

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Костромской государственный университет»
(КГУ)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
**ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
И ЗАЩИТЫ РОДИНЫ**

**по программе подготовки специалистов среднего звена
по специальности**

**09.02.10 Разработка компьютерных игр, дополненной
и виртуальной реальности**

Квалификация: разработчик компьютерных игр, дополненной
и виртуальной реальности

Форма обучения очная

Кострома, 2025

Разработал: Шапкина И.М., ст. преподаватель кафедры Безопасность жизнедеятельности

Рабочая программа дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности и защиты Родины разработана:

на основе федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) среднего профессионального образования (далее СПО) по специальности 09.02.10 Разработка компьютерных игр, дополненной и виртуальной реальности, утвержденного Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.06.2024 г. № 441, учебного плана основной профессиональной образовательной программы по специальности 09.02.10 Разработка компьютерных игр, дополненной и виртуальной реальности, утвержденного ученым советом КГУ 28.01.2025 г., протокол № 8, год начала подготовки 2025.

УТВЕРЖДЕНО:

На заседании кафедры Прикладной математики и информатики, протокол № 3 от 17.12.2024 г.

1. Цели и задачи дисциплины, требования к результатам освоения дисциплины:

Цель: Сформировать у обучающихся комплексную систему знаний, умений и навыков, необходимых для обеспечения личной безопасности и безопасности окружающих в повседневной жизни и в условиях чрезвычайных ситуаций, а также воспитать чувство патриотизма и готовности к защите Отечества. Эта цель подразумевает не только передачу теоретических знаний, но и формирование практических умений, а также развитие личностных качеств, необходимых для безопасного и ответственного поведения.

Задачи

1. Образовательные:

- Сформировать у учащихся представление о потенциальных опасностях и угрозах, существующих в современном мире, как природного, так и техногенного и социального характера.
- Дать знания об основных принципах обеспечения личной и коллективной безопасности, включая меры профилактики и алгоритмы действий в различных чрезвычайных ситуациях.
- Ознакомить с правилами дорожного движения и основами безопасного поведения на транспорте, а также правилами поведения в общественных местах.
- Предоставить знания о здоровом образе жизни, профилактике заболеваний и оказании первой медицинской помощи.
- Изучить основы национальной безопасности, обороны государства и военной службы, включая структуру Вооруженных Сил РФ, их задачи и принципы комплектования.
- Ознакомить с законодательством РФ в области безопасности жизнедеятельности, гражданской обороны и военной службы.
- Изучить основы военной подготовки, включая строевую, огневую и тактическую подготовку в объеме, необходимом для допризывной подготовки.
- Сформировать умение работать с различными источниками информации по вопросам безопасности, включая нормативные документы, справочные материалы и электронные ресурсы.

2. Развивающие:

- Развитие наблюдательности и умения оценивать окружающую обстановку на предмет потенциальных опасностей.
- Развитие критического мышления и способности принимать решения в сложных ситуациях.
- Формирование навыков самоконтроля и самодисциплины, необходимых для безопасного поведения и выполнения инструкций в экстремальных условиях.
- Развитие умения работать в команде, оказывать взаимопомощь и координировать свои действия с другими людьми.
- Развитие навыков самообороны и оказания первой помощи пострадавшим.
- Развитие физической выносливости и психологической устойчивости, необходимых для преодоления трудностей и стрессовых ситуаций.
- Развитие ответственности за собственную безопасность и безопасность окружающих.

3. Воспитательные:

- Воспитание чувства ответственности за свою жизнь и здоровье, а также за жизнь и здоровье окружающих людей.

- Формирование патриотизма и чувства долга перед Родиной, готовности к защите Отечества.
- Воспитание уважения к закону и правопорядку, а также к воинской службе и защитникам Отечества.
- Формирование гражданской позиции и активного участия в жизни общества, готовности к оказанию помощи в чрезвычайных ситуациях.
- Воспитание здорового образа жизни и негативного отношения к вредным привычкам.
- Формирование толерантности и уважения к различным культурам и народам, способствовать мирному сосуществованию и преодолению конфликтов.

