

**«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ МОРСКОЙ РЫБОПРОМЫШЛЕННЫЙ  
КОЛЛЕДЖ» (филиал)  
Федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«КАЛИНИНГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ»**

Директор



**С.Г. Лосяков**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

***ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ***

Для специальностей:

- 15.02.06. «Монтаж, техническая эксплуатация и ремонт холодильно-компрессорных и теплонасосных машин и установок (по отраслям)»
- 23.02.01 «Организация перевозок и управления на транспорте (по видам)»
- 26.02.03 «Судовождение»
- 26.02.05 «Эксплуатация судовых энергетических установок»
- 35.02.09 «Водные биоресурсы и аквакультура»
- 35.02.11 «Промышленное рыболовство»

Санкт-Петербург

2023 г.

Рабочая программа общеобразовательной дисциплины ***ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ*** разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного Приказом Министерства образования и науки РФ от 12.08.2022 г. № 732 и предназначена для реализации основной образовательной программы среднего общего образования для специальностей среднего профессионального образования:

***15.02.06. «Монтаж, техническая эксплуатация и ремонт холодильно-компрессорных и теплонасосных машин и установок (по отраслям)»***

***23.02.01 «Организация перевозок и управления на транспорте (по видам)»***

***26.02.03 «Судовождение»***

***26.02.05 «Эксплуатация судовых энергетических установок»***

***35.02.09 «Водные биоресурсы и аквакультура»***

***35.02.11 «Промышленное рыболовство»***

**Разработчик:**

Просвиряков М.А. – преподаватель высшей категории СПб МРК филиала ФГБОУ ВО «КГТУ»

**Рецензенты:**

Корнеева Т. А. – кандидат технических наук, преподаватель СПб ГБПОУ

Бондалетов Ю. А. – преподаватель высшей категории СПб МРК филиала ФГБОУ ВО «КГТУ»

Рассмотрена на заседании ПЦК (предметной цикловой комиссии) общеобразовательных и социально-экономических дисциплин.

Протокол №01 от «28» августа 2023

Председатель ПЦК: \_\_\_\_\_ (Никульча Л.А.)

## Содержание

1. Паспорт рабочей программы общеобразовательной дисциплины .....	4
2. Структура и содержание общеобразовательной дисциплины .....	13
3. Условия реализации учебной дисциплины .....	19
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины .....	20

# **1. Паспорт рабочей программы общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»**

## **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа общеобразовательной дисциплины является составной частью программно-методического сопровождения образовательной программы среднего профессионального образования по специальностям:

- 15.02.06. «Монтаж, техническая эксплуатация и ремонт холодильно-компрессорных и теплонасосных машин и установок (по отраслям)»
- 23.02.01 «Организация перевозок и управления на транспорте (по видам)»
- 26.02.03 «Судовождение»
- 26.02.05 «Эксплуатация судовых энергетических установок»
- 35.02.09 «Водные биоресурсы и аквакультура»
- 35.02.11 «Промышленное рыболовство»

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована другими образовательными учреждениями среднего профессионального образования, реализующими образовательную программу среднего общего образования.

## **1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» относится к общеобразовательному циклу основной профессиональной образовательной программы.

## **1.3. Цели и планируемые результаты освоения дисциплины:**

### **1.3.1. Цели дисциплины**

Содержание программы общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих целей: формирование компетенций, обеспечивающих повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз.

### **1.3.2. Планируемые результаты освоения общеобразовательной дисциплины в соответствии с ФГОС СПО и на основе ФГОС СОО**

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые результаты освоения дисциплины	
	Общие	Дисциплинарные
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	<p>В части трудового воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие;</li> <li>- готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;</li> <li>- интерес к различным сферам профессиональной деятельности,</li> </ul> <p>Овладение универсальными учебными познавательными действиями:</p> <p>а) базовые логические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне;</li> <li>- устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения;</li> <li>- определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;</li> <li>- выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях;</li> <li>- вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;</li> <li>- развивать креативное мышление при решении жизненных проблем</li> </ul> <p>б) базовые исследовательские действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем;</li> <li>- выявлять причинно-следственные связи и</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждение опасных и экстремальных ситуаций;</li> <li>- знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.</li> </ul>

