




Государственное бюджетное  
профессиональное образовательное  
учреждение Иркутской области «Иркутский  
авиационный техникум»

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор

ГБПОУИО «ИАТ»

 В.Г. Семенов  
«31» августа 2015 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

БОД.05 Основы безопасности жизнедеятельности

специальности

24.02.01 Производство летательных аппаратов

г.Иркутск

Рассмотрена  
цикловой комиссией

\_\_\_\_\_  
Протокол № \_\_\_\_\_  
от «\_\_\_» \_\_\_\_ 20\_\_ г.

Председатель ЦК  
\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/

Разработана на основе примерной программы  
дисциплины Основы безопасности  
жизнедеятельности,  
рекомендованной \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
учебного плана специальности 24.02.01  
Производство летательных аппаратов

| № | Разработчик ФИО (полностью)   |
|---|-------------------------------|
| 1 | Бобылева Анастасия Витальевна |

## СОДЕРЖАНИЕ

|   |   | стр. |
|---|---|------|
| 1 | ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ              | 4    |
| 2 | СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ                 | 5    |
| 3 | УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ   | 17   |
| 4 | КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ | 20   |

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

## 1.1. Область применения рабочей программы (РП)

РП является частью образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 24.02.01 Производство летательных аппаратов

## 1.2. Место дисциплины в структуре ОПОП:

БОД.00 Базовые общеобразовательные дисциплины

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

| В результате освоения дисциплины обучающийся должен | № дидактической единицы | Формируемая дидактическая единица  |
|---|-------------------------|--|
| Знать   | 1.1                     | основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;                                |
|   | 1.2                     | репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;   |
|   | 1.3                     | потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;                    |
|   | 1.4                     | основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; |
|   | 1.5                     | основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;   |
|   | 1.6                     | порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;                     |
|   | 1.7                     | состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;  |
|   | 1.8                     | основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;        |

|       |      |   |
|-------|------|---|
|       | 1.9  | основные виды военно-профессиональной деятельности;   |
|       | 1.10 | особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;                 |
|       | 1.11 | требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;                                   |
|       | 1.12 | предназначение, структуру и задачи РСЧС;  |
|       | 1.13 | предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;   |
| Уметь | 2.1  | владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;                  |
|       | 2.2  | пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;   |
|       | 2.3  | оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе. |
|       | 2.4  | для ведения здорового образа жизни;   |
|       | 2.5  | оказания первой медицинской помощи;   |
|       | 2.6  | развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;                                    |
|       | 2.7  | вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи                     |

#### 1.4. Формируемые компетенции:

ОК.1 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК.2 Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК.3 Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК.4 Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и

личностного развития.

ОК.5 Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК.6 Работать в коллективе и команде, обеспечивать ее сплочение, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК.7 Ставить цели, мотивировать деятельность подчиненных, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за результат выполнения заданий.

ОК.8 Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК.9 Быть готовым к смене технологий в профессиональной деятельности.

ОК.10 Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

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

максимальной учебной нагрузки обучающегося 99 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 70 часов; самостоятельной работы обучающегося 29 часов.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

| <b>Виды учебной работы</b>  | <b>Объем часов</b> |
|---|--------------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>                            | <b>99</b>          |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>                 | <b>70</b>          |
| в том числе:  |                    |
| лабораторные работы   | 0                  |
| практические занятия  | 20                 |
| курсовая работа, курсовой проект  | 0                  |
| <b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>                      | <b>29</b>          |
| Промежуточная аттестация в форме "Дифференцированный зачет" (семестр 2) |                    |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины "БОД.05 Основы безопасности жизнедеятельности"

| Наименование разделов              | Содержание учебного материала, теоретических занятий, практических занятий, лабораторных работ, самостоятельной работы обучающихся, курсовой работы, курсового проекта | Перечень оборудования для выполнения лабораторных работ, практических занятий                     | Объём часов | № дидактической единицы | Формируемые компетенции | Текущий контроль |
|------------------------------------|--|---|-------------|-------------------------|-------------------------|------------------|
| 1                                  | 2  | 3   | 4           | 5                       | 6                       | 7                |
| <b>Раздел 1</b>                    | <b>Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях</b>   |   | <b>24</b>   |                         |                         |                  |
| <b>Тема 1.1</b>                    | <b>Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения</b>   |   | <b>9</b>    |                         |                         |                  |
| Занятие 1.1.1 теория               | Введение. Для чего надо изучать ОБЖ?   |   | 1           | 1.1                     | ОК.2                    |                  |
| Занятие 1.1.2 теория               | Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях.   |   | 1           | 1.1, 2.1                | ОК.3                    |                  |
| Занятие 1.1.3 практическое занятие | Ориентирование на местности разными способами.   | компас, карта местности, визирная линейка, экран, ПК, Методические указания к практической работе | 1           | 1.1, 2.1                | ОК.2                    |                  |
| Занятие 1.1.4 теория               | Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.  |   | 1           | 1.1, 2.1                | ОК.3                    |                  |
| Занятие 1.1.5 теория               | Уголовная ответственность несовершеннолетних.  |   | 1           | 1.1, 2.1                | ОК.3                    |                  |
| Занятие 1.1.6 практическое занятие | Повторение правил поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.   | мультимедийное оборудование, ПК, Экран правила,   | 1           | 1.1, 1.2, 2.1           | ОК.2, ОК.3              |                  |

