

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САХАЛИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ЮЖНО-САХАЛИНСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ

УТВЕРЖДАЮ

Директор ЮОПК СахГУ



Е.В. Казанцева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

БОУД.06 Основы безопасности жизнедеятельности

Специальность

43.02.10 Туризм

(базовый уровень среднего профессионального образования)

Квалификация

Специалист по туризму

Форма обучения

Очная

Южно-Сахалинск

2017

Рабочая программа учебной дисциплины БОУД.06 Основы безопасности жизнедеятельности разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования (Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (зарегистрировано в Минюсте России 07.06.2012 № 24480), предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины, и в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

Разработчики:

Бортников П.В., преподаватель

Рассмотрена и рекомендована на заседании ПЦК естественно-научных дисциплин  
Протокол № 7 от 22 марта 2017 года

Зав. ПЦК



И.В. Лобашова

Утверждена научно-методическим советом ЮСПК СахГУ  
Протокол № 4 от 20 марта 2017 года

Председатель НМС



А.А. Крылова

**СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины</b>	<b>3</b>
<b>2. Структура и содержание учебной дисциплины</b>	<b>5</b>
<b>3. Условия реализации программы учебной дисциплины</b>	<b>11</b>
<b>4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины</b>	<b>15</b>

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Основы безопасности жизнедеятельности

### 1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена (далее ППСЗ) по специальности: 43.02.10 Туризм. Программа разработана в соответствии с ФГОС среднего общего образования и Примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной ФГАУ ФИРО.

Программа учебной дисциплины может быть использована при подготовке учащихся средней общеобразовательной школы и студентов среднего профессионального образования при подготовке к ЕГЭ.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** входит в общеобразовательный цикл дисциплин.

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

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

#### **личностных:**

- Л1 развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- Л2готовность к служению Отечеству, его защите;
- Л3формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- Л4исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- Л5воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- Л6освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

#### **метапредметных:**

- М1 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;
- М2 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;
- М3формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- М4 приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- М5 развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

- М6 формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- М7 формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- М8 развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- М9 формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- М10 умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- П7 освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- П8 приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- М11 формирование установки на здоровый образ жизни;
- М12 развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки

#### **предметных**

- П1сформированность 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;
- П2получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- П3сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- П4сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- П5освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- П6 освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- П7развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- П8формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- П9развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- П10получение 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;

П1 освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

П2 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;

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>118</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>78</b>
в том числе:	
лекционные занятия	39
практические занятия	39
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>32</b>
в том числе:	
<i>самостоятельная работа обучающихся по учебнику</i>	<i>10</i>
<i>внеаудиторная самостоятельная работа</i>	<i>12</i>
<i>индивидуальные проекты по предлагаемой тематике</i>	<i>10</i>
<b>Консультации</b>	<b>8</b>
Итоговая аттестация в форме <i>дифференцированного зачета</i>	

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

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел1</b>	<b>Здоровье и факторы его определяющие</b>	46	
Тема 1. Основы безопасности жизнедеятельности как комплексная наука	<b>Содержание:</b>	2	1
	1   Взаимодействие человека и среды обитания		
	2   Безопасность жизнедеятельности		
	3   Эволюция среды обитания		
	4   Опасности и их источники	1	2
	<b>Практические занятия:</b>		
	1   Выполнение теста по теме		
2   Выполнение самостоятельной проверочной работы по теме	1		
Тема 2. Здоровье и здоровый образ жизни	<b>Содержание:</b>	4	1
	1   Понятие о здоровье, его компоненты		
	2   Здоровый образ жизни, критерии ЗОЖ		
	3   Факторы, способствующие укреплению здоровья: <ul style="list-style-type: none"> <li>• рациональное питание</li> <li>• физическая активность</li> <li>• закаливание</li> <li>• личная гигиена</li> </ul>		
	<b>Практические занятия:</b>	1	2
	1   Выполнение теста по теме		
	2   Выполнение блиц-теста по закаливанию		
	3   Выступление на коллоквиуме «Пути укрепления здоровья»	3	3
	<b>Самостоятельная работа:</b>	4	2
	1   Выполнение самостоятельной работы «Витамины и минералы, их значение»		
Тема 3. Факторы, разрушающие здоровье	<b>Содержание:</b>	4	1
	1   Факторы риска здоровью		
	2   Негативное влияние окружающей среды на здоровье человека: <ul style="list-style-type: none"> <li>• загрязнители окружающей среды</li> <li>• болезни, вызываемые химикатами и радиоактивными веществами</li> </ul>		

