Комитет по образованию
Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Электромашиностроительный колледж»
(СПб ГБПОУ ЭМК)

УТВЕРЖДАЮ
Директор
СПб ГБПОУ ЭМК
А.В. Гусев
30.08.2023

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 65891D2787C808F6189942EEF339977F
Владелец: Гусев Александр Владимирович
Действителен: с 13.12.2022 до 07.03.2024

Рабочая программа учебной дисциплины ОДБ.10. Основы безопасности жизнедеятельности
основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования – программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности 15.02.16 Технология машиностроения

г. Санкт-Петербург
2023

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе требований федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413, зарегистрированного в Министерстве юстиции России от 07.06.2012 № 24480 (далее − ФГОС СОО), федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее − ФГОС СПО) по специальности 15.02.16 Технология машиностроения, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.06.2022 № 444, зарегистрированного Министерством Юстиции Российской Федерации от 01.07.2022 № 69122, входящей в укрупненную группу специальностей 15.00.00 МАШИНОСТРОЕНИЕ и с учетом примерной основной образовательной программы «Профессионалитет» программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 15.02.16 Технология машиностроения, утвержденной протоколом Федерального учебно-методического объединения по УГПС 15.00.00 от 25.07.2022 № 24, зарегистрированной в государственном реестре примерных основных образовательных программ, № 158 приказ ФГБОУ ДПО ИРПО от 29.07.2022 № П-256.

Организация-разработчик: Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Электромашиностроительный колледж».

Разработчик(и): Клищенко Игорь Васильевич, преподаватель Санкт-Петербургского государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Электромашиностроительный колледж».

РАССМОТРЕНА И РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ на заседании методической комиссии общего гуманитарного и социально-экономического цикла, протокол от 30.08.2022 № 1; на заседании методического совета протокол от 30.08.2022 № 1.

ПРИНЯТА решением Педагогического совета, протокол от 31.08.2022 № 1.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины ..... **Ошибка! Закладка не определена.**
2. Структура и содержание рабочей программы учебной дисциплины 7
3. Условия реализации рабочей программы учебной дисциплины**Ошибка! Закладка не определен**
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины..... 18

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины

1.1. Область применения

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования – программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 15.02.16 Технология машиностроения.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования

Учебная дисциплина входит в общеобразовательный учебный цикл.

1.3. Планируемые результаты освоения учебной дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются личностные (ЛР), метапредметные (МР) и предметные результаты базового уровня (ПРб) в соответствии с требованиями ФГОС СОО.

Коды результатов	Планируемые результаты освоения дисциплины включают
ЛР 03	Готовность к служению Отечеству, его защите;
ЛР 11	Принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
ЛР 12	Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
ЛР 13	Осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
ЛР 14	Сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
МР 01	Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
МР 02	Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
МР 03	Владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
МР 04	Готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных

	источников;
МР 05	Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
МР 06	Умение определять назначение и функции различных социальных институтов;
МР 07	Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;
ПРб 01	Сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищённость личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
ПРб 02	Знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
ПРб 03	Сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
ПРб 04	Сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
ПРб 05	Знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
ПРб 06	Знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
ПРб 07	Знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
ПРб 08	Умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
ПРб 09	Умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
ПРб 10	Знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
ПРб 11	Знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
ПРб 12	Владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях

	и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

2. Структура и содержание рабочей программы учебной дисциплины

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной деятельности

Виды учебной деятельности	**Объем академических часов**
Объем образовательной программы учебной дисциплины	70
1. Основное содержание	44
в т. ч.:	
теоретическое обучение	34
практические занятия	10
2. Профессионально ориентированное содержание	24
в т. ч.:	
теоретическое обучение	4
практические занятия	20
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта	2

2.2. Учебно-методическое обеспечение:
- примерная программа учебной дисциплины;
- календарно – тематическое планирование;
- раздаточный дидактический материал;
- электронные ресурсы;
- оценочные материалы для текущего контроля и промежуточной аттестации;
- учебник, учебное пособие;
- методические указания к практическим занятиям.

.