|  |  |  |           |                    |                      |  |
|--|--|--|-----------|--------------------|----------------------|--|
|  |  | Методические указания<br>к практической работе.  |           |                    |                      |  |
| Занятие 1.1.7<br>теория                  | Правила поведения в условиях<br>чрезвычайных ситуаций техногенного<br>характера.   |  | 1         | 1.1, 2.1, 2.2      | ОК.3                 |  |
| Занятие 1.1.8<br>теория                  | Единая государственная система<br>предупреждения и ликвидации<br>чрезвычайных (РСЧС), её структура и<br>задачи.                |  | 1         | 1.1, 1.2, 2.1, 2.2 | ОК.4                 |  |
| Занятие 1.1.9<br>теория                  | Законы и другие нормативно - правовые<br>акты РФ по обеспечению безопасности.  |  | 1         | 1.1                | ОК.4, ОК.8           |  |
| <b>Тема 1.2</b>                          | <b>Гражданская оборона: - составная часть<br/>оборонеспособности страны.</b>   |  | <b>15</b> |                    |                      |  |
| Занятие 1.2.1<br>теория                  | Гражданская оборона, основные понятия и<br>определения, задачи гражданской обороны.  |  | 1         | 1.1, 2.1           | ОК.1, ОК.10          |  |
| Занятие 1.2.2<br>теория                  | Ядерное оружие и его поражающие<br>факторы.  |  | 1         | 1.1, 2.1           | ОК.4                 |  |
| Занятие 1.2.3<br>теория                  | Химическое оружие.   |  | 1         | 1.1, 2.1           | ОК.3                 |  |
| Занятие 1.2.4<br>теория                  | Бактериологическое оружие.   |  | 1         | 1.1, 2.1           | ОК.3, ОК.4           |  |
| Занятие 1.2.5<br>теория                  | Современные обычные средства поражения.  |  | 1         | 1.1, 2.1, 2.2, 2.3 | ОК.2, ОК.3           |  |
| Занятие 1.2.6<br>теория                  | Оружие массового поражения.  |  | 1         | 1.1, 2.1           | ОК.3                 |  |
| Занятие 1.2.7<br>практическое<br>занятие | Оповещение и информирование населения<br>об опасностях, возникающих в<br>чрезвычайных ситуациях военного и<br>мирного времени. | мультимедийное<br>оборудование, ПК, экран,<br>Методические указания<br>к практической работе | 1         | 1.1, 2.1           | ОК.3, ОК.4,<br>ОК.10 |  |



|   |   |   |           |                         |            |   |
|---|---|---|-----------|-------------------------|------------|---|
| Занятие 1.2.8<br>теория                   | Защитные сооружения гражданской обороны.  |   | 1         | 1.1, 2.1                | ОК.8       |   |
| Занятие 1.2.9<br>теория                   | Противорадиационные укрытия, их назначение и устройства   |   | 1         | 1.1, 2.1, 2.2           | ОК.1, ОК.3 |   |
| Занятие 1.2.10<br>практическое<br>занятие | Выполнение правила поведения в защитных сооружениях.  | мультимедийное оборудование, противогаз, ПК, экран, ОЗК, Методические указания к практической работе. | 1         | 1.1, 2.1, 2.2           | ОК.3, ОК.6 |   |
| Занятие 1.2.11<br>теория                  | Средства индивидуальной защиты населения (СИЗ), правила их использования.                                 |   | 1         | 1.1, 2.1, 2.2           | ОК.3, ОК.4 |   |
| Занятие 1.2.12<br>теория                  | Средства защиты кожи, медицинские СИЗ и профилактика.   |   | 1         | 1.1, 2.1, 2.2           | ОК.3, ОК.8 |   |
| Занятие 1.2.13<br>теория                  | Организация аварийно- спасательных работ в зонах ЧС.  |   | 1         | 1.1, 2.1                | ОК.3, ОК.6 |   |
| Занятие 1.2.14<br>практическое<br>занятие | Закрепление правил безопасности и защиты человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. Контрольная работа. | мультимедийное оборудование, ПК, экран, Методические указания к практической работе.                  | 1         | 1.1, 2.1, 2.2, 2.3, 2.4 | ОК.5       |   |
| Занятие 1.2.15<br>теория                  | Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.  |   | 1         | 1.1, 1.2, 1.3, 1.4, 2.1 | ОК.3, ОК.4 | + |
| <b>Раздел 2</b>                           | <b>Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний</b>                                  |   | <b>19</b> |                         |            |   |