	<p>актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях;</li> <li>- уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;</li> <li>- уметь интегрировать знания из разных предметных областей;</li> <li>- выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения;</li> <li>- способность их использования в познавательной и социальной практике</li> </ul>	
<p>ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности</p>	<p>В области ценности научного познания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, способствующего осознанию своего места в поликультурном мире;</li> <li>- совершенствование языковой и читательской культуры как средства взаимодействия между людьми и познания мира;</li> <li>- осознание ценности научной деятельности, готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе;</li> </ul> <p>Овладение универсальными учебными познавательными действиями:</p> <p>в) работа с информацией:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проявить нетерпимость к проявлениям насилия в социальном взаимодействии;</li> <li>- знать о способах безопасного поведения в цифровой среде;</li> <li>- уметь применять их на практике;</li> <li>- уметь распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- создавать тексты в различных форматах с учетом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации;</li> <li>- оценивать достоверность, легитимность информации, ее соответствие правовым и морально-этическим нормам;</li> <li>- использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;</li> <li>- владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности</li> </ul>	
<p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях</p>	<p>В области духовно-нравственного воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность нравственного сознания, этического поведения;</li> <li>- способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности;</li> <li>- осознание личного вклада в построение устойчивого будущего;</li> <li>- ответственное отношение к своим родителям и (или) другим членам семьи, созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни в соответствии с традициями народов России;</li> </ul> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>а) самоорганизация:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать представления о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;</li> <li>- владеть основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знание мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера;</li> <li>- сформировать представления о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знание основ обороны государства и воинской службы; прав и обязанностей гражданина в области</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;</li> <li>- давать оценку новым ситуациям; способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень;</li> <li>б) самоконтроль: использовать приемы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения;</li> <li>- уметь оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению;</li> <li>в) эмоциональный интеллект, предполагающий сформированность: внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать, исходя из своих возможностей;</li> <li>- эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других, учитывать его при осуществлении коммуникации, способность к сочувствию и сопереживанию;</li> <li>- социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и разрешать конфликты</li> </ul>	<p>гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны;</p>
<p>ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;</li> <li>- овладение навыками учебно- исследовательской, проектной и социальной деятельности;</li> <li>Овладение универсальными коммуникативными действиями:</li> <li>б) совместная деятельность:</li> <li>- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;</li> </ul>	<p>- знать основы безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им.</p>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы;</li> <li>- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;</li> <li>- осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным</li> </ul> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>г) принятие себя и других людей:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности;</li> <li>- признавать свое право и право других людей на ошибки;</li> <li>- развивать способность понимать мир с позиции другого человека</li> </ul>	
<p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- осознание обучающимися российской гражданской идентичности;</li> <li>- целенаправленное развитие внутренней позиции личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций, формирование системы значимых ценностно-смысловых установок, антикоррупционного мировоззрения, правосознания, экологической культуры, способности ставить цели и строить жизненные планы;</li> </ul> <p>В части гражданского воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать представления о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;</li> <li>- знать основы безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;</li> <li>- сформировать представления об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знать роль государства в противодействии терроризму; уметь различать приемы</li> </ul>

<p>межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-принятие традиционных национальных, общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей;</li> <li>- готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;</li> <li>- готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в общеобразовательной организации и детско-юношеских организациях;</li> <li>- умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением;</li> <li>- готовность к гуманитарной и волонтерской деятельности; патриотического воспитания:</li> <li>- сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России;</li> <li>- ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях и труде;</li> <li>- идейная убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу; освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные);</li> <li>- способность их использования в познавательной и социальной практике, готовность к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности,</li> </ul>	<p>вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знать порядок действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знать порядок действий при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать представления о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знание основ обороны государства и воинской службы; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны;</li> <li>- знать основы государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области;</li> <li>- знать основы государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности.</li> </ul>
---	--	--

