

**Департамент образования и науки Тюменской области  
ГАПОУ ТО «Тобольский многопрофильный техникум»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОУП.07 Основы безопасности жизнедеятельности**

**Организация-разработчик:**

1. ГАПОУ ТО «Тобольский многопрофильный техникум»

**Разработчик:**

1. Грязнова Т.Г., преподаватель ГАПОУ ТО «Тобольский многопрофильный техникум».

## **СОДЕРЖАНИЕ**

стр.

- 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

## 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебного предмета является частью программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих среднего профессионального образования социально-экономического профиля **43.01.09 Повар, кондитер**. Рабочая программа может быть использована для специальностей СПО социально-экономического профиля.

## 1.2. Место предмета в структуре основной образовательной программы:

предмета входит в общие учебные предметы общеобразовательного цикла.

Учебный предмет Основы безопасности жизнедеятельности изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ООП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС).

## 1.3. Цели и задачи предмета – требования к результатам освоения предмета:

1. Повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);

2. Снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;

3. Формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;

4. Обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

Освоение содержания учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности обеспечивает достижение студентами 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 во время 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 выработать 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;
- предметных:**
- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
  - получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
  - сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
  - сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
  - освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
  - освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
  - развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
  - формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
  - развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
  - получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы:

- законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей
- прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при
- неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

ПК, ОК, ЛР	Умения	Знания
ОК1- ОК11 ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15	<ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;</li> <li>- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия от оружия массового поражения;</li> <li>- применять первичные средства пожаротушения;</li> <li>- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;</li> <li>- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;</li> <li>- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;</li> <li>- оказывать первую помощь пострадавшим.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьёзной угрозе национальной безопасности России;</li> <li>- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;</li> <li>- основы военной службы и обороны России;</li> <li>- задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;</li> <li>- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;</li> <li>- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке;</li> <li>- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;</li> <li>- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;</li> <li>- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</li> </ul>

В результате изучения учебного предмета обучающийся должен освоить общие компетенции:

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

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

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

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

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

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.

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

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

ОК 11. Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося **72** часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **72** часов;

самостоятельной работы обучающегося **0** часов.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Количество часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>72</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>72</b>
в том числе:	
практические занятия	28
контрольные работы	-
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	<b>-</b>
в том числе:	
тематика внеаудиторной самостоятельной работы	0
<b>Итоговая аттестация</b> в форме (I семестр) -	
<b>Итоговая аттестация</b> в форме дифференцированного зачета (II семестр)	2

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОУП.07 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения	Осваиваемые элементы компетенций
1	2	3	4	
<b>Введение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	1	ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Значение дисциплины для профессиональной деятельности специалиста. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность».	2		
<b>Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья</b>		<b>14</b>		
Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1	ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
	Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья и в профессиональной деятельности. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.			
Тема 1.2 Вредные привычки и их профилактика	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1	ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
	Разновидность вредных привычек и общие понятия, способы профилактики Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности и в профессиональной деятельности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании			
Тема 1.3 Правила и безопасность дорожного движения	<b>Содержание учебного материала</b>	2	2	ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
Тема 1.4 Репродуктивное	<b>Содержание учебного материала</b>		2	



здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества	Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы в профессиональной деятельности, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.	2		ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
Тема 1.5 Правовые основы взаимоотношения полов	<b>Содержание учебного материала</b>		1	ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
	Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	2		
	<b>Практическая работа № 1.</b> Изучение основных положений организации рационального питания, значение его в профессиональной деятельности, и освоение методов его гигиенической оценки.	2		
	<b>Практическая работа № 2.</b> Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	2		
	<b>Работа с интернет ресурсами по разделу 1.</b> Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы. Роль физической культуры в сохранении здоровья. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества. Табакокурение и его влияние на здоровье человека Никотин, пагубное воздействие на организм человека Наркотики и их пагубное воздействие на организм человека Компьютерные игры и их влияние на организм человека. Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.			
<b>Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения</b>		<b>18</b>		
Тема 2.1 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	<b>Содержание учебного материала</b>		2	ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
	Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).	2		
	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.)			
Тема 2.2 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	<b>Содержание учебного материала</b>		2	ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
	1.РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций	2		

Тема 2.3 Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1.Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны	4	2	ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
	2.Структура и органы управления гражданской обороной			
	3.Современные средства поражения и их поражающие факторы			
	4. Мероприятия по защите населения и в профессиональной деятельности.			
	5.Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени			
	6.Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени			
	7.Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны			
	8.Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях			
	9.Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения			
	10.Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение			
	11.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			
	12.Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий			
13.Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени				
Тема 2.4 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1.МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций	2	2	ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
	2.Милиция в Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств			
	3.Служба скорой медицинской помощи			
	4.Другие государственные службы в области безопасности			
	<b>Практическая работа № 3.</b> Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.	2		
<b>Практическая работа № 4.</b> Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте и в профессиональной деятельности.	2			