|  |   |   |           |          |                  |  |
|--|---|---|-----------|----------|------------------|--|
| <b>Тема 2.1</b>                          | <b>Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.</b>   |   | <b>7</b>  |          |                  |  |
| Занятие 2.1.1<br>теория                  | Здоровье человека, общие понятия и определения. Основные критерии здоровья.   |   | 1         | 1.1, 2.1 | ОК.6             |  |
| Занятие 2.1.2<br>практическое<br>занятие | Выявление влияния окружающей среды на здоровье человека в процессе его жизнедеятельности.                           | мультимедийное оборудование.<br>презентация , ПК, экран<br>Методические указания к практической работе. | 1         | 1.1, 2.1 | ОК.5             |  |
| Занятие 2.1.3<br>теория                  | Инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.  |   | 2         | 1.1, 2.1 | ОК.6             |  |
| Занятие 2.1.4<br>практическое<br>занятие | Классифицировать инфекционные заболевания, профилактика инфекций.   | мультимедийные технологии, ПК, экран,<br>Методические указания к практической работе.                   | 2         | 1.1, 2.1 | ОК.7, ОК.8       |  |
| Занятие 2.1.5<br>практическое<br>занятие | Проведение профилактических мероприятий при инфекционных заболеваниях.  | Мультимедийное оборудование, экран ,<br>ПК, Методические указания к практической работе.                | 1         | 1.1, 2.1 | ОК.4, ОК.5, ОК.6 |  |
| <b>Тема 2.2</b>                          | <b>Основы здорового образа жизни.</b>   |   | <b>12</b> |          |                  |  |
| Занятие 2.2.1<br>теория                  | Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. |   | 1         | 1.1, 2.1 | ОК.3, ОК.6       |  |
| Занятие 2.2.2<br>теория                  | Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья.   |   | 1         | 1.1, 2.1 | ОК.7, ОК.8       |  |
| Занятие 2.2.3<br>теория                  | Основные элементы жизнедеятельности человека.   |   | 1         | 1.1, 2.1 | ОК.7             |  |
| Занятие 2.2.4                            | Основные понятия о биологических ритмах,  |   | 1         | 1.1, 2.1 | ОК.6             |  |

|  |  |   |   |               |            |  |
|--|--|---|---|---------------|------------|--|
| теория                                       | их влияние на уровень жизнедеятельности человека.  |   |   |               |            |  |
| Занятие 2.2.5<br>практическое<br>занятие     | Оказание первой медицинской помощи при травмах.  | мультимедийное<br>оборудование, бинт,<br>жгут, шины,<br>Методические указания<br>к практической работе.       | 1 | 1.1, 2.1, 2.2 | ОК.4, ОК.6 |  |
| Занятие 2.2.6<br>теория                      | Значение двигательной активности для здоровья человека.                                  |   | 1 | 1.1, 2.1, 2.2 | ОК.5       |  |
| Занятие 2.2.7<br>практическое<br>занятие     | Использование факторов окружающей природной среды для закаливания и укрепления здоровья. | мультимедийное<br>оборудование, Экран,<br>ПК, Методические<br>указания к практической<br>работе.              | 1 | 1.1, 2.1, 2.2 | ОК.5, ОК.6 |  |
| Занятие 2.2.8<br>теория                      | Вредные привычки и социальные последствия привычек.                                      |   | 1 | 1.1, 2.1      | ОК.4, ОК.5 |  |
| Занятие 2.2.9<br>практическое<br>занятие     | Выявление влияния алкоголя на здоровье.  | Мультимедийное<br>оборудование, ПК,<br>экран, Методические<br>указания к практической<br>работе.              | 1 | 1.1, 2.1      | ОК.8       |  |
| Занятие<br>2.2.10<br>теория                  | Курение и его влияние на здоровье человека.  |   | 1 | 1.1, 1.2, 2.1 | ОК.3, ОК.8 |  |
| Занятие<br>2.2.11<br>практическое<br>занятие | Влияние влияния наркомании и токсикомании на здоровье, социальные последствия.           | Мультимедийное<br>оборудование.<br>презентация, ПК, экран.<br>Методические указания<br>к практической работе. | 1 | 1.1, 2.1      | ОК.7       |  |

|   |  |   |           |                    |             |   |
|---|--|---|-----------|--------------------|-------------|---|
| Занятие 2.2.12<br>практическое<br>занятие | Закрепление знаний по теме "Основы здорового образа жизни"                 | Мультимедийное оборудование, задания, методические указания к практической работе.                        | 1         | 1.1, 1.2, 2.1, 2.2 | ОК.6, ОК.7  | + |
| <b>Раздел 3</b>                           | <b>Основы воинской службы</b>  |   | <b>27</b> |                    |             |   |
| <b>Тема 3.1</b>                           | <b>Вооруженные силы Российской Федерации - Защитники нашего Отечества.</b> |   | <b>14</b> |                    |             |   |
| Занятие 3.1.1<br>теория                   | Родина и её национальная безопасность.                                     |   | 1         | 1.1, 1.2, 1.3, 2.1 | ОК.10       |   |
| Занятие 3.1.2<br>практическое<br>занятие  | Создание Советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.         | мультимедийное оборудование.<br>презентация.экран, ПК,<br>Методические указания<br>к практической работе. | 1         | 1.1, 2.1           | ОК.6        |   |
| Занятие 3.1.3<br>теория                   | Организационная структура Вооруженных Сил России.                          |   | 1         | 1.1, 2.1           | ОК.10       |   |
| Занятие 3.1.4<br>теория                   | Ракетные войска стратегического назначения, их предназначение.             |   | 1         | 1.1, 2.1           | ОК.10       |   |
| Занятие 3.1.5<br>практическое<br>занятие  | Создание сухопутных войск, их история .                                    | мультимедийное оборудование.<br>презентация.экран,ПК.<br>Методические указания<br>к практической работе.  | 1         | 1.1, 2.1           | ОК.5, ОК.10 |   |
| Занятие 3.1.6<br>теория                   | Военно-воздушные силы, история их создания.                                |   | 1         | 1.1, 1.2, 2.1      | ОК.4, ОК.10 |   |
| Занятие 3.1.7<br>теория                   | Военно Морской Флот, история создания, предназначение.                     |   | 1         | 1.1, 1.2, 2.1      | ОК.8, ОК.10 |   |
| Занятие 3.1.8<br>теория                   | Функции и основные задачи Вооруженных Сил РФ.                              |   | 1         | 1.1, 1.2, 2.1      | ОК.8, ОК.10 |   |