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебных занятий и формы организации деятельности обучающихся	Объем академических часов	Коды формируемых результатов
1	2	3	4
Основное содержание			
Раздел 1	Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья	10	ПРб 01,ПРб 04, ПРб 05, ПРб 06, ПРб 07, ПРб 09, ЛР 12, ЛР 14, МР 01, МР 02,МР 04, МР 03, МР 05
Тема 1.1 Психологическое здоровье	Угроза снижения психологического здоровья населения, роста психических расстройств и заболеваний. Рост преступлений на основе психических отклонений, в том числе в молодежной среде. Инфантилизм молодого поколения. Требования к психическим и морально-этическим качествам человека. Основные понятия о психологической совместимости членов группы, бригады, коллектива. Диагностика и доврачебная помощь при истерии, шоке, панической атаке. Влияние психоактивных веществ на здоровье человека. Профилактика употребления психоактивных веществ. Влияние двигательной активности на эмоциональное состояние человека. Личная гигиена и ее значение для психологического здоровья человека. Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.	2	ПРб 06, ПРб 08, ЛР 11, ЛР 12, МР 02
Тема 1.2 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения	Окружающая среда: природная, техногенная, социальная, производственная. Виды негативных факторов по происхождению: природные, биологические, экологические, техногенные, социальные и антропогенные. Воздействие негативных факторов на человека и среду обитания. Глобальное и региональное загрязнение среды (водной, воздушной, почв) объектами экономики (энергетики, промышленности, транспорта, сельского хозяйства). Биологические опасности. Техногенные аварии. Социальные и антропогенные факторы техногенных аварий. Глобальная инфантилизация, низкий	2	ПРб 01,ПРб 05, ПРб 08 ЛР 14, МР 04

окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов	профессионализм персонала как фактор ЧС разного происхождения.		
Тема 1.3 Правила и безопасность дорожного движения. Безопасное пользование всеми средствами передвижения	Правила содержания и эксплуатации техники. Техника безопасности. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешехода, велосипедиста, пассажира и водителя транспортного средства при организации дорожного движения. Отработка моделей поведения при ЧС на транспорте, на производстве, в цеху, при транспортировке и настройке инфокоммуникационных сетей. Средства и методы самообороны. Отработка навыков самообороны при нападении в подъезде, в лифте, в замкнутом пространстве, на улице.	2	ПРб 05, ПРб 07, ПРб 09 ЛР 14, МР 01, МР 03
	Практические занятия: № 1 Отработка моделей поведений в ЧС на транспорте. № 2 Отработка навыков самообороны при нападении в подъезде, в лифте, в замкнутом пространстве, на улице.	2 2	Прб 01, Прб 07, ПРб 09, ЛР 11,ЛР 14, МР 04 МР 05
Раздел 2.	Государственная система обеспечения безопасности населения	14	ПРб02, ПРб05, Прб07, ПРб08, ПРб09 ЛР 11, МР 02, МР 03, МР05
Тема 2.1 Изучение и отработка моделей поведения при ЧС	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характер, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайной ситуации. Отработка поведения при ЧС. Умение организовать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии: ЧС или катастрофа. Вынос пострадавшего из задымленного помещения	2	Прб 07, ПРб 09, ЛР 11, МР 05, МР 03

Тема 2.2 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	История создания единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС: ее предназначение, структура, задачи. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Структура и органы управления гражданской обороны. Изучение первичных средств пожаротушения. Отработка навыков оказания помощи пострадавшим при асфиксии, ожогах. Отработка порядка и правил действий при пожаре с использованием первичных средств пожаротушения.	2	Прб 07, ПРб 09, ЛР 11, МР 05, МР 07
Тема 2.3 Современные средства поражения и их поражающие факторы	Классификация средств поражения. Химическое, ядерное, бактериологическое оружие. Средства коллективной и индивидуальной защиты: порядок и правила их использования. Виды защитных сооружений. Эвакуация населения. Умение определять количество необходимого оборудования для защиты коллектива от поражающих факторов. Отработка навыков пользования СИЗ. Сдача нормативов по надеванию противогаза, общевойскового защитного костюма, средств индивидуальной защиты.	2	ПРб 05, Прб 07, МР 02
	Практические занятия: № 3 Отработка навыков пользования СИЗ: противогаз (ватно-марлевая повязка, респиратор). Сдача нормативов по надеванию противогаза, общего защитного костюма, средств индивидуальной защиты при работе с животными.	2	ПРб 05, Прб 07, ЛР 11, ЛР 12
Тема 2.4 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта	Понятие о терроре, террористическом акте. Опасности террористического акта. Психология террористов. Модели поведения при стрельбе, при захвате в качестве заложника.	2	Прб 01, Прб 03, ПРб 05, ПРб 08, МР 02 ЛР 11, ЛР 12
	Практические занятия: № 4 Отработка навыков поведения при стрельбе, при захвате в качестве заложника.	2	ПРб09, МР 02
Тема 2.5 Государственные службы по охране здоровья и безопасности	Структура и порядок работы МЧС, МВД, Росгвардии, службы скорой медицинской помощи, службы медицины катастроф. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор). Правовые основы взаимодействия граждан с органами защиты населения.	2	ПРб 02, ЛР 11, МР 02, МР 06