	<b>Практическая работа № 5.</b> Изучение первичных средств пожаротушения в профессиональной деятельности.	2		
	<b>Практическая работа № 6.</b> Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	2		
	<b>Работа с интернет ресурсами по разделу 2</b> Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Терроризм как основная социальная опасность современности. Космические опасности: мифы и реальность. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Оповещение и информирование населения об опасности. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Средства индивидуальной защиты электромонтера от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.			
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>		<b>18</b>		
Тема 3.1 История создания Вооруженных Сил России	<b>Содержание учебного материала</b>		1	ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
	1.Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии	2		
	2.Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение 3.Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы			
Тема 3.2 Организационная структура Вооруженных Сил	<b>Содержание учебного материала</b>		2	ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
	1.Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск			
	2.Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура			
	3.Военно-Воздушные Силы: история создания, предназначение, структура			
	4.Военно-Морской Флот, история создания, предназначение, структура			
	5.Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура			
	6.Космические войска: история создания, предназначение, структура			
	7.Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура			
8.Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС				

	России. Их состав и предназначение			
	9.Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформа Вооруженных Сил			
Тема 3.3 Военская обязанность.	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.	2	2	ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
	2.Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой			
	3.Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина			
	4.Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск			
	5.Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета)			
	6.Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников			
	7.Единоначалие – принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации			
	8.Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву			
	9. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.)			
Тема 3.4 Боевые традиции Вооруженных Сил России	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1.Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества	4	2	ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
	2.Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите			
	3.Дни воинской славы России – дни славных побед			
	4.Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России			
	5.Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений			
	6.Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений			
7.Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота				
Тема 3.5 Символы воинской чести	<b>Содержание учебного материала</b>			ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
	1.Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы	2	2	
	2.Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе			

Тема 3.6 Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1.Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку	2	2	ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
	<b>Практическая работа № 7.</b> Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.	2		
	<b>Практическая работа № 8.</b> Изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.	2		
	<b>Работа с интернет ресурсами по разделу 3</b> Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации Символика Вооруженных Сил Памятники – посвященные боевым действиям Вооруженных Сил России Исторические традиции Вооруженных Сил России Великая отечественная война Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск. Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации. Дни воинской славы России. Города-герои Российской Федерации. Города воинской славы Российской Федерации.			
<b>Раздел 4 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>		<b>20</b>		
Тема 4.1 Понятие первой помощи.	<b>Содержание учебного материала</b>			
	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	2	ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
	Первая медицинская помощь при травмах и ранениях			
	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте			
Первая медицинская помощь при остановке сердца				
Тема 4.2 Понятие травм и их виды.	<b>Содержание учебного материала</b>			
	Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при Проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.	2	1	ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
Тема 4.3 Основные инфекционные болезни	<b>Содержание учебного материала</b>			
	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.	2	2	ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15

Тема 4.5 Семья в современном обществе	<b>Содержание учебного материала</b>			
	Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины. Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.	2	1	ОК 01. - ОК11. ЛР2-ЛР4 ЛР9, ЛР10, ЛР13-ЛР15
	<b>Практическая работа № 9.</b> Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях и в профессиональной деятельности.	4		
	<b>Практическая работа № 10.</b> Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.	4		
	<b>Практическая работа № 11.</b> Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при отравлении	4		
<b>Работа с интернет ресурсами по разделу 4</b> Духовность и здоровье семьи. Здоровье родителей — здоровье ребенка. Формирование здорового образа жизни с пеленок. Как стать долгожителем? Рождение ребенка — высшее чудо на Земле. Политика государства по поддержке семьи.				
<b>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	2			
<b>Всего:</b>	<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>72</b>		
	<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>72</b>		
	<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>0</b>		







### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Основы безопасности жизнедеятельности».

##### **Оборудование учебного кабинета:**

1. Рабочее место студента – 15 шт.
2. Рабочее место преподавателя – 1 шт.
3. Компьютерный стол.
4. Экран.
5. Доска.
6. Стенды.

##### **Технические средства обучения:**

1. Персональный компьютер с лицензионным программным обеспечением.
2. Проектор.
3. Телевизор.
4. Акустическая система.
5. Видеооборудование.