	<p>организации учебного сотрудничества с педагогическими работниками и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории;</p> <p>- овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности</p>	
<p>ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.</p>	<p>- сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознание глобального характера экологических проблем;</p> <p>- планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества;</p> <p>- умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их;</p> <p>- расширение опыта деятельности экологической направленности;</p> <p>- овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности.</p>	<p>- сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>- сформировать представления о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте. Знание правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике, знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;</p> <p>- знать о способах безопасного поведения в природной среде; умение применять их на практике; знать порядок действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;</p> <p>- знать основы пожарной безопасности; умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности</p>

<p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<p>Готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наличие мотивации к обучению и личностному развитию;</li> </ul> <p>В части физического воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;</li> <li>- потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;</li> <li>- активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;</li> </ul> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>А) самоорганизация:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;</li> <li>- давать оценку новым ситуациям;</li> <li>- расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений;</li> <li>- делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;</li> <li>- оценивать приобретенный опыт;</li> <li>- способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знание мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера.</li> </ul>
---	--	---

## 2. Структура и содержание общеобразовательной дисциплины

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b><i>Объем часов</i></b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>68</b>
в том числе:	
лекций	22
практические занятия	46
<b>Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет), за счет часов, отведенных на практические занятия</b>	<b>2</b>
<i>Промежуточная аттестация во II семестре в форме дифференцированного зачета</i>	

## 2.2. Тематический план и содержание общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Формируемые общие компетенции и профессиональные компетенции
1	2	3	4
<b>Раздел 1.</b>	<b>Нормативно-правовые документы на занятиях ОБЖ</b>	<b>4</b>	<b>ОК 01 ОК 02 ОК 04</b>
<b>Тема 1.1.</b> Нормативно-правовые документы	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	ОК 01 ОК 02 ОК 04
1	Федеральные законы, законы субъектов РФ, документы СПб МРК	2	
	<b>Практические занятия:</b>	2	
1	Локальные акты СПб МРК	2	
<b>Раздел 2.</b>	<b>Чрезвычайные ситуации</b>	<b>10</b>	<b>ОК 02 ОК 04 ОК 07</b>
<b>Тема 2.1.</b> Классификация ЧС.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	ОК 02 ОК 04 ОК 07
1	Классификация ЧС по масштабам и времени распространения	2	
	<b>Практические занятия:</b>	2	
1	Действия населения при чрезвычайных ситуациях. Паника, признаки паники	2	
<b>Тема 2.2</b> Экологические проблемы современности	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 07
	<b>Практические занятия:</b>	2	
1	Причины экологических проблем, последствия, меры по защите. Обработка продуктов, купленных в магазинах	2	
<b>Тема 2.3</b> Пожары, классификация, опасные факторы	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	ОК 02 ОК 04 ОК 07
1	Классификация пожаров	2	
	<b>Практические занятия:</b>	2	
1	Первичные средства пожаротушения, правила использования	2	

<b>Раздел 3.</b>	<b>Основы правовых знаний</b>	<b>16</b>	<b>ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 06 ОК 07</b>
<b>Тема 3.1</b> Основы правовых знаний	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ОК 01 ОК 02 ОК 04
	<b>Практические занятия:</b>	<b>2</b>	
	1 Виды наказаний для несовершеннолетних	2	
<b>Тема 3.2</b> Преступления против собственност и	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ОК 01 ОК 02 ОК 04
	<b>Практические занятия:</b>	<b>2</b>	
	1 Кража, грабеж, разбой, мошенничество, вымогательство. Уголовная ответственность несовершеннолетних	2	
<b>Тема 3.3</b> Правила безопасного поведения	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 07
	<b>Практические занятия:</b>	<b>2</b>	
	1 Понятие «криминогенная ситуация», способы защиты	2	
<b>Тема 3.4.</b> Стратегия и тактика поведения при нападении.	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 07
	<b>Практические занятия:</b>	<b>2</b>	
	1 Действия человека в опасной, экстремальной ситуации. Виды эмоциональных состояний. Правила дорожного движения	2	
<b>Тема 3.5</b> Развитие психологичес кой устойчивости личности	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 06 ОК 07
	<b>Практические занятия:</b>	<b>2</b>	
	1 Методы развития психологической устойчивости личности (ПУЛ)	2	
<b>Тема 3.6</b> Проблемы современной молодежи	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 06
	<b>Практические занятия:</b>	<b>2</b>	
	1 Опасности современной жизни. Методика развития психологической устойчивости личности	2	