	3	Вредные привычки: <ul style="list-style-type: none"> <li>• алкоголизм</li> <li>• курение</li> <li>• наркомания</li> </ul>		
	<b>Практические занятия:</b>		2	2
	1	Выполнение теста по теме		
	2	Выступление на коллоквиуме «Наркотизм и его социальные последствия»		3
	<b>Самостоятельная работа:</b>		6	2
1	Выполнение самостоятельной работы «Болезни, вызываемые тяжелыми металлами и канцерогенами»			
Тема 4. Репродуктивное здоровье и социально-демографические процессы в России	<b>Содержание:</b>		3	1
	1	Понятие репродуктивного здоровья		
	2	Физиология репродукции		
	3	Патология репродукции <ul style="list-style-type: none"> <li>• бесплодие</li> <li>• патология беременности: внематочная беременность, преждевременное прерывание беременности, токсикоз</li> <li>• патологии родов</li> </ul>		
	4	Планирование семьи		
	5	Аборт, его виды		
	<b>Практические занятия:</b>		1	2
	1	Выполнение теста по теме		
	<b>Самостоятельная работа:</b>		5	2
	1	Выполнение самостоятельной работы «Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка»		
Тема 5. Инфекционные болезни, их классификация и профилактика	<b>Содержание:</b>		3	1
	1	Микроорганизмы и окружающая среда		
	2	Причины возникновения инфекционных заболеваний, их профилактика: <ul style="list-style-type: none"> <li>• эпидемиология и пути передачи</li> <li>• иммунитет</li> <li>• профилактические прививки</li> </ul>		
	<b>Практические занятия:</b>		1	2
	1	Выполнение теста по теме		
<b>Самостоятельная работа:</b>		5	2	

	1	Выполнение самостоятельная работы «Характеристика инфекций»		
<b>Раздел 2</b>		<b>Оказание первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях</b>	<b>37</b>	
Тема 6. Первая медицинская помощь	<b>Содержание:</b>		4	1
	1	Общие принципы оказания первой медицинской помощи		
	2	Аптечка первой медицинской помощи		
	3	Первая помощь при открытых и закрытых повреждениях, кровотечениях, неотложных состояниях: <ul style="list-style-type: none"> <li>• кровотечения</li> <li>• переломы</li> <li>• ушибы и вывихи</li> <li>• ожоги и отморожения</li> <li>• обморок</li> <li>• поражение электрическим током</li> <li>• тепловой и солнечный удары</li> <li>• первая медицинская помощь утопающему</li> <li>• отравления</li> </ul>		
	<b>Практические занятия:</b>			
	1	Выполнение теста по темам	1	2
	2	Выполнение самостоятельной аудиторной работы «Приемы реанимации»	2	
	3	Выполнение практической работы ««Наложение бинтовой повязки при ранениях»»	2	
	4	Решение кейсов по оказанию первой медицинской помощи при различных неотложных состояниях	3	3
	Тема 7. Правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций.	<b>Содержание:</b>		6
1		Чрезвычайные ситуации, их классификация, причины возникновения		
2		Характеристика опасных и чрезвычайных ситуаций природного характера		
3		Характеристика опасных и чрезвычайных ситуаций техногенного характера		
4		Характеристика опасных и чрезвычайных ситуаций социального характера		
5		Характеристика вынужденной автономии, причины, правила поведения		
<b>Практические занятия:</b>		1	2	
1				Выполнение теста по теме «ОС и ЧС природного характера»
	2	Выполнение теста по теме «ОС и ЧС техногенного характера»	1	