##### **Материально-техническое обеспечение**

1. комплект учебно-наглядных пособий «Защита населения от ОМП»;
2. образцы средств индивидуальной защиты органов дыхания, кожи и медицинские средства;
3. комплект учебно-наглядных пособий, плакатов и планшетов:
  - боевые традиции и символы воинской чести;
  - воинские звания и знаки различия;
  - организационная структура Вооруженных Сил РФ;
  - мероприятия обязательной подготовки граждан к военной службе;
  - военно-учетные специальности солдат, матросов, сержантов и старшин;
  - индивидуальные средства защиты;
  - оказание первой медицинской помощи;
  - гражданская оборона.
4. Средства индивидуальной защиты:
  - общевойсковой противогаз;
  - общевойсковой защитный комплект;
  - респиратор.
5. Приборы:
  - радиационной разведки;
  - химической разведки;
  - бытовой дозиметр;
6. Индивидуальные средства медицинской защиты: (аптечка АИ, пакеты перевязочные ППИ, пакеты противохимические индивидуальные ИПП-11, сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой медицинской доврачебной помощи, сумка СМС);
7. Перевязочные средства и шовные материалы, лейкопластыри; медицинские предметы расходные;
8. Врачебные предметы, аппараты и хирургические инструменты; аппараты, приборы и принадлежности для травматологии и механотерапии.

### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

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

##### **Основные источники:**

1. Косолапова Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования/ Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. - 5-е изд., стер. - М.: Издательский центр "Академия", 2018. - 368 с.
- 2.. Косолапова Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования/ Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. - 6-е изд., стер. - М.: Издательский центр "Академия", 2019. - 368 с.

##### **Дополнительные источники:**

3. Микрюков, В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + eПриложение.: учебник / Микрюков В.Ю. — Москва: КноРус, 2020. — 290 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-07321-6. — URL: <https://book.ru/book/932127> — Текст: электронный.
4. Данилина, М.В. Практикум по основам безопасности жизнедеятельности. учебное пособие / Данилина М.В. — Москва: Русайнс, 2018. — 308 с. — ISBN 978-5-4365-1238-9. — URL: <https://book.ru/book/930083> — Текст: электронный.
5. Микрюков, В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + eПриложение.: учебник / Микрюков В.Ю. — Москва: КноРус, 2020. — 290 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-07321-6. — URL: <https://book.ru/book/932127> — Текст: электронный

##### **Справочники, энциклопедии**

- Изотова М.А., Царева Т.Б. Полная энциклопедия орденов и медалей России. — М., 2008.  
Ионина Н.А. 100 великих наград. — М., 2009.  
Каменев А.И. Энциклопедия русского офицера. — М., 2008.  
Каторин Ю.Ф. Танки: иллюстрированная энциклопедия. — М., 2011.  
Лубченков Ю.Н. Русские полководцы. — М., 2009.

##### **Интернет-ресурсы**

- [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).  
[www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).  
[www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).  
[www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ).  
[www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).  
[www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) (Books Gid. Электронная библиотека).  
[www.globalteka.ru/index.html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).  
[www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).  
[www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).  
[www.school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).  
[www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).  
[www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»)).  
[www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).  
[www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность).  
[www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА

##### 4.1. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по предмету.

###### Критерии оценивания компетенций:

контроль и оценка результатов освоения учебного предмета осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий, лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований..

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
<b>Умения:</b>	
владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	практические занятия, письменная самостоятельная работа
пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;	практические занятия
оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.	практические занятия, письменная самостоятельная работа
использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни: ведения здорового образа жизни;	практические занятия, письменная самостоятельная работа
оказания первой медицинской помощи;	практические занятия
развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;	практические занятия
вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.	практические занятия, письменная самостоятельная работа
<b>Знания:</b>	
основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;	практические занятия, письменная самостоятельная работа
репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;	практические занятия
потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;	практические занятия, письменная самостоятельная работа
основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	
основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;	практические занятия, письменная самостоятельная работа
порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;	практические занятия
состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;	практические занятия, письменная самостоятельная работа
основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;	практические занятия, письменная самостоятельная работа
основные виды военно-профессиональной деятельности;	практические занятия
особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;	практические занятия

требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;	практические занятия
предназначение, структуру и задачи РСЧС;	практические занятия, письменная самостоятельная работа
предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.	практические занятия

## ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
Введение	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности.</li> <li>– 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</li> </ul>
1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни.</li> <li>– 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.</li> <li>– 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.</li> <li>– Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам.</li> <li>– Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения.</li> <li>– Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека.</li> <li>– Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья</li> </ul>
2. Государственная система обеспечения безопасности населения	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.</li> <li>– Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.</li> <li>– Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.</li> <li>– 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.</li> <li>– Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.</li> <li>– Характеристика предназначения и основных функций полиции,</li> </ul>

	службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности
3. 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.
	– 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
4. 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

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у студентов не только сформированность профессиональных компетенций, но и развитие общих компетенций и обеспечивающих их умений.