2. Планируемые результаты освоения дисциплины

Планируемые образовательные результаты обучения	
Общие	Дисциплинарные
В части трудового воспитания: - готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие; - готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность; - интерес к различным сферам профессиональной деятельности,	- сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); - владение основными способами
Овладение универсальными учебными познавательными действиями: а) базовые логические действия: - самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне; - устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения; - определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения; - выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях; - вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям,	- предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; - знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях

оценивать риски последствий деятельности; - развивать креативное мышление при решении жизненных проблем б) базовые исследовательские действия: - владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; - выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения; - анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях; - уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности; - уметь интегрировать знания из разных предметных областей; - выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения; - способность их использования в познавательной и социальной практике	
В области ценности научного познания: - сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, способствующего осознанию своего места в поликультурном мире; - совершенствование языковой и читательской культуры как средства взаимодействия между людьми и познания мира; - осознание ценности	- проявить нетерпимость к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; - знать о способах безопасного поведения в цифровой среде; - уметь применять их на практике; - уметь распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им

научной деятельности, готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе; Овладение универсальными учебными познавательными действиями: в) работа с информацией: - владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления;	
- создавать тексты в различных форматах с учетом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации; - оценивать достоверность, легитимность информации, ее соответствие правовым и морально-этическим нормам; - использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности; - владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности;	
В области духовно-нравственного воспитания: - сформированность нравственного сознания, этического поведения; - способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и	- сформировать представления о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении; - владеть основами медицинских знаний: владеть приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знать меры

ценности; - осознание личного вклада в построение устойчивого будущего; - ответственное отношение к своим родителям и (или) другим членам семьи, созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни в соответствии с традициями народов России; Овладение универсальными регулятивными действиями: а) самоорганизация: - самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях; - самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений; - давать оценку новым ситуациям; способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень; б) самоконтроль: использовать приемы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения; - уметь оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению; в) эмоциональный интеллект, предполагающий сформированность: внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать, исходя из своих возможностей; - эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других,	профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформировать представления о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знать о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера; - сформировать представления о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знать основы обороны государства и воинской службы; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны
--	---

учитывать его	
при осуществлении коммуникации, способность к сочувствию и сопереживанию; - социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и разрешать конфликты	
- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; - овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности; Овладение универсальными коммуникативными действиями: б) совместная деятельность: - понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы; - принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников, обсуждать результаты совместной работы; - координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия; - осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным Овладение универсальными регулятивными действиями: г) принятие себя и других людей: - принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности; - признавать свое право и право других людей на ошибки; - развивать способность	- знать основы безопасного, конструктивного общения, - уметь различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; - уметь предупреждать опасные явления и противодействовать им

понимать мир с позиции другого человека	
- осознание обучающимися российской гражданской идентичности; - целенаправленное развитие внутренней позиции личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций, формирование системы значимых ценностно-смысловых установок, антикоррупционного мировоззрения, правосознания, экологической культуры, способности ставить цели и строить жизненные планы; В части гражданского воспитания: - осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка; - принятие традиционных национальных, общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей; - готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам; - готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в	- сформировать представления о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении; - знать основы безопасного, конструктивного общения, уметь различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им; - сформировать представления об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знать роль государства в противодействии терроризму; уметь различать приемы
самоуправлении в общеобразовательной организации и детско-юношеских организациях; - умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением; - готовность к гуманитарной и волонтерской деятельности; патриотического воспитания:	вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знать порядок действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знать порядок действий при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции; - сформировать представления о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знать основы обороны

- сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России; - ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях и труде; - идейная убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу; - освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные); - способность их использования в познавательной и социальной практике, готовность к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности, организации учебного сотрудничества с педагогическими работниками и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории; - овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности	государства и воинской службы; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны; - знать основы государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области; - знать основы государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформировать представления о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности
---	---

В области экологического воспитания: - сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознание глобального характера экологических проблем; - планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; - умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их; - расширение опыта деятельности экологической направленности; - овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;	- сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владеть основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях; - сформировать представления о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте. Знать правила безопасного поведения на транспорте, уметь применять их на практике, знать о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте; - знать о способах безопасного поведения в природной среде; уметь применять их на практике; знать порядок действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформировать представления об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования; - знать основы пожарной безопасности; уметь применять их на практике для предупреждения пожаров; знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности
- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; - наличие мотивации к обучению и личностному развитию; В части физического воспитания: - сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;	- владеть основами медицинских знаний: владеть приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знать меры профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья;
- потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью; - активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и	сформировать представления о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знать о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера

психическому здоровью; Овладение универсальными регулятивными действиями: а) самоорганизация: - самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений; - давать оценку новым ситуациям; - расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений; - делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение; - оценивать приобретенный опыт; - способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень	
--	--

3. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина входит в блок ОП Общеобразовательная подготовка, среднее (полное) общее образование СО, общеобразовательные дисциплины, изучается в 1 и 2 семестре очной формы обучения; 1 курс.

4. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	68
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	68
в том числе:	
Теоретическое обучение (лекции)	18
Практическая работа (семинары)	48
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	
в том числе подготовка:	

<i>К письменным контрольным работам</i>	
<i>К практическим занятиям</i>	
<i>Консультации</i>	
Патт	2
<i>Итоговый контроль</i>	<i>1 семестр – другие формы контроля, 2 семестр – зачет с оценкой</i>

5. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности и защиты Родины»

Очная форма обучения

1 семестр

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся.	Максимальная учебная нагрузка студента, час	Объем часов				
			Всего	Лекции	Лабораторные	Практические	Самостоятельная работа
Раздел 1	Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе (2 ч)						
Тема 1.1	Современные представления о культуре безопасности. Влияние поведения на безопасность. Рискориентированный подход к обеспечению безопасности на уровне личности, общества, государства.			2			
Раздел 2	Безопасность в быту (6 ч)						
Тема 2.1	Источники опасности в быту. Профилактика и первая помощь при отравлениях.			2			
Тема 2.2	Безопасность в быту. Предупреждение травм и первая помощь при них. Пожарная безопасность в быту.					2	

Тема 2.3	Безопасное поведение в местах общего пользования					2	
Раздел 3	Безопасность на транспорте (6 ч)						
Тема 3.1	Безопасность дорожного движения.			2			
Тема 3.2	Порядок действий при ДТП.					2	
Тема 3.3	Безопасное поведение на разных видах транспорта.					2	
Раздел 4	Безопасность в общественных местах (6 ч)						
Тема 4.1	Безопасность в общественных местах. Опасности социально-психологического характера.			2			
Тема 4.2	Безопасность в общественных местах. Опасности криминального характера.					2	
Тема 4.3	Безопасность в общественных местах. Действия при пожаре, обрушении конструкции, угрозе или совершении террористического акта.			2			
Раздел 5	Безопасность в природной среде (8 ч)						
Тема 5.1	Безопасность в природной среде. Выживание в автономных условиях.			2			

Тема 5.2	ЧС природного характера. Природные пожары. ЧС геологического характера: землетрясения, извержения вулканов, оползни, сели, камнепады, снежные лавины.					2	
Тема 5.3	ЧС гидрологического характера: наводнения, паводки, половодья, цунами. ЧС метеорологического характера: бури, ливни, град, мороз, жара.					2	
Тема 5.4	Экологическая грамотность и разумное природопользование			2			
Раздел 6	Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний (8 ч)						
Тема 6.1	Факторы, влияющие на здоровье человека. Здоровый образ жизни.			2			
Тема 6.2	Инфекционные заболевания. Значение вакцинации в борьбе с инфекционными заболеваниями.					2	
Тема 6.3	Неинфекционные заболевания. Факторы риска и меры профилактики. Роль диспансеризации для сохранения здоровья. Психическое здоровье и психологическое благополучие.			2			
Тема 6.4	Первая помощь					2	
Консультация							
Семестровый контроль							
Итоговый контроль							
Всего за семестр:			36	18		18	
2 семестр							

Раздел 7	Безопасность в социуме(8 ч)						
Тема 7.1	Общение в жизни человека. Межличностное общение, общение в группе.					2	
Тема 7.2	Конфликты и способы их разрешения.					2	
Тема 7.3	Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия.					2	
Тема 7.4	Психологические способы воздействия на большие группы людей.					2	
Раздел 8	Безопасность в информационном пространстве (8 ч)						
Тема 8.1	Безопасность в цифровой среде					2	
Тема 8.2	Опасности, связанные с использованием программного обеспечения.					2	
Тема 8.3	Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде					2	
Тема 8.4	Достоверность информации в цифровой среде. Защита прав в информационном пространстве.					2	
Раздел 9	Основы противодействия терроризму и экстремизму (6 ч)						
Тема 9.1	Экстремизм и терроризм как угроза устойчивому развитию общества					2	
Тема 9.2	Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта.					2	

Тема 9.3	Противодействие экстремизму и терроризму					2	
Раздел 10	Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения (8 ч)						
Тема 10.1	Оборона страны как обязательное условие ее благополучного развития					4	
Тема 10.2	Защита населения и территорий от ЧС					2	
Тема 10.3	Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении национальной безопасности					2	
Консультация							
Семестровый контроль							
Итоговый контроль		2					
Всего за семестр:		2	30			30	

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)

6. Организация внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа по изучаемой дисциплине осуществляется в соответствии с тематическим планом.