|   |   |  |          |                    |             |  |
|---|---|--|----------|--------------------|-------------|--|
| Занятие 3.1.9<br>теория                   | Другие виды Вооруженных Сил   |  | 1        | 1.1, 2.1           | ОК.8, ОК.10 |  |
| Занятие 3.1.10<br>теория                  | Роль и место Вооруженных Сил в системе обеспечения безопасности страны. |  | 1        | 1.1, 1.2, 2.1      | ОК.8, ОК.10 |  |
| Занятие 3.1.11<br>практическое<br>занятие | Формирование знаний об управлении и руководстве Вооруженными Силами.    | Мультимедийное оборудование, экран, ПК, методические указания к практической работе. | 1        | 1.1, 2.1           | ОК.10       |  |
| Занятие 3.1.12<br>теория                  | Реформа Вооруженных Сил России.   |  | 1        | 1.1, 2.1           | ОК.10       |  |
| Занятие 3.1.13<br>теория                  | Пограничные, Внутренние и Железнодорожные войска.                       |  | 1        | 1.1, 1.2, 2.1      | ОК.10       |  |
| Занятие 3.1.14<br>теория                  | Войска Федеральной связи. Войска Гражданской обороны.                   |  | 1        | 1.1, 2.1           | ОК.10       |  |
| <b>Тема 3.2</b>                           | <b>Боевые традиции Вооруженных Сил России.</b>                          |  | <b>5</b> |                    |             |  |
| Занятие 3.2.1<br>теория                   | Патриотизм - духовно - нравственная основа личности военнослужащего.    |  | 1        | 1.1, 1.2, 2.1, 2.2 | ОК.9, ОК.10 |  |
| Занятие 3.2.2<br>практическое<br>занятие  | Описание дней воинской славы России - дней славных побед.               | мультимедийное оборудование,ПК, экран, методические указания к практической работе.  | 2        | 1.1, 2.1           | ОК.8, ОК.10 |  |
| Занятие 3.2.3<br>теория                   | Основные формы увековечивания памяти российских воинов.                 |  | 1        | 1.1, 2.1           | ОК.10       |  |

|  |   |  |          |                    |             |   |
|--|---|--|----------|--------------------|-------------|---|
| Занятие 3.2.4<br>теория                  | Воинское товарищество - боевая традиция<br>русской армии.   |  | 1        | 1.1, 2.1           | ОК.10       |   |
| <b>Тема 3.3</b>                          | <b>Символы Воинской Славы.</b>  |  | <b>8</b> |                    |             |   |
| Занятие 3.3.1<br>теория                  | Символы воинской чести. Ритуалы<br>Вооруженных Сил Российской Федерации.  |  | 2        | 1.1, 2.1, 2.2      | ОК.8, ОК.10 |   |
| Занятие 3.3.2<br>теория                  | Меры безопасности при проведении<br>военных сборов  |  | 1        | 1.1, 1.2, 2.1, 2.2 | ОК.4, ОК.10 |   |
| Занятие 3.3.3<br>теория                  | Размещение и быт военнослужащих.  |  | 2        | 1.1, 2.1           | ОК.5, ОК.10 |   |
| Занятие 3.3.4<br>практическое<br>занятие | Закрепление знаний о Вооруженных силах<br>Российской Федерации.   | Мультимедийное<br>оборудование,<br>методические указания к<br>практической работе. | 1        | 1.1, 2.1           | ОК.10       | + |
| Занятие 3.3.5<br>теория                  | Строевая подготовка   |  | 2        | 1.1, 2.1           | ОК.10       |   |
| <b>Тематика самостоятельных работ</b>    |   |  |          |                    |             |   |
| 1  | Написание примеров из текстов<br>художественной литературы, сообщений<br>прессы, описывающие ситуации<br>автономного пребывания человека в<br>природных условиях и успешного или не<br>всегда успешного выживания |  | 1        |                    |             |   |
| 2  | Написание рекомендаций по обеспечению<br>собственной безопасности.  |  | 1        |                    |             |   |
| 3  | Написание ответа: ваши действия при<br>землетрясении, наводнении.   |  | 2        |                    |             |   |
| 4  | Подготовить презентацию по теме<br>"Чрезвычайные ситуации "   |  | 2        |                    |             |   |

|    |   |  |   |  |  |  |
|----|---|--|---|--|--|--|
| 5  | Создание схемы: виды ядерного взрыва.<br>Опишите один из видов взрыва.  |  | 1 |  |  |  |
| 6  | Описание защитных сооружений ГО своей местности.  |  | 1 |  |  |  |
| 7  | проанализировать статистику инфекционных заболеваний в России, сделать выводы                                 |  | 1 |  |  |  |
| 8  | Приготовить презентацию "Профилактические мероприятия при инфекционных заболеваниях"                          |  | 1 |  |  |  |
| 9  | Определение: что и кто может служить источником инфекционных заболеваний.                                     |  | 1 |  |  |  |
| 10 | Описание критериев здорового образа жизни.  |  | 2 |  |  |  |
| 11 | Описание своего режима дня.   |  | 1 |  |  |  |
| 12 | Составление рекомендаций и советов по саморегуляции и управлению эмоциями.                                    |  | 2 |  |  |  |
| 13 | подготовить презентацию по теме "здоровье матери - здоровье ребенка "   |  | 1 |  |  |  |
| 14 | Описание рекомендаций - обоснования для подростка желающего попробовать действие наркотиков на свой организм. |  | 1 |  |  |  |
| 15 | Описание факторов оказывающих благоприятное действие на здоровье человека, а какие нанося ущерб.              |  | 2 |  |  |  |
| 16 | Описание реформ 90-х годов в армии России.  |  | 1 |  |  |  |
| 17 | Создайте схему, что в настоящее время   |  | 2 |  |  |  |

|        |  |  |    |  |  |  |
|--------|--|--|----|--|--|--|
|        | включает себя ВВС.   |  |    |  |  |  |
| 18     | Создание схемы: Рода войск Вооруженных сил МВФ.                  |  | 1  |  |  |  |
| 19     | Описание любого рода войск ранее не изученных.                   |  | 1  |  |  |  |
| 20     | Определение обязанностей гражданских лиц к воинской обязанности. |  | 1  |  |  |  |
| 21     | Описание одного из дней воинской славы.                          |  | 1  |  |  |  |
| 22     | Описание увековечивании памяти российского воина.                |  | 1  |  |  |  |
| 23     | Описание одной из наград за воинские заслуги.                    |  | 1  |  |  |  |
| ВСЕГО: |  |  | 99 |  |  |  |



### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета:

---

мастерских:

---

лабораторий:

---

#### ОБЕСПЕЧЕННОСТЬ ВСЕХ ВИДОВ ЛАБОРАТОРНЫХ РАБОТ И ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ (далее – ЛПР)

| Наименование занятия ЛПР  | Перечень оборудования   |
|---|---|
| 1.1.3 Ориентирование на местности разными способами.  | компас, карта местности, визирная линейка, экран, ПК, Методические указания к практической работе     |
| 1.1.6 Повторение правил поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.                                    | мультимедийное оборудование, ПК, Экран правила, Методические указания к практической работе.          |
| 1.2.7 Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. | мультимедийное оборудование, ПК, экран, Методические указания к практической работе                   |
| 1.2.10 Выполнение правила поведения в защитных сооружениях.   | мультимедийное оборудование, противогаз, ПК, экран, ОЗК, Методические указания к практической работе. |
| 1.2.14 Закрепление правил безопасности и защиты человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. Контрольная работа.            | мультимедийное оборудование, ПК, экран, Методические указания к практической работе.                  |
| 2.1.2 Выявление влияния окружающей среды на здоровье человека в процессе его жизнедеятельности.                             | мультимедийное оборудование. презентация , ПК, экран Методические указания к практической работе.     |
| 2.1.4 Классифицировать инфекционные заболевания,  | мультимедийные технологии, ПК, экран, Методические указания к   |

|  |   |
|--|---|
| профилактика инфекций.   | практической работе.  |
| 2.1.5 Проведение профилактических мероприятий при инфекционных заболеваниях.                   | Мультимедийное оборудование, экран , ПК, Методические указания к практической работе.             |
| 2.2.5 Оказание первой медицинской помощи при травмах.  | мультимедийное оборудование, бинт, жгут, шины, Методические указания к практической работе.       |
| 2.2.7 Использование факторов окружающей природной среды для закаливания и укрепления здоровья. | мультимедийное оборудование, Экран, ПК, Методические указания к практической работе.              |
| 2.2.9 Выявление влияния алкоголя на здоровье.  | Мультимедийное оборудование, ПК, экран, Методические указания к практической работе.              |
| 2.2.11 Влияние влияния наркомании и токсикомании на здоровье, социальные последствия.          | Мультимедийное оборудование. презентация, ПК, экран. Методические указания к практической работе. |
| 2.2.12 Закрепление знаний по теме "Основы здорового образа жизни"                              | Мультимедийное оборудование, задания, методические указания к практической работе.                |
| 3.1.2 Создание Советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.                       | мультимедийное оборудование. презентация. экран, ПК, Методические указания к практической работе. |
| 3.1.5 Создание сухопутных войск, их история .  | мультимедийное оборудование. презентация. экран, ПК. Методические указания к практической работе. |
| 3.1.11 Формирование знаний об управлении и руководстве Вооруженными Силами.                    | Мультимедийное оборудование, экран, пк, методические указания к практической работе.              |
| 3.2.2 Описание дней воинской славы России - дней славных побед.                                | мультимедийное оборудование, ПК, экран, методические указания к практической работе.              |
| 3.3.4 Закрепление знаний о Вооруженных силах Российской Федерации.                             | Мультимедийное оборудование, методические указания к практической работе.                         |

### 3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, электронных ресурсов, нормативных и нормативно-технических документов, дополнительной

литературы (приложение Г)

| №  | Библиографическое описание  | Тип (основной источник, дополнительный источник, электронный ресурс) |
|----|---|--|
| 1. | Основы безопасности жизнедеятельности: 10-11 класс : учебник для общеобр учреждений / М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Астрель; АСТ, 2010. - 350 с. | [основная]   |
| 2. | Основы безопасности жизнедеятельности: 10-11 класс : учебник для общеобр учреждений / Под ред. Ю.Л. Воробьева. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : АСТ: Астрель, 2012. - 350 с.   | [основная]   |

