	Итого	35