	3	Выполнение теста по теме «ОС и ЧС социального характера»	1	
	4	Решение кейсов по теме «ОС и ЧС природного характера»	2	3
	5	Решение кейсов по теме «ОС и ЧС техногенного характера»	2	
	6	Решение кейсов по теме «ОС и ЧС социального характера»	2	
	7	Выполнение самостоятельной аудиторной работы по теме «Человек в условиях автономного существования и выживания»	3	2
	<b>Самостоятельная работа:</b>			
	1	Подготовка сообщения о катастрофах на АЭС	7	2
	2	Подготовка сообщения о действии АХОВ на организм человека		
	3	Подготовка сообщения о теракте на территории РФ		
	<b>Раздел 3</b>	<b>Основы обороны государства</b>	34	
Тема 8. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.	<b>Содержание:</b>		5	1
	1	Предназначение, структура и задачи РСЧС Организация работы РСЧС		
	2	Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств РФ по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций		
	3	Гражданская оборона: понятия, задачи, структура и органы управления		
	4	Современные средства поражения и их поражающие факторы		
	5	Мероприятия по защите населения		
	6	Средства индивидуальной и коллективной защиты		
	<b>Практические занятия:</b>		1	2
	1	Выполнение теста по теме		
	2	Выполнение практической работы «Содержание и организация мероприятий по локализации и ликвидации последствий ЧС»-	2	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		3	2
	1	Выполнение самостоятельной работы «Организация гражданской обороны в РФ»-		
	Тема 9. Основы обороны государства и воинская обязанность	<b>Содержание:</b>		5
1		Основы обороны государства		
2		Общая характеристика Вооруженных Сил Российской Федерации		
3		Военные реформы Вооруженных Сил Российской Федерации		
4		Основные понятия воинской обязанности		

	5	Военно-профессиональная ориентация		
	6	Типы прохождения и правовые военной службы в РФ		
	7	Боевые традиции Вооруженных Сил России и символы воинской чести		
	<b>Практические занятия:</b>			
	1	Выполнение теста по теме	1	2
	2	Выполнение самостоятельной аудиторной работы «История создания и виды ВС РФ»-	2	
	3	Защита презентации «Воинские символы и боевые традиции ВС РФ»-	2	
	<b>Самостоятельная работа:</b>			
	1	Подготовка презентации «Воинские символы и боевые традиции ВС РФ»-	9	3
		Темы проектов: Влияние здорового образа жизни на воспитание выносливости подростков Табакокурение и его влияние на здоровье Алкоголь и его влияние на здоровье человека Закаливание как фактор здорового образа жизни Наркотики и их пагубное воздействие на организм Роль физической культуры в сохранении здоровья Биологические ритмы и их влияние на здоровье Военная служба как особый вид федеральной государственной службы Проблемы молодежной наркомании Рациональное питание и его значение для здоровья человека СПИД – чума XXI века	10	3
Консультации			8	
Контрольная работа 1 семестр Дифференцированный зачёт 2 семестр			Всего:	118

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1 – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
- 2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
- 3 – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБУЧЕНИЯ

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета Основы безопасности жизнедеятельности.

Оборудование учебного кабинета:

Компьютер преподавателя, классная доска, столы, стулья по количеству обучающихся, стенды, печатные материалы (таблицы, схемы), технические средства обучения (мультимедийный проектор, экран, колонки), тренажер для отработки навыков оказания сердечно-легочной и мозговой реанимации с индикацией правильности выполнения действий на экране компьютера и пульте контроля управления, тренажер для отработки действий при оказании помощи в воде; имитаторы ранений и поражений; образцы аварийно-спасательных инструментов и оборудования, средств индивидуальной защиты; образцы средств пожаротушения (огнетушители); макет автомата Калашникова