граждан			
Раздел 3	Основы обороны государства и воинская обязанность.	4	ПРб 02, ПРб 10, ПРб11, ЛР01, ЛР02, ЛР03, МР 05
Тема 3.1 История создания Вооруженных Сил России	Организация вооруженных сил Московского государства. Военные реформы: Ивана Грозного; Петра I; Реформа 19 века. Советские вооруженные силы их структура и предназначение. Современная военная реформа. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации: виды ВС РФ (сухопутные войска, воздушно-космические силы, военно-морской флот); рода войск (ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска). Их предназначение. Воинские звания. Знаки отличия.	2	ПРб 02, ПРб 10, ПРб 11, ЛР01, ЛР02, ЛР03, МР 05
Тема 3.2 Воинская обязанность и воинский учет	Основные понятия воинской обязанности и воинского учета. Постановка граждан на воинский учет. Категории годности. Медицинское освидетельствование граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Альтернативная гражданская служба. Служба по контракту.	2	ПРб 10, ПРб 11 ЛР 03, МР 01, МР 04
Раздел 4.	Основы медицинских знаний.	16	Прб 07, ПРб12, ЛР 12, МР 01
Тема 4.1 Понятие первой помощи	Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации»	2	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 05
Тема 4.2 Оказание первой помощи при остановке	Порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим. Алгоритм оказания первой помощи при остановке сердца и асфиксии.	2	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01, МР 02,

сердца, искусственная вентиляция легких			МР 03
	Практические занятия: № 5 Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственной вентиляции легких.	1	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01
Тема 4.3 Понятие травм и их виды	Отработка навыков наложения повязок. Оказание помощи при ранениях. Работа в группах. Наложение шин. Первая помощь при проникающих ранениях грудной клетки, брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах, травматизме на производстве. Помощь при электротравмах и ударах молнией.	2	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01, МР 02, МР 03
Тема 4.4 Понятие и виды кровотечений	Отработка навыков оказания первой помощи при кровотечении. Наложение повязок, жгута, закрутки. Правила оказания помощи при кровотечениях. Личная безопасность при оказании помощи. Оказание помощи при венозном, капиллярном, артериальном, смешанном и внутреннем кровотечении.	2	Прб 07, ПРб12, ЛР 12, МР 01, МР 03
Тема 4.5 Первая помощь при ожогах, при воздействии низких температур	Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах, при химических ожогах. Основные признаки теплового удара. Основные степени отморожений. Порядок оказания помощи.	2	Прб 07, ПРб12, ЛР12, МР 01
Тема 4.6 Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути	Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Отработка навыков выполнения приема Геймлиха. Оказание помощи при удушье детей. Отработка мероприятий по оказанию помощи при отравлении. Острое и хроническое отравление.	1	Прб 07, ПРб12, ЛР12, МР 01, МР 02, МР 03
	Практические занятия: № 6 Отработка основных приемов удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.	1	Прб 07, ПРб 12, ЛР12, МР 01
Тема 4.7 Первая помощь при инсульте, инфаркте, эпилепсии	Первая помощь при отсутствии сознания. Алгоритм оказания помощи при инсульте. Диагностика инсульта. Виды инсультов. Помощь при предынфарктном состоянии, алгоритм помощи пострадавшему. Виды эпилепсии, оказание помощи при эпилептическом припадке.	2	Прб 07, ПРб 12, ЛР12, МР 01, МР 02, МР 03

