


Государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение Тюменской области
«Тюменский колледж транспортных технологий и сервиса»

УТВЕРЖДАЮ:
заместитель директора
по учебно - производственной
работе


_____ Н.Ф. Борзенко

«19» апреля 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебная дисциплина ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности
профессия: 43.01.04 Повар судовой

Тюмень 2023

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности разработана на основе Примерной основной образовательной программы среднего общего образования, с учетом требований Федерального государственного стандарта среднего профессионального образования по профессии 43.01.04 Повар судовой, утвержденного Приказом Министерства образования и науки России №726 от 02.08.2013 года.

Рассмотрена на заседании ПЦК гуманитарных и естественнонаучных дисциплин, протокол №9 от «19» апреля 2023 г.

Председатель ПЦК  /Истомина С.В./

Организация – разработчик: ГАПОУ ТО «ТКТТС»

Разработчик: Богдашова И.А., методист ГАПОУ ТО Тюменский колледж транспортных технологий и сервиса

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Общая характеристика рабочей программы учебной дисциплины	4
2.	Структура и содержание общеобразовательной учебной дисциплины	7
3.	Условия реализации программы общеобразовательной учебной дисциплины	12
4.	Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной учебной дисциплины	14

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД.07

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности является обязательной частью цикла общеобразовательной подготовки основной образовательной программы в соответствии с ФГОС профессии 43.01.04 Повар судовой.

Учебная дисциплина ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности обеспечивает формирование общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по профессии 43.01.04 Повар судовой. Особое значение дисциплина имеет при формировании:

Код	Наименование общих компетенций
ОК 01	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес
ОК 02	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
ОК 03	Принимать решение в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.
ОК 04	Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 05	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
ОК 06	Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
ОК 07	Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей)
ПК 5.1	Вести борьбу за живучесть судна.
ПК 5.2	Покидать судно в случае аварии и выживать на воде с применением штатных и приспособленных технических средств.
ПК 5.3.	Оказывать первую медицинскую помощь.

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Соблюдать нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Быть Лояльным к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрировать неприятие и предупреждать социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3
Соблюдать и пропагандировать правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохранять психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.	ЛР 9

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

код	Знания	умения
ОК 01- ОК 07 ЛР ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3 ЛР 3, 9	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 серьезной угрозе национальной безопасности России; основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации; основы военной службы и обороны государства; задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения; меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах; организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке; основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные профессиям СПО; область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы; порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.	организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций; предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; применять первичные средства пожаротушения; ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной профессии; применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией; владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы; оказывать первую помощь пострадавшим;

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем общеобразовательной учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	72
в том числе:	
теоретическое обучение	30
практические занятия	42
Самостоятельная работа	36
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета (2 семестр)	

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

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Коды компетенций,
1	2	3	4
Введение	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины.</p> <p>Основные теоретические положения, термины «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность».</p> <p>Необходимость формирования безопасного мышления и поведения.</p> <p>Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении специальностей СПО.</p>	2	<p>ОК.1-7</p> <p>ПК 1.3-1.5</p> <p>ПК 2.1-2.4</p> <p>ПК 3.1-3.10</p> <p>ПК 4.1</p> <p>ПК 5.1-5.3</p>
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		14	
Тема 1.1 Основы ЗОЖ	Содержание учебного материала	2	<p>ОК.1-7</p> <p>ПК 1.3-1.5</p> <p>ПК 2.1-2.4</p> <p>ПК 3.1-3.10</p> <p>ПК 4.1</p> <p>ПК 5.1-5.3</p>
	1.1.1 Здоровье и здоровый образ жизни.		
	1.1.2 Общие понятия о здоровье.		
	1.1.3 Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.		
Тема 1.2 Среда обитания	Содержание учебного материала	2	<p>ОК.1-7</p> <p>ПК 1.3-1.5</p> <p>ПК 2.1-2.4</p> <p>ПК 3.1-3.10</p> <p>ПК 4.1</p> <p>ПК 5.1-5.3</p>
	1.2.1 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.		
	1.2.2 Основные источники загрязнения окружающей среды.		
	1.2.3 Техносфера, как источник негативных факторов.		
Тема 1.3 Факторы здоровья	Практическое занятие № 1	2	<p>ОК.1-7</p> <p>ПК 1.3-1.5</p> <p>ПК 2.1-2.4</p> <p>ПК 3.1-3.10</p> <p>ПК 4.1</p> <p>ПК 5.1-5.3</p>
	1.3.1 Факторы, способствующие укреплению здоровья		
	1.3.2 Двигательная активность и закаливание организма.		
	1.3.3 Занятия физической культурой.		
	1.3.4 Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья.		
	1.3.5 Режим дня, труда и отдыха.		
	1.3.6 Рациональное питание, его значение для здоровья, и освоение методов его гигиенической оценки.		
	1.3.7 Влияние двигательной активности на здоровье человека.		
	1.3.8 Закаливание и его влияние на здоровье.		