<b>Общие и профессиональные компетенции</b>	<b>Основные показатели результатов подготовки</b>	<b>Формы и методы контроля</b>
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.	Распознает сложные чрезвычайные ситуации в мирное и военное время. Анализирует виды опасностей: природные, антропогенные, техногенные, глобальные. Разработает детальный план действий. Оценивает риски.	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач	Планирует информационный поиск из широкого набора источников, необходимого для эффективного выполнения профессиональных задач и развития	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной

профессиональной деятельности.	<p>собственной профессиональной деятельности и деятельности подчиненного персонала.</p> <p>Анализирует информацию, выделяет в ней главные аспекты, структурирует, презентует.</p> <p>Владеет способами систематизации и интерпретирует полученную информацию в контексте своей деятельности и в соответствии с задачей информационного поиска.</p>	программы.
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.	<p>Проводит объективный анализ качества результатов собственной деятельности и указывает субъективное значение результатов деятельности.</p> <p>Принимает управленческие решения по совершенствованию собственной деятельности.</p> <p>Организует собственное профессиональное развитие и самообразование в целях эффективной профессиональной и личностной самореализации и развития карьеры.</p> <p>Занимается самообразованием для решения четко определенных, сложных и нестандартных проблем в области профессиональной деятельности.</p>	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.	<p>Участствует в деловом общении для эффективного решения задач.</p> <p>Взаимодействует с обучающимися, преподавателями в ходе обучения.</p> <p>Применяет способы бесконфликтного общения в коллективе.</p>	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.	<p>Грамотно устно и письменно излагает свои мысли по профессиональной тематике на государственном языке.</p> <p>Проявляет толерантность в студенческом коллективе.</p>	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.	<p>Понимает значимость своей профессии.</p> <p>Демонстрирует поведения на основе общечеловеческих ценностей.</p>	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.	<p>Демонстрирует владение способами защиты от чрезвычайных ситуаций природного, социального и техногенного характера;</p> <p>Демонстрирует умение использовать современные средства индивидуальной защиты и оценка правильности их применения;</p> <p>Соблюдает меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения в различных ситуациях. Умеет оказывать первую помощь пострадавшим.</p>	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной	<p>Сохраняет и укрепляет здоровье посредством использования средств физической культуры.</p> <p>Поддерживает уровень физической подготовленности.</p>	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.

деятельности и поддержание необходимого уровня физической подготовленности.	Излагает требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника. Демонстрирует готовность к исполнению воинской обязанности.	
ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.	Применяет средства информатизации и информационных технологий для освоения программы БЖД. Выполняет последовательно и верно практические работы в соответствии с инструкциями, технологическими картами;	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.	Изучает нормативно-правовую документацию, техническую литературу и современные научные разработки в области будущей профессиональной деятельности на государственном языке. Применяет необходимый лексический и грамматический минимум для чтения и перевода иностранных текстов профессиональной направленности. Владеет современной научной и профессиональной терминологией, самостоятельно совершенствует устную и письменную речь и пополняет словарный запас. Владеет навыками технического перевода текста, понимает содержание инструкций и графической документации на иностранном языке в области профессиональной деятельности.	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ОК 11. Планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере.	Определяет успешные стратегии решения проблемы, разбивает поставленную цель на задачи. Разрабатывает альтернативные решения проблемы. Самостоятельно организует собственные приемы обучения в рамках предпринимательской деятельности. Разрабатывает и презентует бизнес-план в области своей профессиональной деятельности.	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.

#### **4.2. Типовые контрольные задания для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине.**

##### **Вопросы для дифференцированного зачета**

1. Брак и семья, основные понятия. Условия и порядок заключения брака.
2. История создания Вооруженных Сил РФ, ее связь с историей и становлением Российского государства.
3. Семейное законодательство Российской Федерации. Личные права и обязанности супругов.
4. Организационная структура Вооруженных Сил РФ. Виды Вооруженных Сил, рода войск.
5. Инфекции, передаваемые половым путем, причины, способствующие заражению, меры профилактики.
6. Роль и место Вооруженных Сил РФ в системе обеспечения национальной безопасности страны.