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

**4.1. Текущий контроль успеваемости осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических занятий, практических занятий лабораторных работ, курсового проектирования.**

| Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания) (Из стандарта)  | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения |                    | Наименование темы занятия  |
|--|---|--------------------|--|
|  | Методы:   | Формы              |  |
| Текущий контроль № 1.  |   |                    |  |
| Знать<br>1.3 потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;         | Опрос   | Контрольная работа | 1.1.1 Введение. Для чего надо изучать ОБЖ?<br>1.1.2 Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях.<br>1.1.6 Повторение правил поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.<br>1.1.7 Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.   |
| Знать<br>1.4 основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного | Опрос   | Контрольная работа | 1.1.9 Законы и другие нормативно - правовые акты РФ по обеспечению безопасности.<br>1.2.2 Ядерное оружие и его поражающие факторы.<br>1.2.3 Химическое оружие.<br>1.2.6 Оружие массового поражения.<br>1.2.7 Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.<br>1.2.8 Защитные сооружения гражданской обороны.<br>1.2.9 Противорадиационные укрытия, |

|  |                             |                     |  |
|--|-----------------------------|---------------------|--|
| нного характера;   |                             |                     | их назначение и устройства<br>1.2.10 Выполнение правила поведения в защитных сооружениях.<br>1.2.13 Организация аварийно-спасательных работ в зонах ЧС.<br>1.2.14 Закрепление правил безопасности и защиты человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. Контрольная работа.  |
| <b>Знать</b><br>1.12 предна значение, структуру и задачи РСЧС;   | Опрос                       | Контрольн ая работа | 1.1.8 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных (РСЧС), её структура и задачи.   |
| <b>Знать</b><br>1.13 предна значение, структуру и задачи гражданской обороны;  | Опрос                       | Контрольн ая работа | 1.1.8 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных (РСЧС), её структура и задачи.<br>1.2.1 Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.   |
| <b>Уметь</b><br>1.1 владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; | Информационно-аналитический | Контрольн ая работа | 1.1.2 Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях.<br>1.1.3 Ориентирование на местности разными способами.<br>1.1.4 Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.<br>1.1.5 Уголовная ответственность несовершеннолетних.<br>1.1.6 Повторение правил поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.<br>1.1.7 Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.<br>1.2.2 Ядерное оружие и его поражающие факторы.<br>1.2.4 Бактериологическое оружие. |

|  |                             |                    |  |
|--|-----------------------------|--------------------|--|
|  |                             |                    | <p>1.2.5 Современные обычные средства поражения.</p> <p>1.2.6 Оружие массового поражения.</p> <p>1.2.7 Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.</p> <p>1.2.9 Противорадиационные укрытия, их назначение и устройства</p> <p>1.2.10 Выполнение правила поведения в защитных сооружениях.</p> <p>1.2.11 Средства индивидуальной защиты населения (СИЗ), правила их использования.</p> <p>1.2.12 Средства защиты кожи, медицинские СИЗ и профилактика.</p> <p>1.2.14 Закрепление правил безопасности и защиты человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. Контрольная работа.</p>                     |
| <p><b>Уметь</b></p> <p>1.2 пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;</p> | Информационно-аналитический | Контрольная работа | <p>1.1.7 Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.</p> <p>1.1.8 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных (РСЧС), её структура и задачи.</p> <p>1.2.3 Химическое оружие.</p> <p>1.2.5 Современные обычные средства поражения.</p> <p>1.2.9 Противорадиационные укрытия, их назначение и устройства</p> <p>1.2.10 Выполнение правила поведения в защитных сооружениях.</p> <p>1.2.11 Средства индивидуальной защиты населения (СИЗ), правила их использования.</p> <p>1.2.12 Средства защиты кожи, медицинские СИЗ и профилактика.</p> <p>1.2.14 Закрепление правил безопасности и защиты человека в опасных и</p> |

|   |                             |                    |  |
|---|-----------------------------|--------------------|--|
|   |                             |                    | чрезвычайных ситуациях. Контрольная работа.  |
| <b>Уметь</b><br>1.7 вызова (обращения за помощью) в случае необходимости и соответствующей службы экстренной помощи       | Информационно-аналитический | Контрольная работа | 1.1.8 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных (РСЧС), её структура и задачи.<br>1.2.5 Современные обычные средства поражения.<br>1.2.13 Организация аварийно-спасательных работ в зонах ЧС.<br>1.2.14 Закрепление правил безопасности и защиты человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. Контрольная работа.  |
| <b>Текущий контроль № 2.</b>  |                             |                    |  |
| <b>Знать</b><br>1.1 основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; | Опрос                       | Контрольная работа | 1.1.3 Ориентирование на местности разными способами.<br>1.1.4 Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.<br>1.1.5 Уголовная ответственность несовершеннолетних.<br>1.1.6 Повторение правил поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.<br>1.2.4 Бактериологическое оружие.<br>1.2.5 Современные обычные средства поражения.<br>1.2.11 Средства индивидуальной защиты населения (СИЗ), правила их использования.<br>1.2.12 Средства защиты кожи, медицинские СИЗ и профилактика.<br>2.1.1 Здоровье человека, общие понятия и определения. Основные критерии здоровья.<br>2.1.3 Инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.<br>2.1.4 Классифицировать инфекционные заболевания, профилактика инфекций.<br>2.1.5 Проведение профилактических |