<b>Тема 3.7.</b> Семья в современном обществе.	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>	ОК 02 ОК 04 ОК 06
	<b>Практические занятия:</b>		<b>2</b>	
	1	Значение семьи в современном обществе. Понятие «гражданский брак».	2	
<b>Тема 3.8.</b> Семейный кодекс РФ.	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>	ОК 02 ОК 04 ОК 06
	<b>Практические занятия:</b>		<b>2</b>	
	1	Основы семейного законодательства РФ.	2	
<b>Раздел 4.</b>	<b>Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек</b>		<b>12</b>	<b>ОК 03 ОК 04 ОК 08</b>
<b>Тема 4.1</b> Здоровье и его составляющие.	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>	ОК 03 ОК 04 ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		<b>2</b>	
	1	Понятие «здоровья». Составляющие здорового образа жизни. Объективные показатели здоровья несовершеннолетних	2	
<b>Тема 4.2</b> Закаливание и его влияние на здоровье человека.	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>	ОК 03 ОК 04 ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		<b>2</b>	
	1	Виды закаливания. Правила и приемы, выполняемые при закаливании	2	
<b>Тема 4.3</b> Личная и общественная гигиена.	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>	ОК 03 ОК 04 ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		<b>2</b>	
	1	Понятия «личная гигиена» и «общественная гигиена». Правила личной гигиены. Тест Руфье - Диксона	2	
<b>Тема 4.4</b> Курение и его влияние на здоровье.	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>	ОК 03 ОК 04 ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		<b>2</b>	
	1	Причины курения молодежи, этапы формирования зависимости. Профилактика борьбы с курением электронных сигарет	2	
<b>Тема 4.5</b> Алкоголизм и его влияние на здоровье.	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>	ОК 03 ОК 04 ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		<b>2</b>	
	1	Причины пьянства и алкоголизма у подростков. Этапы формирования зависимости, способы борьбы. Профилактика борьбы с пьянством и алкоголизмом	2	
<b>Тема 4.6</b> Наркомания и	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>	ОК 03 ОК 04
	<b>Практические занятия:</b>		<b>2</b>	



токсикомания и их влияние на здоровье человека.	1	Причины наркомании и токсикомании. Этапы формирования зависимости. Способы борьбы с наркоманией. Профилактика борьбы с наркоманией и токсикоманией	2	ОК 08
<b>Раздел 5.</b>	<b>Основы медицинских знаний</b>		<b>6</b>	<b>ОК 02 ОК 04 ОК 07 ОК 08</b>
<b>Тема 5.1.</b> Ранения, кровотечения.	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>4</b>	ОК 02
	1	Виды ранений и кровотечений. Правила оказания первой помощи при ранениях	2	ОК 04
	<b>Практические занятия:</b>		<b>2</b>	ОК 07
	1	Оказание первой (доврачебной) помощи при ранениях	2	ОК 08
<b>Тема 5.2.</b> Переломы, ушибы, синдром длительного сдавливания	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>	ОК 02 ОК 04 ОК 07 ОК 08
	<b>Практические занятия:</b>		<b>2</b>	
	1	Виды переломов, ушибов, растяжений. Синдром длительного сдавливания. Клиническая смерть, проведение СЛР. Оказание первой (доврачебной) помощи при кровотечениях	2	
<b>Раздел 6.</b>	<b>Основы военной службы</b>		<b>20</b>	<b>ОК 04 ОК 06 ОК 08</b>
<b>Тема 6.1.</b> Структура ВС РФ	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>4</b>	ОК 06 ОК 08
	1	Организационная структура ВС РФ. Военная присяга, порядок проведения	4	
<b>Тема 6.2.</b> Виды Вооруженных Сил РФ.	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>4</b>	ОК 06 ОК 08
	1	Виды ВС РФ: сухопутные войска, ВКС, ВМФ. Характеристика видов ВС РФ	4	
<b>Тема 6.3.</b> Самостоятельные рода ВС РФ	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>2</b>	ОК 06 ОК 08
	1	Самостоятельные рода ВС РФ: ракетные войска стратегического назначения (РВСН), воздушно-десантные войска (ВДВ)	2	
<b>Тема 6.4</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>4</b>	ОК 06