7. ВИЧ-инфекция и СПИД, основные понятия, способ распространения, меры профилактики ВИЧ-инфекции.
8. Какие качества российского гражданина характеризуют его как защитника Отечества?
9. Семья в современном обществе. Функции семьи. Влияние семейных отношений на здоровье человека.
10. Дни воинской славы (победные дни) России — память поколений о ратных подвигах защитников Отечества.
11. Нравственность и формирование правильного взаимоотношения полов как составляющие здорового образа жизни.
12. Какое значение имеет дружба и войсковое товарищество для боевой готовности и боеспособности подразделений Вооруженных Сил РФ?
13. Наркомания и токсикомания, общие понятия. Последствия употребления наркотиков для здоровья человека. Меры профилактики наркозависимости.
14. История государственных наград за военные отличия в России. Ордена Российской Федерации.
15. Курение и его влияние на здоровье человека. Табачный дым, его составные части, влияние табачного дыма на окружающих (пассивное курение).
16. Статус военнослужащего, его права и свободы.
17. Необходимые знания, умения и навыки, повышающие безопасность человека при автономном существовании в природных условиях.
18. Конституция РФ и другие законы, определяющие правовую основу военной службы.
19. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Меры, принимаемые по защите населения от их последствий.
20. Военная служба по призыву и ее особенности.
21. Правила поведения человека в повседневной жизни, помогающие ему избежать криминальных ситуаций.
22. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке их на воинский учет.
23. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемые несовершеннолетним.
24. Обязательная подготовка граждан к военной службе, основное ее содержание и предназначение.
25. Организация оповещения и информации населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях.
26. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету.
27. История создания гражданской обороны, ее предназначение и основные задачи по защите населения.
28. Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета.
29. Современные средства поражения, их краткая характеристика, поражающие факторы.
30. Воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил РФ. Военная форма одежды.
31. Защитные сооружения гражданской обороны, их предназначение. Правила поведения в защитных сооружениях.
32. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.
33. Средства индивидуальной защиты населения, их предназначение.
34. Организация призыва на военную службу. Основание и порядок предоставления отсрочки и освобождения от военной службы.
35. Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций.
36. Военная присяга — основной закон воинской жизни. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге.



37. Наиболее распространенные инфекционные болезни, причины их возникновения, меры профилактики инфекций.
38. Военные аспекты международного гуманитарного права.
39. Связь образа жизни с профилактикой заболеваний. Значение соблюдения правил личной и общественной гигиены для здоровья человека.
40. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ — закон воинской жизни.
41. Основные понятия здоровья человека. Здоровье и благополучие человека.
42. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву.
43. Здоровый образ жизни как система индивидуального поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья.
44. Основные виды воинской деятельности.
45. Основные элементы жизнедеятельности человека. Значение режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его духовных и физических качеств.
46. Общие требования воинской деятельности к уровню подготовки призывников.
47. Двигательная активность и ее значение для здоровья человека.
48. Воинская дисциплина и ее значение в современных условиях.
49. Закаливание организма, его значение для укрепления здоровья человека. Использование факторов окружающей природной среды для закаливания.
50. Основные положения по приему гражданской молодежи в военные образовательные учреждения профессионального образования.

### **Итоговое тестирование по ОБЖ**

#### **ВАРИАНТ 1**

**1. Назовите основную цель вынужденного автономного пребывания человека в природе?**

- а) Отработка навыков поведения в природных условиях;
- б) Вернуться к привычным условиям существования;
- в) Совершенствовать свое духовное и физическое здоровье.

**2. Как называется угол, отсчитанный по ходу движения часовой стрелки между направлениями на север и на ориентир?**

- а) Ориентир;
- б) Маршрут;
- в) Азимут.

**3. Как называется Закон, который предусматривает ответственность за участие в террористической деятельности?**

- а) УК РФ;
- б) Конституция РФ;
- в) Конвенция о правах.

**4. Кто такие несовершеннолетние, согласно УК РФ?**

- а) Лица, которым ко времени совершения преступления исполнилось 14 лет;
- б) Лица, которым ко времени совершения преступления исполнилось 14, но не исполнилось 18 лет;
- в) Лица, которым ко времени совершения преступления не исполнилось 18 лет;

**5. Какие виды наказаний могут назначаться несовершеннолетним, согласно ст.88 УК РФ?**

- а) Штраф при наличии заработка, арест, исправительные работы;
- б) Пожизненное лишение свободы;
- в) Штраф при наличии заработка, заключение в специальных учреждениях.

**6. Как называется обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии опасного природного явления, стихийного природного явления,**

**которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности.**

- а) Авария;
- б) Катастрофа;
- в) Чрезвычайная ситуация.

**7. Какова основная цель создания Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайной ситуации (РСЧС)?**

- а) Объединение усилий органов гос. управления всех уровней, подчиненных им сил и средств для предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций;
- б) Направление усилий органов гос. управления всех уровней, подчиненных им сил и средств;
- в) Развитие методов и приемов органов гос. управления.

**8. Как называется закон РФ, в котором закреплена правовая основа обеспечения безопасности личности, общества и государства?**

- а) ФЗ «О гражданской обороне»;
- б) ФЗ «Об обороне»;
- в) ФЗ «О безопасности»;

**9. Как называется система мероприятий по подготовке к защите населения, материальных и культурных ценностей на территории РФ от опасностей, возникающих при ведении военных действий, а также при возникновении ЧС природного и техногенного характера?**

- а) Обязанности государства;
- б) Система профилактических мероприятий;
- в) Гражданская оборона;

**10. Что относится к химическому оружию?**

- а) Шариковые и фугасные авиабомбы;
- б) Зарин, фосген, адамсит, синильная кислота;
- в) ВИ – ИКС, мины, фугасы, СИ- Эс.