Преподаватель осуществляет организацию самостоятельной работы в соответствии с Положением об организации внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся при реализации программ среднего профессионального образования.

При проведении аудиторных занятий в течение семестра преподаватель выдает задания для самостоятельной работы в соответствии тематическим планом работы. Вопросы для подготовки к текущему контролю, контрольным работам, коллоквиумам, темы рефератов, докладов указаны в фонде оценочных средств по изучаемой дисциплине.

6.1. Содержание учебной дисциплины

1 семестр

Раздел 1	Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе (2 ч)
Тема 1.1	Современные представления о культуре безопасности. Влияние поведения на безопасность. Рискориентированный подход к обеспечению безопасности на уровне личности, общества, государства.
Раздел 2	Безопасность в быту (6 ч)
Тема 2.1	Источники опасности в быту. Профилактика и первая помощь при отравлениях.
Тема 2.2	Безопасность в быту. Предупреждение травм и первая помощь при них. Пожарная безопасность в быту.
Тема 2.3	Безопасное поведение в местах общего пользования
Раздел 3	Безопасность на транспорте (6 ч)
Тема 3.1	Безопасность дорожного движения.
Тема 3.2	Порядок действий при ДТП.
Тема 3.3	Безопасное поведение на разных видах транспорта.
Раздел 4	Безопасность в общественных местах (6 ч)
Тема 4.1	Безопасность в общественных местах. Опасности социальнопсихологического характера.
Тема 4.2	Безопасность в общественных местах. Опасности криминального характера.
Тема 4.3	Безопасность в общественных местах. Действия при пожаре, обрушении конструкции, угрозе или совершении террористического акта.
Раздел 5	Безопасность в природной среде (8 ч)
Тема 5.1	Безопасность в природной среде. Выживание в автономных условиях.
Тема 5.2	ЧС природного характера. Природные пожары. ЧС геологического характера: землетрясения, извержения вулканов, оползни, сели, камнепады, снежные лавины.
Тема 5.3	ЧС гидрологического характера: наводнения, паводки, половодья, цунами. ЧС метеорологического характера: бури, ливни, град, мороз, жара.
Тема 5.4	Экологическая грамотность и разумное природопользование

Раздел 6	Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний (8 ч)
Тема 6.1	Факторы, влияющие на здоровье человека. Здоровый образ жизни.
Тема 6.2	Инфекционные заболевания. Значение вакцинации в борьбе с инфекционными заболеваниями.
Тема 6.3	Неинфекционные заболевания. Факторы риска и меры профилактики. Роль диспансеризации для сохранения здоровья. Психическое здоровье и психологическое благополучие.
Тема 6.4	Первая помощь

2 семестр

Семестровый контроль: зачет, диф. зачет

Раздел 7	Безопасность в социуме(8 ч)
Тема 7.1	Общение в жизни человека. Межличностное общение, общение в группе.
Тема 7.2	Конфликты и способы их разрешения.
Тема 7.3	Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия.
Тема 7.4	Психологические способы воздействия на большие группы людей.
Раздел 8	Безопасность в информационном пространстве (8 ч)
Тема 8.1	Безопасность в цифровой среде
Тема 8.2	Опасности, связанные с использованием программного обеспечения.
Тема 8.3	Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде
Тема 8.4	Достоверность информации в цифровой среде. Защита прав в информационном пространстве.
Раздел 9	Основы противодействия терроризму и экстремизму (6 ч)
Тема 9.1	Экстремизм и терроризм как угроза устойчивому развитию общества
Тема 9.2	Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта.
Тема 9.3	Противодействие экстремизму и терроризму
Раздел 10	Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения (8 ч)
Тема 10.1	Оборона страны как обязательное условие ее благополучного развития
Тема 10.2	Защита населения и территорий от ЧС
Тема 10.3	Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении национальной безопасности