	1.3.9	Правила личной гигиены и здоровье человека.		
Тема 1.4 Вредные привычки	Содержание учебного материала		2	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	1.4.1	Вредные привычки и их профилактика.		
	1.4.2	Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия, умственная и физическая деградация.		
	1.4.3	Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части.		
	1.4.4	Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.		
	1.4.5	Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения.		
	1.4.6	Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.		
Тема 1.5 Безопасное поведение	Практическое занятие № 2		2	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	1.5.1	Правила и безопасность дорожного движения.		
	1.5.2	Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей при организации дорожного движения		
Тема 1.6 Репродуктивное здоровье	Содержание учебного материала		2	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	1.6.1	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья общества.		
	1.6.2	Социальная роль мужчины и женщины в современном обществе.		
	1.6.3	Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него.		
	1.6.4	Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.		
Тема 1.7 Взаимоотношения полов	Содержание учебного материала		2	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	1.7.1	Правовые основы взаимоотношения полов.		
	1.7.2	Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи.		
	1.7.3	Основы семейного права в РФ. Права и обязанности родителей.		
	1.7.4	Конвенция ООН «О правах ребенка».		
Самостоятельная работа № 1	Содержание материала для самостоятельного изучения		12	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1
	1.1	Патриархат и матриархат, основные различия и корни происхождения.		
	1.2	Особенности традиционного (полоролевого) воспитания.		
	1.3	Современные гендерные технологии и ювенальная юстиция.		
	1.4	Феминизм, истоки, современность и законодательная база.		

	1.5	Окно Овертона, технологии управления общественным сознанием.		
	1.6	Телегония, правда или вымысел.		
	1.7	Мужчина и женщина, психологическая совместимость в семье.		
	1.8	Кто я.		ПК 5.1-5.3
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения			18	
Тема 2.1 Виды ЧС	Содержание учебного материала		2	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	2.1.1	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.		
	2.1.2	Характеристика ЧС природного и техногенного характера, наиболее вероятных для местности и района проживания.		
Тема 2.2 Поведение в ЧС	Содержание учебного материала		2	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	2.2.1	Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера.		
	2.2.2	Отработка правил поведения при получении сигнала о ЧС согласно плана образовательного учреждения.		
Тема 2.3 Средства пожаротушения	Практическое занятие № 3		2	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	2.3.1	Изучение первичных средств пожаротушения		
	2.3.2	Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте		
Тема 2.4 РСЧС	Содержание учебного материала		2	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	2.4.1	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история создания.		
	2.4.2	Предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.		
Тема 2.5 Гражданская оборона	Содержание учебного материала		2	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	2.5.1	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны		
	2.5.2	Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.		
	2.5.3	Структура и органы управления гражданской обороной.		
	2.5.4	Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций		
Тема 2.6	Содержание учебного материала		2	ОК.1-7