**11. Какой сигнал оповещает население о ЧС?**

- а) Рассылание памяток с правилами поведения;
- б) Сигнал «Внимание всем!» с использованием сетей проводного, радио и телевизионного вещания;
- в) «Сарафанное радио».

**12. На какие виды подразделяются защитные сооружения гражданской обороны в зависимости от защитных свойств?**

- а) Убежища, ПРУ, щели;
- б) ПРУ, подвалы, укрытия;
- в) Заглубленные сооружения; укрытия, горные выработки.

**13. Какие СИЗ предназначены для защиты органов дыхания?**

- а) Защитный комбинезон, респиратор;
- б) Противопыльные тканевые маски; плащи, накидки из прорезиненной ткани;
- в) Фильтрующие противогазы; ватно-марлевые повязки.

**14. Как называются работы в зоне чрезвычайных ситуаций, которые проводятся с целью поиска и удаления людей за пределы зон действия опасных и вредных для жизни и здоровья факторов, оказания неотложной медицинской помощи пострадавшим и эвакуации их в лечебные учреждения, где для спасенных создаются необходимые условия?**

- а) Медицинские работы;
- б) Аварийно-спасательные работы;
- в) Неотложные работы.

**15. Кто возглавляет гражданскую оборону общеобразовательного учреждения?**

- а) Директор школы;
- б) Учитель, назначенный директором специальным приказом;
- в) Завуч по ВР.

**16. Как называется широкое распространение болезни животных в районе или в стране?**

- а) Эпидемия;
- б) Пандемия;
- в) Эпизоотия.

**17. На каком этапе развития инфекционной болезни устанавливают окончательный диагноз?**

- а) Начальный этап;
- б) Инкубационный период;
- в) Период разгара болезни.

**18. Как называется активное наблюдение за своим состоянием?**

- а) Утомление;
- б) Самочувствие;
- в) Самоконтроль.

**19. Как называется состояние временного снижения работоспособности человека?**

- а) Утомление;
- б) Ослабление иммунитета;
- в) Биологические ритмы.

**20. Что такое курение?**

- а) Это внутриклеточный яд, разрушающе действующий на все системы и органы человека;
- б) Это привычка вдыхать дым тлеющего табака;
- в) Это пристрастие к наркотическим веществам.

**21. Кто положил начало формированию служилого дворянства?**

- а) Иван III;
- б) Иван IV;
- в) Петр I.

**22. Кем было организовано Централизованное управление армией?**

- а) Иваном III;
- б) Иваном IV;
- в) Иваном Великим.

**23. В 1701 году Петром I в регулярные полки драгун было реорганизовано...**

- а) стрелецкое войско;
- б) поместное войско;
- в) пехота.

**24. Выберите реформу, которую не проводил Петр I.**

- а) замена кадетских корпусов военными гимназиями;
- б) учреждение должности главнокомандующего;
- в) формирование однотипной организации и вооружения в пехоте, коннице и артиллерии.

**25. Военные реформы каких годов проводил Д. А. Милютин?**

- а) 1905-1912-ых гг.;
- б) 1908-1912 -ых гг.;
- в) 1860-1870-ых гг.

**26. В 1917 г. не были отменены... ?**

- а) воинские чины;
- б) воинские звания;
- в) солдатские комитеты.

**27. Какая армия формировалась по принципу добровольности и рекомендаций?**

- а) Красная Армия;
- б) ВС РФ;

в) Стрелецкое войско.

**28. Что не включали ВС периода Отечественной войны?**

- а) роты;
- б) дивизии;
- в) штаты.

**29. Кто в соответствии с Конституцией является верховным главнокомандующим ВС РФ?**

- а) министр обороны;
- б) Президент Российской Федерации;
- в) председатель Федерального собрания.

**30. Что составляет главную ударную силу Сухопутных войск?**

- а) танковые войска;
- б) мотострелковые войска;
- в) артиллерия.

## ВАРИАНТ 2

**1. В солнечный полдень тень указывает направление на:**

- а) север;
- б) юг;
- в) запад;
- г) восток.

**2. По каким местным приметам можно определить стороны света:**

- а) стволам и коре деревьев, лишайнику и мху, склонам холмов и бугров, муравейникам, таянию снега;
- б) кустарнику и сухой траве, направлению течения ручьев и рек, наезженной колее;
- в) полыньям на водоемах, скорости ветра, направлению комлей валяющихся на дороге спиленных деревьев.