6.2. ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

1 семестр	
Раздел 2	Безопасность в быту
Тема 2.2	Безопасность в быту. Предупреждение травм и первая помощь при них. Пожарная безопасность в быту.
Тема 2.3	Безопасное поведение в местах общего пользования

Раздел 3	Безопасность на транспорте
Тема 3.2	Порядок действий при ДТП.
Тема 3.3	Безопасное поведение на разных видах транспорта.
Раздел 4	Безопасность в общественных местах

Раздел 5	Безопасность в природной среде
Тема 5.2	ЧС природного характера. Природные пожары. ЧС геологического характера: землетрясения, извержения вулканов, оползни, сели, камнепады, снежные лавины.
Тема 5.3	ЧС гидрологического характера: наводнения, паводки, половодья, цунами. ЧС метеорологического характера: бури, ливни, град, мороз, жара.
Раздел 6	Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний.
Тема 6.2	Инфекционные заболевания. Значение вакцинации в борьбе с инфекционными заболеваниями.
Тема 6.4	Первая помощь
Раздел 7	Безопасность в социуме
Тема 7.1	Общение в жизни человека. Межличностное общение, общение в группе.
Тема 7.2	Конфликты и способы их разрешения.
Тема 7.3	Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия.
Тема 7.4	Психологические способы воздействия на большие группы людей.
Раздел 8	Безопасность в информационном пространстве
Тема 8.1	Безопасность в цифровой среде
Тема 8.2	Опасности, связанные с использованием программного обеспечения.
Тема 8.3	Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде
Тема 8.4	Достоверность информации в цифровой среде. Защита прав в информационном пространстве.
Раздел 9	Основы противодействия терроризму и экстремизму
Тема 9.1	Экстремизм и терроризм как угроза устойчивому развитию общества
Тема 9.2	Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта.
Тема 9.3	Противодействие экстремизму и терроризму
Раздел 10	Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения
Тема 10.1	Оборона страны как обязательное условие ее благополучного развития
Тема 10.2	Защита населения и территорий от ЧС
Тема 10.3	Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении национальной безопасности
Тема 4.2	Безопасность в общественных местах. Опасности криминального характера.

7. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная литература:

Основы безопасности жизнедеятельности : 11 класс : учебник / Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Лынная Л.И., Маслов М.В.; под ред. Егорова С.Н., - М. : «Просвещение», 2023. – 320 с. : ил., 8 л. цв. вкл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-09-102338-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: https://e.lanbook.com/book/334652
Основы безопасности жизнедеятельности : 10 класс : учебник / Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Лынная Л.И., Маслов М.В.; под ред. Егорова С.Н., - М. : «Просвещение», 2023. – 383 с. : ил., 8 л. цв. вкл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-09-108748-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: https://e.lanbook.com/book/334649
Дополнительная
Плошкин, В.В. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие для вузов / В.В. Плошкин. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - Ч. 1. - 380 с. : ил., табл. - ISBN 978-5-4475-3694-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271548
Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студ. среднего проф. образования : в 2 ч. Ч. 2 / М-во образования и науки РФ, Костром. гос. ун-т ; [сост.: Е. В. Кривошеина, И. М. Шапкина ; под общ. ред. Г. К. Букалова]. - Электрон. текст. данные. - Кострома : КГУ, 2018. - 87 с. - Библиогр.: с. 84. - ISBN 978-5-8285-0951-5 : Б. ц.
Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студ. среднего проф. образования : в 2 ч. Ч. 1 / М-во образования и науки РФ, Костром. гос. ун-т ; [сост.: Е. В. Кривошеина, И. М. Шапкина ; под общ. ред. Г. К. Букалова]. - Электрон. текст. данные. - Кострома : КГУ, 2017. - 101 с. - Библиогр.: с. 99. - ISBN 978-5-8285-0863-1 : Б. ц.

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Сайт МЧС России: Режим доступа: <http://mchs.gov.ru>
2. Сайт журнала «Основы безопасности жизнедеятельности» Режим доступа: <http://www.schoolobz.org>

9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Кабинет валеологии, социальной медицины и медико-социального ухода, аудитория № 121, количество посадочных мест – 25.

Оборудование: меловая доска, переносной комплект мультимедиа оборудования: экран, мультимедиа проектор Beng, ноутбук Lenovo Ideapad 100