Воинские звания и должности в ВС РФ	1	Виды воинских званий в ВС РФ	4	ОК 08
<b>Тема 6.5</b> Строевая подготовка	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>4</b>	ОК 04
	<b>Практические занятия:</b>		<b>4</b>	ОК 06
	1	Строевая подготовка	4	ОК 08
<b>Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет), за счет часов, отведенных на практические занятия</b>			<b>2</b>	<b>ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08</b>
<b>Всего лекций:</b>			<b>22</b>	
<b>Всего практических занятий:</b>			<b>46</b>	
<b>Всего</b>			<b>68</b>	

### 3. Условия реализации учебной дисциплины

1. Посадочные места согласно обучающимся
2. Рабочий стол для преподавателя
3. Классная доска
4. Стол для компьютера
5. Технические средства обучения, достаточные для выполнения программы по ОБЖ

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

##### Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Аюбов Э. Н. Основы безопасности жизнедеятельности: электронная форма учебника для 10 класса общеобразовательных организаций. Базовый уровень. — 2-е изд. ЭФУ / Э.Н. Аюбов, Д.З. Прищепов, М.В. Муркова, А.Ю. Тараканов. - Москва : Русское слово, 2022. - 288 с. - ISBN 978-5-533-02302-3. - URL: <https://ibooks.ru/bookshelf/386771/reading> . - Текст: электронный.
2. Аюбов Э. Н. Основы безопасности жизнедеятельности: электронная форма учебника для 11 класса общеобразовательных организаций. Базовый уровень. ЭФУ / Э.Н. Аюбов, Д.З. Прищепов, М.В. Муркова, А.Ю. Тараканов. - Москва : Русское слово, 2022. - 304 с. - ISBN 978-5-533-02303-0. - URL: <https://ibooks.ru/bookshelf/386767/reading> . - Текст: электронный.

Дополнительные источники:

1. Конституция РФ
2. Нормативно-правовые акты РФ
3. Безопасность жизнедеятельности: учебник / под ред. Е.И. Холостовой, О.Г. Прохоровой. - Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2017. - 453 с. : табл., ил. - (Учебные издания для бакалавров). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-394-02026-1 ; [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450720>
4. Никифоров, Л.Л. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Л.Л. Никифоров, В.В. Персиянов. - Москва : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2017. - 494 с. : граф., табл., схем., ил. - (Учебные издания для бакалавров). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-394-01354-6 ; [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=452583>

## 4. Контроль и оценка результатов освоения учебной

### дисциплины

**Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований. Промежуточная аттестация в виде дифференцированного зачета

Код и наименование формируемых компетенций	Раздел/тема	Тип оценочных мероприятий
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	Р 1: 1.1. Р 2: 2.2. Р 3: 3.1. – 3.6.	
ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	Р 1: 1.1. Р 2: 2.1. – 2.3. Р 3: 3.1. – 3.8. Р 5: 5.1., 5.2.	- устный фронтальный/индивидуальный опрос
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях	Р 1: 1.1. Р 4: 4.1. – 4.6.	- защита алгоритма оказания первой помощи - защита презентаций/групповых проектов - тестирование - выполнение заданий дифференцированного зачета
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	Р 1: 1.1. Р 2: 2.1. – 2.3. Р 3: 3.1. – 3.8. Р 4: 4.1. – 4.6. Р 5: 5.1. –	

	5.2. Р 6: 6.5.	
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения	Р 3: 3.5. – 3.8. Р 6: 6.1. – 6.5.	
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.	Р 2: 2.1. – 2.3. Р 3: 3.3., 3.4., 3.5. Р 5: 5.1., 5.2.	
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Р 4: 4.1. – 4.6. Р 5: 5.1., 5.2. Р 6: 6.1. – 6.5.	