**3. Укажите самый простой способ обеззараживания воды в полевых условиях из предложенных ниже:**

- а) очистка через фильтр из песка, ваты и материи;
- б) кипячение воды;
- в) очистка через фильтр из песка и материи;
- г) добавление в воду марганцовки.

**4. Опасное время — это время значительного повышения риска для личной безопасности. Из приведенных примеров определите наиболее опасное время:**

- а) темнота, спускающаяся на центр города, где люди непринужденно прогуливаются и отдыхают;
- б) сумерки, заставшие человека одного в лесопарке;
- в) раннее утро в заполненной людьми пригородной электричке.

**5. Опасными местами в любое время суток могут быть:**

- а) подворотни, заброшенные дома, задние дворы, пустыри, пустующие стройплощадки;
- б) парикмахерские, ремонтные мастерские, любые магазины, банки, кафе, бары;
- в) отделение милиции, пожарная часть, почта, больница, поликлиника, видеотека.

**6. Каким из нижеперечисленных правил вы воспользуетесь, возвращаясь вечером домой:**

- а) воспользуетесь попутным транспортом.
- б) идти кратчайшим путем, пролегающим через дворы, свалки и плохо освещенные места;
- в) идти по освещенному тротуару и как можно ближе к краю дороги.

**7. Вам кажется, что кто-то идет за вами следом. Ваши действия:**

- а) броситесь бежать к телефонной будке;
- б) остановитесь и выясните причину преследования;

в) перейдете несколько раз улицу и, убедившись в своих подозрениях, побежите в людное место.

**8. Назовите систему, созданную в России для предупреждения и ликвидации ЧС:**

- а) Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС;
- б) система наблюдения и контроля за состоянием окружающей природной среды;
- в) система сил и средств для ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

**9. Начальником гражданской обороны образовательного учреждения является:**

- а) специально уполномоченный представитель органов местного самоуправления ;
- б) руководитель общеобразовательного учреждения;
- в) один из заместителей руководителя общеобразовательного учреждения, прошедший специальную подготовку.

**10. Ядерное оружие — это:**

- а) высокоточное наступательное оружие, основанное на использовании ионизирующего излучения при взрыве ядерного заряда в воздухе, на земле (на воде) или под землей (под водой);
- б) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании светового излучения за счет возникающего при взрыве большого потока лучистой энергии, включающей ультрафиолетовые, видимые и инфракрасные лучи;
- в) оружие массового поражения взрывного действия, основанное на использовании внутриядерной энергии.

**11. Поражающими факторами ядерного взрыва являются:**

- а) избыточное давление в эпицентре ядерного взрыва, облако, зараженное отравляющими веществами и движущееся по направлению ветра, изменение состава атмосферного воздуха;
- б) ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение и электромагнитный импульс;
- в) резкое понижение температуры окружающей среды, понижение концентрации кислорода в воздухе, самовозгорание веществ и материалов в зоне взрыва, резкое увеличение силы тока в электроприборах и электрооборудовании.

**12. Химическое оружие — это:**

- а) оружие массового поражения, действие которого основано на токсических свойствах некоторых химических веществ;
- б) оружие массового поражения, действие которого основано на изменении состава воздушной среды в зоне заражения;
- в) оружие массового поражения, действие которого основано на применении биологических средств.

**13. Какими путями отравляющие вещества (ОВ) проникают в организм человека:**

- а) в результате вдыхания зараженного воздуха, попадания ОВ в глаза, на кожу или при употреблении зараженной пищи и воды;
- б) в результате их попадания на одежду, обувь и головные уборы;
- в) в результате их попадания на средства защиты кожи и органов дыхания.

**14. Бактериологическое оружие — это:**

- а) специальные боеприпасы и боевые приборы, снаряжаемые биологическими средствами, предназначенными для массового поражения живой силы, сельскохозяйственных животных и посевов сельскохозяйственных культур;
- б) специальное оружие, применяемое для массового поражения сельскохозяйственных животных и источников воды;
- в) оружие массового поражения людей на определенной территории.

**15. Определите, какие из нижеперечисленных боеприпасов относятся к высокоточному оружию:**

- а) осколочные боеприпасы;
- б) бетонобойные боеприпасы;

в) управляемые авиационные бомбы;

г) боеприпасы объемного взрыва.

**16. Средства коллективной защиты — это:**

а) средства защиты органов дыхания и кожи;

б) легкие сооружения для защиты населения от побочного действия атмосферы;

в) инженерные сооружения гражданской обороны для защиты от оружия массового поражения и других современных средств нападения.

**17. От каких поражающих факторов оружия массового поражения защищает убежище:**

а) от химического и бактериологического оружия, а также радиоактивного заражения;

б) от всех поражающих факторов ядерного взрыва;

в) от всех поражающих факторов ядерного взрыва, от химического и бактериологического оружия;

г) от ударной волны ядерного взрыва и обычных средств поражения.