#### 3.2. Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы, интернет-ресурсов:

Основные источники

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для студ. сред.проф. образования. 10-е изд., стер. М.: Академия, 2015. 330 с.
2. Косолапова Н.В. Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: Практикум: Учеб. пособие для студ. нач. проф. образования. 3-е изд., стер.М.: Академия, 2014. 143 с.
3. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для студ. сред. проф. образования. 2-е изд., стер. М.: Академия, 2013. 334 с.
4. Никифоров Л.Л. Персиянов В.В. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие. Электрон.текстовые данные. М.: Дашков и К, 2015. 494 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/14035.html>. ЭБС «IPRbooks»

Дополнительные источники

1. Айзман Р.И., Кривошекова С.Г., Омельченко И.В. Основы безопасности жизнедеятельности и первой медицинской помощи. Учебное пособие // Образовательные ресурсы Интернета - Безопасность жизнедеятельности [сайт]. 2002. URL: <http://www.alleng.ru/edu/saf3.htm>
2. Апанасенко Г.Л., Попова Л.А. Медицинская валеология / Серия «Гиппократ». Ростов н/Д.: Феникс. 248 с., 2000 Все учебники 2014 [http://vse-uchebniki.com/valeologiya\\_697/lektsiya-reproduktivnoe-zdorove.html](http://vse-uchebniki.com/valeologiya_697/lektsiya-reproduktivnoe-zdorove.html)
3. Безопасность жизнедеятельности / Арустамов Э.А. [и др.]. М.: Академия, 2006. 176 с.
4. Безопасность жизнедеятельность школы [сайт]. URL: <http://kuhta.clan.su/>
5. Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях / Крючек Н.А. [и др.]. М.: Изд-во НИЦ ЭНАС, 2003. 264 с.
6. Безопасность. Образование. Человек [сайт]. URL: <http://www.bezopasnost.edu66.ru>
7. Бермудский треугольник [видеозапись]. М: Союз видео, 2000.
8. Васнев В.А., Дурнев Р.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Дидактические материалы. 10- 11 классы. 2007. <http://window.edu.ru/window/catalog>
9. Вещества и факторы, вызывающие различные группы заболеваний 99. 2014