|  |                             |                    |   |
|--|-----------------------------|--------------------|---|
|  |                             |                    | <p>мероприятий при инфекционных заболеваниях.</p> <p>2.2.1 Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья.</p> <p>2.2.2 Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья.</p> <p>2.2.4 Основные понятия о биологических ритмах, их влияние на уровень жизнедеятельности человека.</p> <p>2.2.5 Оказание первой медицинской помощи при травмах.</p> <p>2.2.6 Значение двигательной активности для здоровья человека.</p> <p>2.2.7 Использование факторов окружающей природной среды для закаливания и укрепления здоровья.</p> <p>2.2.9 Выявление влияния алкоголя на здоровье.</p> <p>2.2.10 Курение и его влияние на здоровье человека.</p> <p>2.2.11 Влияние влияния наркомании и токсикомании на здоровье, социальные последствия.</p> |
| <b>Знать</b><br>1.2 репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него; | Опрос                       | Контрольная работа | <p>2.1.2 Выявление влияния окружающей среды на здоровье человека в процессе его жизнедеятельности.</p> <p>2.2.3 Основные элементы жизнедеятельности человека.</p> <p>2.2.8 Вредные привычки и социальные последствия привычек.</p> <p>2.2.10 Курение и его влияние на здоровье человека.</p>  |
| <b>Уметь</b><br>1.4 для ведения здорового образа жизни;                  | Информационно-аналитический | Контрольная работа | <p>2.1.1 Здоровье человека, общие понятия и определения. Основные критерии здоровья.</p> <p>2.1.2 Выявление влияния окружающей среды на здоровье человека в процессе его жизнедеятельности.</p>   |



|  |                                    |                           |   |
|--|------------------------------------|---------------------------|---|
|  |                                    |                           | <p>2.1.3 Инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.</p> <p>2.1.4 Классифицировать инфекционные заболевания, профилактика инфекций.</p> <p>2.1.5 Проведение профилактических мероприятий при инфекционных заболеваниях.</p> <p>2.2.1 Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья.</p> <p>2.2.2 Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья.</p> <p>2.2.3 Основные элементы жизнедеятельности человека.</p> <p>2.2.4 Основные понятия о биологических ритмах, их влияние на уровень жизнедеятельности человека.</p> <p>2.2.6 Значение двигательной активности для здоровья человека.</p> <p>2.2.7 Использование факторов окружающей природной среды для закаливания и укрепления здоровья.</p> <p>2.2.8 Вредные привычки и социальные последствия привычек.</p> <p>2.2.9 Выявление влияния алкоголя на здоровье.</p> <p>2.2.10 Курение и его влияние на здоровье человека.</p> <p>2.2.11 Влияние влияния наркомании и токсикомании на здоровье, социальные последствия.</p> |
| <p><b>Уметь</b></p> <p>1.5 оказания первой медицинской помощи;</p> | <p>Информационно-аналитический</p> | <p>Контрольная работа</p> | <p>1.2.14 Закрепление правил безопасности и защиты человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. Контрольная работа.</p> <p>2.2.5 Оказание первой медицинской помощи при травмах.</p> <p>2.2.6 Значение двигательной активности для здоровья человека.</p>   |

|  |       |                    |   |
|--|-------|--------------------|---|
|  |       |                    | 2.2.7 Использование факторов окружающей природной среды для закаливания и укрепления здоровья.  |
| <b>Текущий контроль № 3.</b>   |       |                    |   |
| <b>Знать</b><br>1.5 основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;                       | Опрос | Контрольная работа | 3.1.3 Организационная структура Вооруженных Сил России.<br>3.2.2 Описание дней воинской славы России - дней славных побед.<br>3.3.2 Меры безопасности при проведении военных сборов   |
| <b>Знать</b><br>1.6 порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу; | Опрос | Контрольная работа | 3.1.1 Родина и её национальная безопасность.<br>3.1.6 Военно-воздушные силы, история их создания.   |
| <b>Знать</b><br>1.7 состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;  | Опрос | Контрольная работа | 3.1.1 Родина и её национальная безопасность.<br>3.1.4 Ракетные войска стратегического назначения, их предназначение.<br>3.1.5 Создание сухопутных войск, их история .<br>3.1.6 Военно-воздушные силы, история их создания.<br>3.1.9 Другие виды Вооруженных Сил<br>3.1.10 Роль и место Вооруженных Сил в системе обеспечения безопасности |