**18. Из приведенных определений здоровья выберите то, которое принято Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ):**

а) здоровье человека — это отсутствие у него болезней, а также оптимальное сочетание здорового образа жизни с умственным и физическим трудом;

б) здоровье человека — это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков;

в) здоровье человека — это отсутствие болезней и физических недостатков.

**19. Кровотечение бывает следующих видов:**

а) поверхностное, глубокое, смешанное;

б) венозное, артериальное, легочное, носовое;

в) венозное, артериальное, капиллярное, смешанное.

**20. При оказании первой медицинской помощи в случае перелома запрещается:**

а) вставлять на место обломки костей и вправлять на место вышедшую кость;

б) проводить иммобилизацию поврежденных конечностей;

в) останавливать кровотечение.

**21. При иммобилизации бедра, плеча шина обязательно должна захватывать:**

а) три сустава;

б) два сустава (выше и ниже перелома);

в) два или три, в зависимости от наличия шин или подручных материалов.

**22. К видам Вооруженных Сил Российской Федерации относятся:**

а) Ракетные войска стратегического назначения, Сухопутные войска, Военно-Воздушные Силы, Военно-Морской Флот;

б) Сухопутные войска, воздушно-десантные войска, танковые войска, мотострелковые войска;

в) Ракетные войска стратегического назначения, артиллерийские войска, войска противовоздушной обороны, мотострелковые войска.

**23. Боевые традиции — это:**

а) специальные нормы, предъявляемые к психологическим и нравственным качествам военнослужащего в период прохождения им воинской службы;

б) определенные правила и требования к несению службы и выполнению боевых задач;

в) исторически сложившиеся в армии и на флоте и передающиеся из поколения в поколение правила, обычаи и нормы поведения военнослужащих, связанные с образцовым выполнением боевых задач и несением воинской службы.

**24. Почетные государственные награды за воинские и другие отличия и заслуги — это:**

а) ценные подарки;

б) ордена и медали;

в) ведомственные знаки.

**25. Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации подразделяются на:**

- а) тактические, стрелковые и общевойсковые;
- б) боевые и общевойсковые;
- в) уставы родов войск и строевые.

**26.Общевойсковые уставы Вооруженных Сил Российской Федерации регламентируют:**

- а) основы организации ведения боевых действий;
- б) действия военнослужащих при ведении военных операций;
- в) жизнь, быт и деятельность военнослужащих.

**27.К общевойсковым уставам Вооруженных Сил Российской Федерации относятся:**

- а) Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации, Устав гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации, Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации, Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации;
- б) Устав внутренней и гарнизонной служб ВС РФ, Устав караульной службы ВС РФ, Устав корабельной службы, Строевой устав ВС РФ, Дисциплинарный устав ВС РФ;
- в) Устав внутренней службы ВС РФ, Устав гарнизонной службы ВС РФ, Дисциплинарный устав ВС РФ, Строевой устав ВС РФ.

**28.Битва русского войска во главе с Александром Невским с рыцарями немецкого Ливонского ордена на льду Чудского озера произошла:**

- а) в 1242 г.;
- б) в 1223 г.;
- в) в 1380 г.

**29.Бородинское сражение между русской армией М. И. Кутузова и французской армией Наполеона произошло:**

- а) в 1812 г.;
- б) в 1815 г.;
- в) в 1825 г.

**30.День защитников Отечества 23 февраля установлен в ознаменование:**

- а) победы Красной Армии над кайзеровскими войсками Германии в 1918 г.;
- б) разгрома Советской Армией немецко-фашистских войск под Сталинградом в 1943 г.;
- в) снятия блокады города Ленинграда в 1944 г.

**Критерии и ответы теста по ОБЖ.**

**Ответы вариант 1**

1.а	2.в	3.а	4.б	5.а	6.в	7.а	8.а	9.в	10.б
11. б	12. а	13. в	14. б	15. а	16.	17.б	18.в	19.а	20.б
21.б	22.а	23.б	24.а	25.в	26.в	27.а	28.в	29.б	30.а

**Ответы вариант 2**

1. а	2. а	3. б	4. б	5. а	6. в	7. в	8. а	9. б	10. в
11. б	12. а	13. а	14. а	15. в	16. в	17. в	18. б	19. в	20. а
21. б	22. а	23. в	24. б	25. б	26. в	27. а	28. а	29. а	30. а

*Критерии оценивания*

- 30 - 26 прав. ответов, оценка «5»
- 25 - 21 прав. ответов, оценка «4»
- 20 - 15 прав. ответов, оценка «3»
- менее 15 прав. ответов, оценка «2»