- allRefs.net <http://allrefs.net/c54/424w2/p3/>
10. Вещества и факторы, вызывающие различные группы заболеваний 999. 2014 allRefs.net <http://allrefs.net/c54/424w2/p3/>
  11. Виды абортотв и их последствия 2006-2014 Мир Советов. Ru<http://mirsovetov.ru/a/medicine/gynaecology/abortion.html>
  12. Виды и методы контрацепции Yamisha.ru 2012-2014 <http://www.yamisha.ru/zdorove-i-krasota/vidi-i-metodi-kontratseptsii>
  13. Виды контрацепции Бэби.ру ... быть счастливой мамой <http://www.baby.ru/blogs/post/117539238-39437895/>
  14. Витамины и их роль в жизни человека Сайт советов и полезных статей. 2013 <http://sait-sovetov.net/sovety-dietologov/vitaminy-i-ih-rol-v-zhizni-cheloveka-696.php>
  15. Витамины и минералы Медицинская энциклопедия от А до Я 2008-2011 <http://good-medic.ru/vitamini-i-minerali/vitamini-i-minerali.html>
  16. Вулканы [видеозапись]. М.: Премьер видео, 2000.
  17. Гребёнкина Т.С. Военная присяга – основной закон воинской жизни Фестиваль педагогический идей «Открытый урок» <http://festival.1september.ru/articles/557291/>
  18. Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности» <http://www.school-obz.org>
  19. Иванюков М.И., Алексеев В.С. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие // Образовательные ресурсы Интернета - Безопасность жизнедеятельности [сайт]. 2007. URL: <http://www.alleng.ru/d/saf/saf31.htm>
  20. Ильиных И.А. Экология человека: <http://e-lib.gasu.ru/e-posobia/iliinyh/iliinyh.pdf>
  21. Инструкция по оказанию первой доврачебной помощи. Учебное пособие // Образовательные ресурсы Интернета - Безопасность жизнедеятельности [сайт]. URL: <http://www.school-obz.org>
  22. Инфекции, передающиеся половым путем [MedSide.ru](http://medside.ru) <http://medside.ru/infektsii-peredayushhiesya-polovuyim-putem>
  23. Информационное-методическое издание для преподавателей «Основы безопасности жизнедеятельности»: [сайт]. URL: <http://www.school-obz.org>
  24. Информационный сайт по безопасности жизнедеятельности: [сайт]. URL: <http://www.kornienko-ev.ru/BCYD/page232/page380/index.html>
  25. Источники, природа и механизмы действия токсичного фактора, послужившего причиной высокого уровня заболеваемости детей алтайского края в период с 1989 по 1999 гг. Научный центр экологической токсикологии [http://ecotox.narod.ru/alt\\_med.htm](http://ecotox.narod.ru/alt_med.htm)
  26. Каталог ресурсов по ОБЖ [сайт]. URL: <http://objeshnik.narod.ru/>
  27. Коваль Г. За спасение погибавших в бою. Государственные награды СССР (194 – 1991 гг.) / Г. Коваль // Основы безопасности жизнедеятельности. 2007. № 3. С. 28-34.
  28. Коваль Г. Награды России за спасение погибавших в бою / Г. Коваль // Основы безопасности жизнедеятельности. 2007. № 2. С. 32-43.
  29. Корчак А.А. Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России! Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <http://festival.1september.ru/articles/607682/>
  30. Кретьова И.Г., Чигарина С.Е., Беляева О.В. Практикум по основам медицинских знаний. Самара: Изд-во Самарский университет, 2009. 192 с.
  31. Курс лекций Опасность. Классификация опасностей. Биржа курсовых и дипломных проектов 2009 <http://www.webkursovik.ru/kartgotrab.asp?id=-65480>
  32. Левун О.М. Урок в 11-м классе «Экологические болезни». Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <http://festival.1september.ru/articles/537657/>
  33. Лекция 1 Каталог учебных материалов склад методических рекомендаций, курсовых, рефератов, контрольных <http://gostiru.ru/art/164365>
  34. Маслов М. 27 января – День снятия блокады города Ленинграда / М. Маслов // Основы безопасности жизни. 2002. № 1. С. 44-50.