|  |       |                    |  |
|--|-------|--------------------|--|
|  |       |                    | <p>страны.</p> <p>3.1.12 Реформа Вооруженных Сил России.</p> <p>3.1.13 Пограничные, Внутренние и Железнодорожные войска.</p> <p>3.1.14 Войска Федеральной связи. Войска Гражданской обороны.</p> <p>3.3.1 Символы воинской чести. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.</p>  |
| <p><b>Знать</b></p> <p>1.8 основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;</p> | Опрос | Контрольная работа | <p>3.1.1 Родина и её национальная безопасность.</p> <p>3.1.2 Создание Советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.</p> <p>3.2.1 Патриотизм - духовно - нравственная основа личности военнослужащего.</p>  |
| <p><b>Знать</b></p> <p>1.9 основные виды военно-профессиональной деятельности;</p>   | Опрос | Контрольная работа | <p>3.1.7 Военно Морской Флот, история создания, предназначение.</p> <p>3.1.10 Роль и место Вооруженных Сил в системе обеспечения безопасности страны.</p> <p>3.1.11 Формирование знаний об управлении и руководстве Вооруженными Силами.</p> <p>3.2.3 Основные формы увековечивания памяти российских воинов.</p> <p>3.3.2 Меры безопасности при проведении военных сборов</p> |
| <p><b>Знать</b></p> <p>1.10 особенности прох</p>   | Опрос | Контрольная работа | <p>3.1.8 Функции и основные задачи Вооруженных Сил РФ.</p> <p>3.2.1 Патриотизм - духовно -</p>   |

|   |                                     |                        |   |
|---|-------------------------------------|------------------------|---|
| ождения<br>военной<br>службы по<br>призыву и<br>контракту,<br>альтернати<br>вной гражд<br>анской<br>службы;   |                                     |                        | нравственная основа личности<br>военнослужащего.  |
| <b>Знать</b><br>1.11<br>требования<br>, предъявля<br>емые<br>военной<br>службой к<br>уровню под<br>готовленно<br>сти призыв<br>ника;  | Опрос                               | Контрольн<br>ая работа | 3.1.7 Военно Морской Флот, история<br>создания, предназначение.<br>3.1.8 Функции и основные задачи<br>Вооруженных Сил РФ.<br>3.1.13 Пограничные, Внутренние и<br>Железнодорожные войска.<br>3.2.4 Воинское товарищество - боевая<br>традиция российской армии.<br>3.3.3 Размещение и быт<br>военнослужащих.   |
| <b>Уметь</b><br>1.3<br>оценивать<br>уровень<br>своей подго<br>товленност<br>и и осущест<br>влять<br>осознанное<br>самоопреде<br>ление по<br>отношению<br>к военной<br>службе. | Информац<br>ионно-анал<br>итический | Контрольн<br>ая работа | 1.2.1 Гражданская оборона, основные<br>понятия и определения, задачи<br>гражданской обороны.<br>2.2.12 Закрепление знаний по теме<br>"Основы здорового образа жизни"<br>3.1.2 Создание Советских Вооруженных<br>Сил, их структура и предназначение.<br>3.1.3 Организационная структура<br>Вооруженных Сил России.<br>3.1.4 Ракетные войска стратегического<br>назначения, их предназначение.<br>3.1.7 Военно Морской Флот, история<br>создания, предназначение.<br>3.1.9 Другие виды Вооруженных Сил<br>3.2.1 Патриотизм - духовно -<br>нравственная основа личности<br>военнослужащего.<br>3.2.2 Описание дней воинской славы<br>России - дней славных побед.<br>3.3.1 Символы воинской чести. Ритуалы<br>Вооруженных Сил Российской |

|   |                             |                    |   |
|---|-----------------------------|--------------------|---|
|   |                             |                    | Федерации.<br>3.3.2 Меры безопасности при проведении военных сборов   |
| <b>Уметь</b><br>1.6<br>развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы; | Информационно-аналитический | Контрольная работа | 1.2.8 Защитные сооружения гражданской обороны.<br>2.2.12 Закрепление знаний по теме "Основы здорового образа жизни"<br>3.1.1 Родина и её национальная безопасность.<br>3.1.5 Создание сухопутных войск, их история .<br>3.1.6 Военно-воздушные силы, история их создания.<br>3.1.8 Функции и основные задачи Вооруженных Сил РФ.<br>3.1.10 Роль и место Вооруженных Сил в системе обеспечения безопасности страны.<br>3.1.11 Формирование знаний об управлении и руководстве Вооруженными Силами.<br>3.1.12 Реформа Вооруженных Сил России.<br>3.1.13 Пограничные, Внутренние и Железнодорожные войска.<br>3.1.14 Войска Федеральной связи. Войска Гражданской обороны.<br>3.2.1 Патриотизм - духовно - нравственная основа личности военнослужащего.<br>3.2.3 Основные формы увековечивания памяти российских воинов.<br>3.2.4 Воинское товарищество - боевая традиция российской армии.<br>3.3.1 Символы воинской чести. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.<br>3.3.2 Меры безопасности при проведении военных сборов<br>3.3.3 Размещение и быт военнослужащих. |

## 4.2. Промежуточная аттестация

|            |                              |
|------------|------------------------------|
| № семестра | Вид промежуточной аттестации |
| 2          | Дифференцированный зачет     |

|   |
|---|
| <b>Автоматический контроль по результатам текущего контроля</b> |
| Текущий контроль №1   |
| Текущий контроль №2   |
| Текущий контроль №3   |

## 4.3. Критерии и нормы оценки результатов освоения учебной дисциплины

Определяются исходя из % соотношения выполнения основных показателей оценки результата по каждой дидактической единице, определенной в рамках текущего контроля и промежуточной аттестации.

### Пример:

|                            |                     |
|----------------------------|---------------------|
| Процент выполнения задания | Отметка             |
| 91% и более                | отлично             |
| от 76% до 91%              | хорошо              |
| от 60% до 76%              | удовлетворительно   |
| менее 60%                  | неудовлетворительно |