Современные средства поражения	2.6.1	Современные средства поражения и их поражающие факторы.		ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	2.6.2	Мероприятия по защите населения.		
	2.6.3	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени.		
	2.6.4	Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.		
Тема 2.7 Инженерная защита	Содержание учебного материала		2	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	2.7.1	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.		
	2.7.2	Инженерная защита, виды защитных сооружений.		
	2.7.3	Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны.		
	2.7.4	Правила поведения в защитных сооружениях.		
2.8.4	Изучение и использование средств индивидуальной защиты в ЧС мирного и военного времени			
Тема 2.9 Мониторинг и оповещение	Содержание учебного материала		2	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	2.9.1	Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.		
	2.9.2	Основные направления деятельности государственных ведомств РФ по защите населения и территорий от ЧС.		
	2.9.3	Прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.		
2.9.4	Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.			
Тема 2.10 Службы охраны здоровья	Содержание учебного материала		2	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	2.10.1	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.		
	2.10.2	МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от ЧС.		
	2.10.3	Полиция РФ — система защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств.		
	2.10.4	Служба скорой медицинской помощи.		
	2.10.5	Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор).		
	2.10.6	Другие государственные службы в области безопасности.		
2.10.7	Правовые основы организации защиты населения РФ от ЧС мирного времени.			
Самостоятельная работа № 2	Содержание материала для самостоятельного изучения		12	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	2.1	Задачи гражданской обороны (28-ФЗ)		
	2.2	Задачи единой системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (68-ФЗ)		
	2.3	Вынужденная природная автономия, ориентирование на местности и способы выживания.		
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (учебные сборы, юноши)			36	
Введение	Содержание учебного материала		2	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4
	Основы безопасности военной службы.			
	История создания Вооруженных Сил России, организация и структура.			

	Основы подготовки граждан к военной службе. Законодательная база военнослужащего.			ПК 3.1-3.10 ПК 4.1
Тема 3.1. Общевоинские уставы	Содержание учебного материала		6	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	3.1.1	Устав внутренней службы		
	3.1.2	Устав гарнизонной и караульной службы		
	3.1.3	Строевой устав		
	3.1.4	Дисциплинарный устав		
	3.1.5	Боевой устав сухопутных войск		
	3.1.6	Корабельный устав		
Тема 3.2. Строевая подготовка	Практическое занятие № 6		2	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	3.2.1	Строевые приемы и движение без оружия. Выполнение воинского приветствия.		
	3.2.2	Повороты на месте и в движении. Движение строевым шагом.		
Тема 3.3. РХБЗ	Практическое занятие № 7		2	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	3.3.1	Средства индивидуальной защиты. Порядок и правила выполнения нормативов по РХБЗ.		
	3.3.2	Действия личного состава в условиях применения РХБ оружия.		
Тема 3.4. Физическая подготовка	Практическое занятие № 8		4	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	3.4.1	Бег на длинные дистанции (кросс на 1 – 3 км.)		
	3.4.2	Совершенствование физических упражнений, выполняемых на УФЗ.		
	3.4.3	Контроль упражнения в подтягивании на перекладине.		
	3.4.4	Разучивание элементов полосы препятствий. Выполнение общего комплексного упражнения.		
Тема 3.5. ВМП	Содержание учебного материала		2	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	3.5.1	Общие правила оказания первой доврачебной помощи.		
	3.5.2	Правила оказания первой доврачебной в различных ситуациях		
Тема 3.6. Тактическая подготовка	Практическое задание № 9		2	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	3.6.1	Способы передвижения на поле боя. Самоокапывание и маскировка.		
	3.6.2	Обязанности наблюдателя, оснащение наблюдательного поста.		
Тема 3.7.	Содержание учебного материала		6	ОК.1-7

Огневая подготовка	3.7.1	Требования безопасности при обращении с оружием		ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
	3.7.2	Назначение, технические характеристики и устройство автомата Калашникова. Работа частей и механизмов.		
	3.7.3	Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова.		
	3.7.4	Уход за стрелковым оружием, хранение и бережение.		
	Практическое занятие № 10		2	ОК.1-7 ПК 1.3-1.5 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1 ПК 5.1-5.3
3.7.5	Правила стрельбы из стрелкового оружия. Выполнение упражнения начальных стрельб.			
Самостоятельная работа № 3	Содержание материала для самостоятельного изучения		12	ОК.1-7 ПК 1.3-1.4 ПК 2.1-2.4 ПК 3.1-3.10 ПК 4.1
	3.1	Национальная и военная безопасность.		
	3.2	Информационные и гибридные войны.		
	3.3	Современные средства поражения.		
	3.4	Вооружённые силы – потребность или необходимость?		
	3.5	Патриотизм, основы воспитания.		
3.6	Мужчина – воин.			
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета			2	
Обязательная аудиторная учебная нагрузка			72	
Самостоятельная работа			36	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для реализации программы дисциплины имеется учебный кабинет безопасности жизнедеятельности

Оборудование учебного кабинета:

посадочные места по количеству обучающихся;

рабочее место преподавателя;

учебный комплект пособий;

набор презентаций;

приборы РХБЗ (ВПХР, ДП-64, ДП-22В, ИРД-02Б1, расчетная линейка ГО);

средства индивидуальной защиты (противогазы ГП-5, ГП-7; респиратор Р-2; ОЗК; Л-1;

ватно-марлевые повязки);

противопожарные средства (ГЗДК-У, СПИ-20, огнетушители);

медицинские средства (Сумка санитарная, носилки санитарные, аптечки индивидуальные, кровоостанавливающие жгуты);

плащ-накидка армейская;

шанцевый инструмент;

оснащение спортивного городка (полоса препятствий);

винтовки пневматические (пули, мишени);

макеты (наглядные пособия): манекен для ИВЛ «Гоша», автомат АКМ-74 учебный;

раздаточный материал;

Технические средства обучения:

компьютер с лицензионным программным обеспечением;

проектор

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Н.В. Косолапова Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студ. учреждений сред. Проф. Образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. – 4-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2019 – 368 с.

2. Программа ОБЖ.

Дополнительные источники

1. Конституция Российской Федерации. Принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 года с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 1 июля 2020 года.

2. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» от 28.03.1998 № 53-ФЗ. (последняя редакция)

3. Федеральный закон «О гражданской обороне» от 12.02.1998 N 28-ФЗ (последняя редакция)

4. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» от 21.12.1994 N 68-ФЗ (последняя редакция)

5. Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе» от 25.07.2002 N 113-ФЗ (последняя редакция)

6. Федеральный закон «Об обороне» от 31.05.1996 N 61-ФЗ (последняя редакция)

7. «Семейный кодекс Российской Федерации» от 29.12.1995 N 223-ФЗ (ред. от 06.02.2020)

8. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21.11.2011 N 323-ФЗ (последняя редакция)

9. Федеральный закон «Об охране окружающей среды» от 10.01.2002 N 7-ФЗ (последняя редакция)

10. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 N 794 (ред. от 02.04.2020) «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций»

11. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2012.

12. Приказ МО РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих ВС РФ, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула ВС РФ» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2011. — № 47.

13. Приказ МО РФ и Министерства образования и науки РФ от 24.02.2010 № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» (зарегистрировано Минюстом России 12.04.2010, регистрационный № 16866).

14. Н.Г. Занько Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для студ. высш. учеб. заведений / Н.Г. Занько, В.М. Ретнев. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 2-е изд., стер. – 288 с.

15. Назарова Е.Н., Жилон Ю.Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.

3.2.1 Интернет-ресурсы (включая ЭУМК)

1. Сайт МЧС РФ. www.mchs.gov.ru
2. Сайт МВД РФ. www.mvd.ru
3. Сайт Минобороны. www.mil.ru
4. Сайт ФСБ РФ. www.fsb.ru
5. Сайт ФС по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор). www.rosпотребнадзор.ru/
6. Персональный сайт преподавателя-организатора ОБЖ Митяева И.И. «ОБЖ в ПРУ». http://mityaevi.ucoz.ru/index/osnovy_bezopasnosti_zhiznedejatelnosti/0-5
7. Новости ОБЖ <http://www.obzh.ru/>
8. Сайт Тюменской городской общественной организации утверждения и сохранения Трезвости «Трезвая Тюмень» <http://trezvayatyumen.ru/>
9. Сайт Доктора Торсунова <http://torsunov.ru/materials>
10. Сайт Психология третьего тысячелетия <http://psiholog3000.ru/>
11. Информационные метод издания <http://www.school-obz.org/archive/2009.htm>
12. Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё о Безопасности Жизнедеятельности <http://www.bezopasnost.edu66.ru/>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Методы оценки	Критерии оценки
<p>личностных:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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. 	<ul style="list-style-type: none"> - Практическая работа - Внеаудиторная самостоятельная работа - Устный опрос (текущий индивидуальный опрос) - Тестовые задания по соответствующим темам - Срезовая контрольная работа - Итоговый зачёт - Мониторинг роста творческой самостоятельности и навыков получения нового знания каждым обучающимся; - Рейтинг деловой активности; - Накопительная оценка. 	<ul style="list-style-type: none"> - знает основные понятия и определения; - понимает влияние вредных привычек; - применяет материал в повседневной деятельности; - ответственно относится к здоровью и окружающей среде; - проявляет патриотизм.
<p>Предметных:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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) и 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 	<ul style="list-style-type: none"> - Практическая работа - Внеаудиторная самостоятельная работа - Устный опрос (текущий индивидуальный опрос) - Тестовые задания по соответствующим темам - Срезовая контрольная работа - Итоговый зачёт - Мониторинг роста творческой самостоятельности и навыков получения нового знания каждым обучающимся; - Рейтинг деловой активности; - Накопительная оценка. 	<ul style="list-style-type: none"> - знает основные понятия и определения; - имеет чёткие представления о культуре БЖД; - обладает знаниями основ законодательства в области защиты от различных угроз; - ведёт ЗОЖ; - осуждает экстремизм, терроризм и асоциальное поведение; - ориентируется в способах распространения различных ЧС; - обладает знаниями о пагубном влиянии на здоровье различных негативных факторов; - умеет применять средства защиты; - способен предвидеть ситуацию и оценить ее последствия; - умеет применять полученные знания на практике; - владеет знаниями в области обороны государства; - знает права и обязанности военнослужащего; - готов выполнить свой воинский долг; - ориентируется в военно-учетных специальностях; - умеет оказывать первую доврачебную помощь.

<p>призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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 		
--	--	--

Результаты обучения	Методы оценки	Критерии оценки
<p>ОК1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес</p>	<p>Наблюдение и оценка уровня познавательной активности. Компетентностно-ориентированные задания. Целевые задания Анализ мотивов учебной деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - аргументирует свой выбор специальности; - определяет социальную значимость специальности; - выполняет самоанализ профпригодности; - определяет перспективы развития в профессиональной сфере; - определяет положительные и отрицательные стороны специальности; - определяет ближайшие и конечные жизненные цели; - определяет пути реализации жизненных планов; - участвует в мероприятиях способствующих профразвитию; - определяет перспективы трудоустройства.
<p>ОК2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p>	<p>Оценка выполнения самостоятельной работы по поиску и анализу информационных интернет-ресурсов, печатных изданий и литературы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - прогнозирует результаты выполнения деятельности в соответствии с задачей; - находит способы и методы выполнения задачи; - выстраивает план деятельности; - подбирает ресурсы для решения задачи; - анализирует действия на соответствие нормам оценки результатов деятельности; - анализирует результат выполняемых действий и выявляет причины отклонений от норм; - определяет пути устранения выявленных отклонений; - оценивает результаты своей деятельности, их эффективность и качество.
<p>ОК3. Принимать решение в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.</p>	<p>Выполнение практической работы. Целевые задания. Собеседование.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - описывает ситуацию и называет противоречия; - оценивает причины возникновения ситуации; - определяет субъектов взаимодействия в возникшей ситуации; - находит пути решения ситуации; - подбирает ресурсы для разрешения ситуации; - прогнозирует развитие ситуации; - организует взаимодействие субъектов-участников ситуации; - берет на себя ответственность за принятое решение.
<p>ОК4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</p>	<p>Оценка выполнения самостоятельной работы по поиску и анализу информационных интернет-ресурсов, печатных изданий и литературы. Выполнение практической работы.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - выделяет профессионально-значимую информацию; - выделяет перечень проблемных вопросов, информацией по которым не владеет; - задает вопросы, указывающие на отсутствие информации, необходимой для решения задачи; - пользуется разнообразной справочной литературой, электронными ресурсами; - находит в тексте запрашиваемую информацию; - сопоставляет информацию из различных источников; - определяет соответствие информации поставленной задаче; - классифицирует и обобщает информацию;