35. Маслов М. Брестская крепость – начало конца 3-его рейха / М. Маслов // Основы безопасности жизни. 2001. № 6. С. 37-43.
36. Мегацунами [DVD]. М.: Союз видео, 2006.
37. Микроэлементы в питании человека Учѐба-Легко. РФ, Санкт-Петербург, 2010-2014 гг [http://ucheba-legko.ru/lections/viewlection/biologiya/vitaminyi\\_i\\_mineraly/mineralyi/lec\\_ftor\\_v\\_pitanii\\_cheloveka](http://ucheba-legko.ru/lections/viewlection/biologiya/vitaminyi_i_mineraly/mineralyi/lec_ftor_v_pitanii_cheloveka)
38. Михайлов Л.А. Способы автономного выживания человека в природе. Учебник // Образовательные ресурсы Интернета - Безопасность жизнедеятельности [сайт]. 2008. URL: <http://www.alleng.ru/edu3.htm>
39. Михайлова Л.А. Способы автономного выживания человека в природе. Издательство: Питер, 2008 г., 272 с.
40. Молодежная служба безопасности (Северо-Западный сектор, Санкт-Петербург). Молодежные новости, информация о молодѐжных организациях и «тусовках» Петербурга, сведения о безопасности для молодѐжи, Уголовный Кодекс в картинках. [сайт]. URL: <http://teenager.ru>
41. Мостов А.Б. Методические рекомендации по оказанию первой медицинской помощи
42. МЧС России[сайт]. URL: <http://www.mchs.gov.ru/>
43. Национальное географическое общество [DVD]. М.: Позитив, 2005.
44. ОБЖ Косолапенко
45. Обзорная лекция «Репродуктивное и сексуальное здоровье» Женское здоровье <http://gynecology.com.ua/2009/04/18/obzornaya-lekciya-reproduktivnoe-i-seksualnoe-zdorove/>
46. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс / Смирнов А.Т. [и др.]. М.: Просвещение, 2007. 224 с.
47. Основы безопасности жизнедеятельности: информационно-методическое издание для преподавателей. Электронная версия сборника методических материалов по технике безопасности детей для преподавателей ОБЖ и родителей. Советы и рекомендации экспертов. Обзор тематических новостей. Форум. Сведения о редакции и условия подписки.[сайт]. URL: <http://www.school-obz.org>
48. Основы военной службы. Правовые основы обороны государства Nashaucheba.ru 2012 <http://rpp.nashaucheba.ru/docs/index-88514.html>
49. Основы медицинских знаний /Волокитина Т.В. [и др.]. М.: Академия, 2008. 224 с.
50. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10 – 11 классы / Смирнов А.Т. [и др.]. М.: Просвещение, 2004. 161 с.
51. Основы медицинских знаний: пособие для сдачи экзамена Козлова И.С., Капитонова Т.А. Uhlib.ru библиотека [http://www.uhlib.ru/medicina/osnovy\\_medicinskih\\_znaniy\\_posobie\\_dlja\\_sdachi\\_yekzamen\\_a/rb.php](http://www.uhlib.ru/medicina/osnovy_medicinskih_znaniy_posobie_dlja_sdachi_yekzamen_a/rb.php)
52. Первая медицинская помощь при травмах. Учебное пособие // Образовательные ресурсы Интернета - Безопасность жизнедеятельности [сайт]. URL: <http://www.school-obz.org>
53. Петров Н.Н. Человек в чрезвычайных ситуациях (С. 53-168), Топоров И.К. ОБЖ 10-11 класс (С. 199-218).
54. Планетарные изменения климата и их последствия для всего живого Newreferat.com | Рефераты, курсовые и дипломные работы <http://www.newreferat.com/ref-10407-7.html>
55. Портал детской безопасности [сайт]. URL: <http://www.spas-extreme.ru/>
56. Правила дорожного движения Российской Федерации. Полная электронная версия правил дорожного движения РФ. [сайт]. URL: <http://www.shkolnik.ru/books/pdd/index.shtml>

57. Селиванов А.В. Дни воинской славы – дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории России Фестиваль педагогический идей «Открытый урок» <http://festival.1september.ru/articles/592852//>
58. Скачать бесплатно презентации по ОБЖ. PowerPoint 2003, 2007, 2010. <http://www.pptx.ru/obzh/>
59. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для 10 класса // Образовательные ресурсы Интернета - Безопасность жизнедеятельности [сайт]. 2004. URL: <http://www.school-obz.org>
60. Смирнов А.Т., Васнев В.А. Основы военной службы: Учебное пособие. CoolLib<http://coollib.net/b/94281/read>
61. Введенский. Крах стратегии блицкрига / Б.А. Введенский // Основы безопасности жизни. 2003. № 12. С. 34-37.
62. Стрельников В. История Вооруженных Сил Российской Федерации / В. Стрельников // Основы безопасности жизни. 2003. № 10. С. 16-20.
63. Супервулкан [DVD]. М.: Союз видео, 2005.
64. Сычев Ю.Н. БЖД: безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях. Учебно-практическое пособие // Образовательные ресурсы Интернета - Безопасность жизнедеятельности [сайт]. 2005. URL: <http://www.alleng.ru/educsaf3.htm> Тематическое и поурочное планирование по ОБЖ. 10 класс
65. Ткаченко И.В., Жидкова О.И. Шпаргалка по основам безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие // Образовательные ресурсы Интернета - Безопасность жизнедеятельности [сайт]. 2005. URL: <http://www.alleng.ru/educsaf3.htm>
66. Топоров И.К. Основы безопасности жизнедеятельности 10-11 класс. М.: Просвещение, 2002. 256 с.
67. Тэн Е.Е. Основы медицинских знаний. М.: Мастерство, 2002. 256 с.
68. Ураган [видеозапись]. М.: Премьер видео, 2000.
69. Хван Т.А., Хван П.А. Безопасность жизнедеятельности. Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. 416 с.
70. Чиняков М. Доблесть русских ополченцев / М. Чиняков // Основы безопасности жизни. 2002. № 10. С. 32-35.
71. Чиняков М. Победа на Волге / М. Чиняков // Основы безопасности жизни. 2003. № 1. С. 32-35.
72. Чиняков М. Уж постойм мы головою... / М. Чиняков // Основы безопасности жизни. 2002. № 9. С. 36-39.
73. Чиняков М. 23 февраля / М. Чиняков // Основы безопасности жизни. 2003. № 2. С. 23-24.
74. Чиняков М. Гроза двенадцатого года / М. Чиняков // Основы безопасности жизни. 2002. № 6. С. 39-41.
75. Чиняков М. Измаил храбростью войск...покорен / М. Чиняков // Основы безопасности жизни. 2002. № 11. С. 22-24.
76. Чиняков М. Перелом / М. Чиняков // Основы безопасности жизни. 2003. № 7. С. 30-34.
77. Чиняков М. Синопское сражение / М. Чиняков // Основы безопасности жизни. 2003. № 10. С. 23-26.

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1. Контроль результатов обучения.

Образовательное учреждение, реализующее подготовку по учебной дисциплине, обеспечивает организацию и проведение промежуточной аттестации и текущего контроля индивидуальных образовательных достижений – демонстрируемых обучающимися знаний, умений и навыков.

Текущий контроль проводится преподавателем в процессе проведения практических занятий и 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
<p>Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих результатов:</p> <p><b>личностных:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Л1 развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;</li> <li>– Л2 готовность к служению Отечеству, его защите;</li> <li>– формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;</li> <li>– Л3 исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);</li> <li>– Л4 воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;</li> <li>– Л5 освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;</li> </ul> <p><b>метапредметных:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– М1 овладение умениями формулировать личные понятия 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;</li> <li>– М2 овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному</li> </ul>	<p>Текущий контроль:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ рейтинговая оценка знаний обучающихся по дисциплине в форме тестирования и практических работ</li> </ul> <p>Промежуточный контроль:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Рубежный тестовый контроль по темам. Проектная работа обучающихся по предлагаемой тематике.</li> </ul> <p>Итоговый контроль:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Контрольный итоговый тест в 1 семестре</li> <li>➤ Зачётный итоговый тест во 2 семестре</li> </ul>

поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

– М3 формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

– М4 приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

– М5 развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

– М6 формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

– М7 формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

– М8 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;

– М9 формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

– М10 умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

– П7 освоение знания устройства и

принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

– П8 приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

– М11 формирование установки на здоровый образ жизни;

– М12 развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

### **предметных**

– П1 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 государств внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

– П2 получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

– П3 сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

– П4 сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

– П5 освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

– П6 освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

– П7 развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

– П8 формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных

<p>ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;</p> <p>– П9 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;</p> <p>– П10 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;</p> <p>– П11 освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</p> <p>– П12 владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.</p>	
--	--

#### 4.2. Оценка результатов обучения.

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля производится в соответствии с универсальной шкалой.

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений	
	балл (отметка)	вербальный аналог
85 - 100	5	отлично
70 - 84	4	хорошо
52 - 69	3	удовлетворительно
менее 51	2	неудовлетворительно

На этапе промежуточной аттестации по медиане качественных оценок индивидуальных образовательных достижений экзаменационной комиссией определяется интегральная оценка освоенных обучающимися профессиональных и общих компетенций как результатов освоения учебной дисциплины.