Тема 4.8 Первая помощь на воде. Помощь при утоплении	Помощь пострадавшему на воде, правила транспортировки пострадавшего. Оказание помощи при утоплении.	1	Прб 07, ПРб 12, ЛР12, МР 01, МР 02, МР 03
Профессионально ориентированное содержание			
Раздел №1	Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья.	10	ПРб 01,ПРб 04, ПРб 05 ЛР 12, ЛР 13, МР 01, МР 02
Тема 1.1 Здоровье и здоровый образ жизни	Продолжение жизни как закон и смысл человека и общества (бинарное теоретическое занятие). Смысл Живого мира – не прекращение процесса Жизни. Прогресс и регресс: условия и признаки процессов. Смысл жизни Человека как части Живого мира. Определение смысла жизни в мировых религиях. Понимание смысла жизни человека в философии и психологии. Понятия о реализации и самореализации Человека (А. Маслоу, пирамида Дилтса и др.) Важнейшие аспекты самореализации: жизненные Цели, Мечта. Творчество, раскрытие способностей. Любовь к Делу. Профессиональная самореализация. Примеры из жизни известных людей, преодолевших массу преград на пути к Мечте и самореализации в своем Деле. Смысл и реальность ограничивающих факторов в самореализации: Время и жизненная энергия. Понятие «Тайминга» - все вовремя. Понятие жизненного норматива как сбережения ресурса времени. Характеристики и отличие Взрослого человека и Ребенка. Характеристики подросткового и периода. Нарушения и сбои в развитии. Глубокое планирование собственной жизни как признак взрослого человека. Разветвленное, комбинированное планирование, допуск худших сценариев и понимание подготовки к ним.	2	ПРб 01, ПРб 04, ПРб 05 ЛР 12, ЛР 13, МР 01, МР 02
	Общие понятия о здоровье. Значение здоровья при допуске к профессиональным работам. Медицинский осмотр. Особенности и профилактика профессиональных заболеваний. Риск профессиональных заболеваний и способы их профилактики. Рациональное питание и его значение для здоровья. Забота о жизни и здоровье специалистов при проведении работ на	2	ПРб 04, ПРб 08, ЛР 11, ЛР 12 МР 04, МР 05

	производственных участках. Региональные условия для занятия спортом и оздоровления граждан. Влияние вредных привычек на профессиональное долголетие.		
	Практические занятия: № 7 Планирование действий на ближайшие 5-10 лет. № 8 Составление научно обоснованного пищевого рациона для работника по специальности/профессии.	2 2	ПРб 04, ПРб 08, ЛР 11, ЛР 12, ЛР 13 МР 01
Тема 1.3 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов	**Практические занятия:** № 9 Изучение комплекса опасностей на рабочем месте специалиста (мастерской, учебном полигоне, производстве).	2	ПРб 01, ПРб 05, ПРб 08, ЛР 13, ЛР 14, МР 04
Раздел 2	Государственная система обеспечения безопасности населения.	10	ПРб 07, ПРб 09, ЛР 11, ЛР 13, МР 05, МР 07
Тема 2.1 Изучение и отработка моделей поведения при ЧС	**Практические занятия:** № 10 Изучение и отработка моделей поведения при ЧС на учебном полигоне, производственном участке проведения профессиональных работ.	2	Прб 07, ПРб 09, ЛР 11, ЛР 13, МР 05, МР 07
Тема 2.2 Единая государственная система	**Практические занятия:** № 11 Отработка порядка и правил действий при пожаре с использованием первичных средств пожаротушения в условиях профессиональной деятельности	2	Прб 07, ПРб 09, ЛР 11, МР 05, МР 07

предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	специалиста.		
Тема 2.5 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	**Практические занятия:** № 12 (экскурсия). Ознакомление с работой службы по охране здоровья и безопасности граждан в регионе (по выбору педагога с учетом получаемой специальности/профессии).	6	ПРб 02, ЛР 12,ЛР 13, МР 04, МР 05, МР 06, МР 07
Раздел 4	Основы медицинских знаний	4	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, ЛР 13, МР 01
Тема 4.3 Понятие травм и их виды	**Практические занятия:** № 13 Оказание первой помощи при электротравмах в работе специалиста.	2	Прб 07, ПРб12 ЛР 12, ЛР 13, МР 01
Тема 4.4 Понятие и виды кровотечений	**Практические занятия:** №14 Решение ситуационных задач.	2	Прб 07, ПРб 12, ЛР 12, ЛР 13 МР 01
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета		2	
Всего		70	

3. Условия реализации рабочей программы учебной дисциплины

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия кабинета «Кабинет основ безопасности жизнедеятельности».