		- оценивает полноту и достоверность информации.
ОК5.Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.	Оценка выполнения самостоятельной работы по поиску и анализу информационных интернет-ресурсов, печатных изданий и литературы. Компетентносто-ориентированные задания.	- осуществляет поиск информации в сети Интернет и различных электронных носителях; - извлекает информацию с электронных носителей; - использует средства ИТ для обработки и хранения информации; - представляет информацию в различных формах с использованием разнообразного программного обеспечения; - создает презентации в различных формах.
ОК6.Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.	Выполнение практической работы. Компетентносто-ориентированные задания. Целевые задания.	- устанавливает позитивный стиль общения; - выбирает стиль общения в соответствии с ситуацией; - признает чужое мнение; - при необходимости отстаивает своё мнение; - принимает критику; - ведет деловую беседу в соответствии с этическими нормами; - соблюдает официальный стиль при оформлении документов; - оформляет документы в соответствии с требованиями; - выполняет письменные и устные рекомендации преподавателей и администрации; - способен к эмпатии; - организует коллективное обсуждение рабочей ситуации.
ОК7. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей)	Исполняет воинскую обязанность. Целевые задания. Собеседование.	- по необходимости аргументирует свою позицию; - осуществляет контроль в соответствии с поставленной задачей; - конструктивно критикует с учетом сложившейся ситуации; - организует работу по выполнению задания в соответствии с инструкциями; - организует деятельность по выявлению ресурсов команды; - участвует в разработке мероприятий по улучшению условий работы команды.
ПК 5.1 Вести борьбу за живучесть судна.	Выполнение практической работы. Целевые задания. Собеседование.	определяет технологии, используемые в борьбы за живучесть; - определяет условия и результаты успешного применения технологий; - анализирует сложившуюся ситуацию и может составить план действий подходящий под условия Чрезвычайной ситуации; - определяет причины необходимости смены технологий или их усовершенствования; - указывает этапы технологического процесса, в которых происходят или необходимы изменения; - определяет необходимость модернизации; - генерирует возможные пути разрешения чрезвычайных ситуаций; - составляет план действий по модернизации; - проектирует процесс модернизации.
ПК 5.2. Покидать судно в случае аварии и выживать на воде с применением штатных и приспособленных технических средств.	Выполнение практической работы. Целевые задания. Собеседование.	- определяет условия и результаты успешного применения технологий; - анализирует сложившуюся ситуацию и может составить план действий подходящий под условия Чрезвычайной ситуации; - определяет причины необходимости смены технологий или их усовершенствования; - указывает этапы технологического процесса, в которых происходят или необходимы изменения; - определяет необходимость модернизации; - генерирует возможные пути разрешения чрезвычайных ситуаций; - составляет план действий по модернизации;

		- проектирует процесс модернизации
ПК 5.3. Оказывать первую медицинскую помощь	Выполнение практической работы. Целевые задания. Собеседование.	определяет условия и результаты успешного применения технологий первой помощи; - анализирует сложившуюся ситуацию и может составить план действий при оказании первой помощи; - определяет необходимость модернизации средств оказания первой помощи; - Оказывает Первую медицинскую помощь
ЛР 3. Соблюдать нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Быть Лояльным к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрировать неприятие и предупреждать социально опасное поведение окружающих.	Выполнение практической работы. Целевые задания. Собеседование	-Соблюдает нормы правопорядка -Следует идеалам гражданского общества -Обеспечивает свою безопасность и безопасность личного состава -Соблюдает права и свободы граждан -Проявляет лояльность к установкам и проявлениям суб.культур отличает их от групп с девиантным поведением -демонстрирует неприятие к социально опасному поведению окружающих -предупреждает антисоциальное поведение
ЛР.9 Соблюдать и пропагандировать правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохранять психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.	Выполнение практической работы. Целевые задания. Собеседование	-Соблюдает и пропагандирует ЗОЖ -Имеет тягу к спорту -Предупреждает либо преодолевает зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и тд. -Сохраняет психологическую устойчивость в сложных или стремительно меняющихся ситуациях