Оборудование кабинета:

посадочные места по количеству обучающихся;

рабочее место преподавателя;

комплект учебно-методической документации;

Технические средства обучения:

компьютеры по количеству обучающихся, объединенные в локальную компьютерную сеть с доступом в информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет»;

лицензионное программное обеспечение;

мультимедиапроектор.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Перечень используемых учебников, учебных пособий, Интернет-ресурсов, дополнительных источников

Основные источники:

1. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для студентов средних проф. учеб. заведений. ОИЦ «Академия», 2017

2. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности 10 - 11класс. ЭФУ М.; «Просвещение» 2017

Дополнительные источники:

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993)

2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

3. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.

4. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.

5. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных прозводственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.

6. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.

7. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.

8. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.

9. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.

10. Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.

11. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.

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

13. 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.

14. Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. — М., 2013.

15. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. — М., 2012.

16. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2013.

17. Микрюков В.Ю. Основы военной службы: учебник для учащихся старших классов сред. образовательных учреждений и студентов сред. спец. учеб. заведений, а также преподавателей этого курса. — М., 2014

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

Электронные издания (электронные ресурсы) и интернет-ресурсы:

1. Общевойсковые уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2013http://anty-crim.boxmail.biz Искусство выживания.

2. http://www.hsea.ru Первая медицинская помощь.

3. http://www.meduhod.ru Портал детской безопасности.

4. http://www.spas-extreme.ru Россия без наркотиков.

5. http://www.obzh.info информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).

6. http://www.school-obz.org/ Информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности.

7. http://kombat.com.ua/stat.html Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях.

8. http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1132/index.htm Автономное существование в природе – детям.

9. http://www.mnr.gov.ru Министерство природных ресурсов и экологии Российской Федерации (Минприроды России).

10. https://www.gosnadzor.ru Федеральная служба по экологическому, технологическому и атомному надзору (Ростехнадзор).

11. http://www.mchs.gov.ru Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России).

12. http://www.mzsrrf.ru Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации (Минздравсоцразвития России).

13. http://www.rostrud.info Федеральная служба по труду и занятости (Роструд).

14. http://www.gsen.ru Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор).

15. http://www.safety.ru ОАО НТЦ «Промышленная безопасность».

16. http://www.risot.safework.ru Российская Информационная Система Охраны Труда (РИСОТ).

17. http://www.mspbsng.org Межгосударственный совет по промышленной безопасности

http://www.ilo.org Международная организация труда (МОТ).

3.3. Организация образовательной деятельности

Для выполнения заданий по практическим занятиям обучающиеся используют методические указания к практическим занятиям по учебной дисциплине. Для выполнения заданий обучающимся предоставляется возможность использования информационных ресурсов, в том числе информационно-образовательной среды − электронно-библиотечной системы Znanium, системы дистанционного обучения «Электронный колледж» Санкт-Петербургского государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Электромашиностроительный колледж» (http://ecollege.empl-2.ru) и доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

Реализация рабочей программы учебной дисциплины может осуществляться с применением электронного обучения (ЭО), дистанционных образовательных технологий (ДОТ). Учебные занятия организуются в виде онлайн-курсов, обеспечивающих для обучающихся независимо от их места нахождения и организации, в которой они обучаются, достижение и оценку результатов обучения, путем организации образовательной деятельности в электронной информационно-образовательной среде, к которой представляется открытый доступ через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет». При реализации рабочей программы учебной дисциплины или ее частей с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий ведется учет, осуществляется хранение результатов освоения программы на бумажном носителе и/или электронно-цифровой форме.

4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
ПРб 01 ПРб 02 ПРб 03 ПРб 04 ПРб 05 ПРб 06 ПРб 07 ПРб 08 ПРб 09 ПРб 10 ПРб 11 ПРб 11 ПРб 12	Текущий контроль успеваемости: оценка за результаты выполнения: тестового задания, опроса (устного, письменного), практических занятий. Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет.