

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Костромской государственный университет»  
КГУ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**ОУД.10 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ЗАЩИТЫ РОДИНЫ**

Специальность 20.02.05 Организация оперативного (экстренного) реагирования  
в чрезвычайных ситуациях

Квалификация выпускника: специалист по приему и обработке экстренных  
вызовов

Кафедра техносферной безопасности

Форма обучения: очная

Кострома  
2026

Рабочая программа дисциплины «Основы безопасности и защиты Родины» разработана:

- 1) на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 20.02.05 Организация оперативного (экстренного) реагирования в чрезвычайных ситуациях, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2023 г. № 842;
- 2) в соответствии с учебным планом по специальности 20.02.05 Организация оперативного (экстренного) реагирования в чрезвычайных ситуациях, утвержденным ученым советом КГУ 23.12.2025 г., протокол № 10, год начала подготовки 2026.

Разработала:

Шапкина И.М.

доцент кафедры техносферной безопасности, к.э.н.

**УТВЕРЖДЕНО:**

На заседании кафедры техносферной безопасности  
Протокол заседания кафедры № 5 от 15.12.2025 г.  
Заведующий кафедрой техносферной безопасности  
Лустgarten Татьяна Юрьевна, к.т.н., доцент

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	
1.1 Цели и задачи освоения дисциплины.....	4
2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине .....	4
3. Место дисциплины в структуре ООП.....	10
4. Объем дисциплины (модуля) .....	10
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам), с указанием количества часов и видов занятий .....	11
6. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины.....	17
7. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой .....	30
для освоения дисциплины (модуля).....	30
8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины .....	31
9. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине.....	31

## **2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **1.1 Цели и задачи освоения дисциплины**

**Цели и задачи дисциплины**, требования к результатам освоения дисциплины:

**Целью** изучения учебного предмета Основы безопасности и защиты Родины (ОБЗР) на уровне среднего общего образования является достижение выпускниками базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с актуальными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

- способность применять принципы и правила безопасного поведения в повседневной жизни на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин и механизмов возникновения и развития различных опасных и чрезвычайных ситуаций, готовности к применению необходимых средств и действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного и группового безопасного поведения в интересах благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства;
- знание и понимание роли личности, общества и государства в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

### **2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине**

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **освоить компетенцию**:

**ОК 04.** Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

**ОК 07.** Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования

**знать:**

1. Основы государственной системы обеспечения безопасности:
  - структуру и функции Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) и ее территориальных подсистем;
  - Роль и место системы 112 (или аналогичных систем) в общей структуре гражданской обороны и защиты населения.
  - Правовые основы и нормативные документы, регулирующие деятельность экстренных служб и защиту населения.
2. Классификацию и характеристики чрезвычайных ситуаций (ЧС):
  - Виды ЧС природного (землетрясения, наводнения, ураганы) и техногенного характера (аварии на химически опасных объектах, пожары, транспортные катастрофы).
  - Потенциальные угрозы, характерные для региона (территории).
  - Порядок оповещения и информирования населения о ЧС.
3. Алгоритмы действий при угрозе террористического акта и военных конфликтов:
  - Признаки потенциально опасных предметов и ситуаций.
  - Порядок взаимодействия с правоохранительными органами и спецслужбами в случае угрозы

- Правила поведения при получении анонимных сообщений об угрозе взрыва или захвате заложников.
  - Базовые принципы гражданской обороны (убежища, эвакуация, средства индивидуальной защиты).
4. Основы первой помощи и самопомощи в экстремальных ситуациях:
- Алгоритм действий при оказании первой помощи пострадавшим в ЧС (остановка кровотечения, реанимация, иммобилизация).
  - Правила поведения и выживания в условиях автономного существования (если специалист оказался в зоне ЧС)
5. Гражданско-патриотические и этические основы службы:
- Понимание служебного долга, ответственности перед обществом и государством.
  - Принципы соблюдения конфиденциальности, беспристрастности и профессиональной этики при работе с экстренными вызовами.

#### **Уметь:**

1. Действовать в соответствии с установленными протоколами при ЧС:
  - Оперативно классифицировать поступающий вызов как ЧС (или угрозу ЧС) и активировать соответствующие планы реагирования.
  - Правильно применять схемы оповещения и взаимодействия с вышестоящими органами и специализированными службами (МЧС, ФСБ, Минобороны).
2. Обеспечивать информационную поддержку реагирующих служб:
  - Передавать точную и полную информацию о характере угрозы, масштабе происшествия и потенциальных опасностях (например, наличие химических веществ, угроза обрушения).
3. Предоставлять населению инструкции по безопасности жизнедеятельности:
  - Грамотно инструктировать заявителей о правилах поведения в зоне опасности (например, при пожаре, утечке газа, наводнении, угрозе теракта).
  - Сохранять спокойствие и уверенность при общении с паникующими гражданами, демонстрируя профессионализм и готовность помочь.
4. Соблюдать режим информационной безопасности и служебной тайны:
  - Понимать важность неразглашения информации, связанной с государственной безопасностью и обороной.
  - Действовать в рамках правового поля при обработке вызовов, связанных с угрозами национальной безопасности.
5. Демонстрировать высокую степень ответственности и самодисциплины:
  - Поддерживать постоянную готовность к работе в условиях повышенной нагрузки и стресса.
  - Проявлять гражданскую зрелость и патриотизм в процессе выполнения служебных обязанностей, понимая, что его работа – это вклад в общую безопасность Родины.

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**1) гражданское воспитание:** сформированность активной гражданской позиции обучающегося, готового и способного применять принципы и правила безопасного поведения в течение всей жизни; уважение закона и правопорядка, осознание своих прав, обязанностей и ответственности в области защиты населения и территории Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций и в других областях, связанных с безопасностью жизнедеятельности; сформированность базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности как основы для благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства; готовность противостоять идеологии экстремизма и терроризма, национализма и ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам; готовность к взаимодействию с обществом и государством в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения; готовность к участию в деятельности государственных

социальных организаций и институтов гражданского общества в области обеспечения комплексной безопасности личности, общества и государства;

**2) патриотическое воспитание:** сформированность российской гражданской идентичности, уважения к своему народу, памяти защитников Родины и боевым подвигам Героев Отечества, гордости за свою Родину и Вооруженные Силы Российской Федерации, прошлое и настоящее многонационального народа России, российской армии и флота;

ценностное отношение к государственным и военным символам, историческому и природному наследию, дням воинской славы, боевым традициям Вооруженных Сил Российской Федерации, достижениям государства в области обеспечения безопасности жизни и здоровья людей;

сформированность чувства ответственности перед Родиной, идейная убежденность и готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу;

**3) духовно-нравственное воспитание:** осознание духовных ценностей российского народа и российского воинства;

сформированность ценности безопасного поведения, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности других людей, общества и государства;

способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, готовность реализовать риск-ориентированное поведение, самостоятельно и ответственно действовать в различных условиях жизнедеятельности по снижению риска возникновения опасных ситуаций, перерастания их в чрезвычайные ситуации, смягчению их последствий;

ответственное отношение к своим родителям, старшему поколению, семье, культуре и традициям народов России, принятие идей волонтерства и добровольчества;

**4) эстетическое воспитание:** эстетическое отношение к миру в сочетании с культурой безопасности жизнедеятельности;

понимание взаимозависимости успешности и полноценного развития и безопасного поведения в повседневной жизни;

**5) ценности научного познания:** сформированность мировоззрения, соответствующего текущему уровню развития общей теории безопасности, современных представлений о безопасности в технических, естественно-научных, общественных, гуманитарных областях знаний, современной концепции культуры безопасности жизнедеятельности;

понимание научно-практических основ учебного предмета ОБЗР, осознание его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;

способность применять научные знания для реализации принципов безопасного поведения (способность предвидеть, по возможности избегать, безопасно действовать в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях);

**6) физическое воспитание:** осознание ценности жизни, сформированность ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;

знание приемов оказания первой помощи и готовность применять их в случае необходимости;

потребность в регулярном ведении здорового образа жизни;

осознание последствий и активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;

**7) трудовое воспитание:** готовность к труду, осознание значимости трудовой деятельности для развития личности, общества и государства, обеспечения национальной безопасности;

готовность к осознанному и ответственному соблюдению требований безопасности в процессе трудовой деятельности;

интерес к различным сферам профессиональной деятельности, включая военно-профессиональную деятельность;

готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни;

**8) экологическое воспитание:** сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной среды, осознание глобального характера экологических проблем, их роли в обеспечении безопасности личности, общества и государства;

планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе соблюдения экологической грамотности и разумного природопользования;

активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;

умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий и предотвращать их;

расширение представлений о деятельности экологической направленности.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В результате изучения ОБЗР на уровне среднего общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

### **Познавательные универсальные учебные действия**

**Базовые логические действия:** самостоятельно определять актуальные проблемные вопросы безопасности личности, общества и государства, обосновывать их приоритет и всесторонне анализировать, разрабатывать алгоритмы их возможного решения в различных ситуациях;

устанавливать существенный признак или основания для обобщения, сравнения и классификации событий и явлений в области безопасности жизнедеятельности, выявлять их закономерности и противоречия;

определять цели действий применительно к заданной (смоделированной) ситуации, выбирать способы их достижения с учетом самостоятельно выделенных критериев в парадигме безопасной жизнедеятельности, оценивать риски возможных последствий для реализации риск-ориентированного поведения;

моделировать объекты (события, явления) в области безопасности личности, общества и государства, анализировать их различные состояния для решения познавательных задач, переносить приобретенные знания в повседневную жизнь;

планировать и осуществлять учебные действия в условиях дефицита информации, необходимой для решения стоящей задачи;

развивать творческое мышление при решении ситуационных задач.

**Базовые исследовательские действия:** владеть научной терминологией, ключевыми понятиями и методами в области безопасности жизнедеятельности;

осуществлять различные виды деятельности по приобретению нового знания, его преобразованию и применению для решения различных учебных задач, в том числе при разработке и защите проектных работ;

анализировать содержание вопросов и заданий и выдвигать новые идеи, самостоятельно выбирать оптимальный способ решения задач с учетом установленных (обоснованных) критериев;

раскрывать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между реальным (заданным) и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) в повседневной жизни;

критически оценивать полученные в ходе решения учебных задач результаты, обосновывать предложения по их корректировке в новых условиях;

характеризовать приобретенные знания и навыки, оценивать возможность их реализации в реальных ситуациях;

использовать знания других предметных областей для решения учебных задач в области безопасности жизнедеятельности;

переносить приобретенные знания и навыки в повседневную жизнь.

**Работа с информацией:** владеть навыками самостоятельного поиска, сбора, обобщения и анализа различных видов информации из источников разных типов при обеспечении условий информационной безопасности личности;

создавать информационные блоки в различных форматах с учетом характера решаемой учебной задачи; самостоятельно выбирать оптимальную форму их представления;

оценивать достоверность, легитимность информации, ее соответствие правовым и морально-этическим нормам;

владеть навыками по предотвращению рисков, профилактике угроз и защите от опасностей цифровой среды;

использовать средства информационных и коммуникационных технологий в учебном процессе с соблюдением требований эргономики, техники безопасности и гигиены.

### **Коммуникативные универсальные учебные действия**

**Общение:** осуществлять в ходе образовательной деятельности безопасную коммуникацию, переносить принципы ее организации в повседневную жизнь; распознавать вербальные и невербальные средства общения;

понимать значение социальных знаков; определять признаки деструктивного общения; владеть приемами безопасного межличностного и группового общения;

безопасно действовать по избеганию конфликтных ситуаций; аргументированно, логично и ясно излагать свою точку зрения с использованием языковых средств.

### **Регулятивные универсальные учебные действия**

**Самоорганизация:** ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

самостоятельно выявлять проблемные вопросы, выбирать оптимальный способ и составлять план их решения в конкретных условиях;

делать осознанный выбор в новой ситуации, аргументировать его;

брать ответственность за свое решение;

оценивать приобретенный опыт;

расширять познания в области безопасности жизнедеятельности на основе личных предпочтений и за счет привлечения научно-практических знаний других предметных областей;

повышать образовательный и культурный уровень.

### **Самоконтроль, принятие себя и других**

оценивать образовательные ситуации;

предвидеть трудности, которые могут возникнуть при их разрешении; вносить коррективы в свою деятельность;

контролировать соответствие результатов целям; использовать приемы рефлексии для анализа и оценки образовательной ситуации, выбора оптимального решения;

принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства, невозможности контроля всего вокруг;

принимать мотивы и аргументы других людей при анализе и оценке образовательной ситуации;

признавать право на ошибку свою и чужую.

**Совместная деятельность:** понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы в конкретной учебной ситуации; ставить цели и организовывать совместную деятельность с учетом общих интересов, мнений и возможностей каждого участника команды (составлять план, распределять роли, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, договариваться о результатах);

оценивать свой вклад и вклад каждого участника команды в общий результат по совместно разработанным критериям;

осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях; предлагать новые идеи, оценивать их с позиции новизны и практической значимости; проявлять творчество и разумную инициативу.

### **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Предметные результаты, формируемые в ходе изучения ОБЗР, должны обеспечивать:

1) знание основ законодательства Российской Федерации, обеспечивающих национальную безопасность и защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о государственной политике в области обеспечения государственной и общественной безопасности, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера;

2) знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знание о действиях по сигналам гражданской обороны;

3) сформированность представлений о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении защиты государства; формирование представления о военной службе;

4) сформированность знаний об элементах начальной военной подготовки; овладение знаниями требований безопасности при обращении со стрелковым оружием; сформированность представлений о боевых свойствах и поражающем действии оружия массового поражения, а также способах защиты от него;

5) сформированность представлений о современном общевойсковом бое; понимание о возможностях применения современных достижений научно-технического прогресса в условиях современного боя;

6) сформированность необходимого уровня военных знаний как фактора построения профессиональной траектории, в том числе и образовательных организаций осуществляющих подготовку кадров в интересах обороны и безопасности государства, обеспечении законности и правопорядка;

7) сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;

8) сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных ситуаций; знание порядка действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;

9) сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте. Знание правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике, знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;

10) знания о способах безопасного поведения в природной среде; умение применять их на практике; знания порядка действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;

11) знания основ пожарной безопасности; умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знания порядка действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знания прав и обязанностей граждан в области пожарной безопасности;

12) владение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях, инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях

биолого-социального и военного характера; умение применять табельные и подручные средства для само- и взаимопомощи;

13) знание основ безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминогенного характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;

14) сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; знания о способах безопасного поведения в цифровой среде; умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминогенного характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;

15) сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства деструктивной идеологии в том числе экстремизма, терроризма; понимание роли государства в противодействии терроризму; умения различать приемы вовлечения в деструктивные сообщества, экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знания порядка действий при объявлении разного уровня террористической опасности и действий при угрозе или в случае террористического акта, проведении контртеррористической операции.

### 3. Место дисциплины в структуре ООП

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности и защиты Родины» является учебным предметом обязательной предметной области «Основы безопасности и защиты Родины» ФГОС среднего общего образования. В учебном плане ППСЗ учебная дисциплина «Основы безопасности и защиты Родины» входит в состав общих учебных дисциплин из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования.

Дисциплина входит в блок ОП Общеобразовательная подготовка, среднее общее образование СОО, общеобразовательные дисциплины, ОУД-10, изучается в 1 и 2 семестре очной формы обучения, 1 курс.

### 4. Объем дисциплины (модуля)

#### 4.1 Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием академических часов и виды учебной работы

Вид учебной работы	Очная форма
Общая трудоемкость в зачетных единицах	2
Общая трудоемкость в часах	68
Аудиторные занятия в часах, в том числе:	68
Лекции	-
Практические занятия	68
Лабораторные занятия	-
Самостоятельная работа в часах	-
Форма промежуточной аттестации	ДР (1), Зачет с оценкой (2)

#### 4.2 Объем контактной работы на одного обучающегося

Вид учебной работы	Очная форма
Лекции	-
Практические занятия	68
Лабораторные занятия	-
Консультации	-
Зачет/зачеты	-
Экзамен/экзамены	-
Всего	68

**5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам), с указанием количества часов и видов занятий**

**5.1. Тематический план и содержание учебной дисциплины**

**Очная форма обучения, 1 семестр**

№	Наименование раздела, темы	Всего, час	Аудиторные занятия			Самостоятельная работа, час
			Лекции	Практические	Лабораторные	
1	<b>Модуль 1. Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства (4 ч)</b>	4		4		
2	<b>Модуль 2. Основы военной подготовки (12 ч)</b>	12		12		
3	<b>Модуль 3. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе (2 ч)</b>	2		2		
4	<b>Модуль 4. Безопасность в быту (6 ч)</b>	2		2		
5	<b>Модуль 5. Безопасность на транспорте (5 ч)</b>	5		5		
6	<b>Модуль 6. Безопасность в общественных местах (5 ч)</b>	5		5		
7	<b>Безопасность в природной среде (2 ч)</b>	2		2		
<b>Всего за семестр:</b>		32		32		
<b>2 семестр</b>						
7	<b>Безопасность в природной среде (5 ч)</b>	5		5		
8	<b>Модуль 8. Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи (7 ч)</b>	7		7		
9	<b>Безопасность в социуме (7 ч)</b>	7		7		
10	<b>Безопасность в информационном пространстве (7 ч)</b>	7		7		

11	Основы противодействия терроризму и экстремизму (6 ч)	10		10		
	<b>Всего за семестр:</b>	<b>36</b>		<b>36</b>		
	<b>Итого:</b>	<b>68</b>		<b>68</b>		

## 5.2. Содержание учебной дисциплины

### 1 семестр

#### Модуль 1. Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства (4 ч)

##### Тема 1.1. Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении национальной безопасности

Понятие национальной безопасности, её виды и структура. Конституционные основы обеспечения национальной безопасности Российской Федерации. Роль и место гражданина в системе национальной безопасности. Правовые основы ответственности личности за участие в обеспечении безопасности. Роль общественных организаций и институтов гражданского общества.

##### Тема 1.2. Государственная и общественная безопасность

Понятия государственной и общественной безопасности, их взаимосвязь. Основные угрозы государственной и общественной безопасности Российской Федерации (терроризм, экстремизм, организованная преступность, киберугрозы и др.). Силы и средства обеспечения государственной и общественной безопасности (правоохранительные органы, специальные службы, МЧС России).

##### Тема 1.3. Роль личности, общества и государства в предупреждении и ликвидации чрезвычайных ситуаций

Понятие чрезвычайной ситуации (ЧС), их классификация. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС): структура, задачи, режимы функционирования. Права и обязанности граждан в области защиты от ЧС. Оповещение населения о ЧС, правила поведения при ЧС.

##### Тема 1.4. Оборона страны как обязательное условие благополучного развития страны

Понятие обороны государства, её правовые основы. Конституционная обязанность граждан Российской Федерации по защите Отечества. Военная доктрина Российской Федерации. Вооруженные Силы Российской Федерации, их состав и предназначение. Влияние обороноспособности на экономическое и социальное развитие страны.

#### Модуль 2. Основы военной подготовки (12 ч)

##### Тема 2.1. Строевые приемы и движение без оружия (строевая подготовка)

Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации. Назначение и значение строевой подготовки. Строевые команды и их выполнение. Строй и их элементы. Выполнение строевых приемов на месте: стойка «Смирно», «Вольно», повороты. Движение в строю и вне строя: строевой шаг, шаг на месте, изменение направления движения. Повороты в движении. Выполнение воинского приветствия.

##### Тема 2.2. Основные виды тактических действий войск (тактическая подготовка)

Понятие боя, его виды. Оборона и наступление как основные виды боя. Разведывательно-дозорная служба. Основы организации и ведения боя отделением (в пешем порядке). Действия солдата в различных видах боя: наблюдение, маскировка, передвижение, выбор огневой позиции. Взаимодействие в составе отделения.

##### Тема 2.3. Виды, назначение и тактико-технические характеристики современного стрелкового оружия (огневая подготовка)

Классификация стрелкового оружия: пистолеты, автоматы, пулеметы, снайперские винтовки, стрелково-гранатометные комплексы. Назначение и общее устройство автомата Калашникова (АК). Понятие тактико-технических характеристик (ТТХ): калибр, начальная скорость пули, скорострельность, прицельная дальность, масса. Меры безопасности при обращении с оружием.

**Тема 2.4. Беспилотные летательные аппараты (БПЛА) – эффективное средство в условиях военных действий. Морские беспилотные аппараты (основы технической подготовки и связи)**

Классификация БПЛА по назначению (разведывательные, ударные, барражирующие боеприпасы) и размеру. Основные принципы работы БПЛА. Применение БПЛА в разведке, целеуказании, нанесении ударов. Противодействие БПЛА. Понятие о морских беспилотных аппаратах (надводных, подводных) и их применение.

**Тема 2.5. Предназначение, общее устройство и тактико-технические характеристики переносных радиостанций (основы технической подготовки и связи)**

Роль связи в современном бою. Принципы радиосвязи. Назначение, состав и общее устройство переносных войсковых радиостанций. Основные ТТХ радиостанций: дальность связи, диапазон частот, мощность, масса. Правила использования радиостанций и соблюдение радиодисциплины.

**Тема 2.6. Свойства местности и их применение в военном деле (военная топография)**

Значение военной топографии. Использование топографических карт для ориентирования на местности, определения координат, оценки рельефа и проходимости. Оценка местности для тактических целей: выбор огневых позиций, укрытий, скрытного передвижения. Особенности чтения рельефа, гидрографии, растительности, дорожной сети на военных картах.

**Тема 2.7. Фортификационное оборудование позиции отделения. Виды укрытий и убежищ (инженерная подготовка)**

Назначение инженерного оборудования местности в бою. Понятие позиции отделения. Фортификационное оборудование позиций: окопы для стрельбы стоя, с колена, лежа. Ходы сообщения. Открытые и закрытые щели, блиндажи, их предназначение и принципы устройства. Маскировка позиций.

**Тема 2.8. Оружие массового поражения (радиационная, химическая, биологическая защита)**

Классификация и поражающие факторы оружия массового поражения (ОМП): ядерное, химическое, биологическое оружие. Понятие о средствах индивидуальной и коллективной защиты. Принципы защиты от ОМП: укрытие, использование средств защиты, обеззараживание, дезактивация, дегазация, дезинфекция. Действия при применении ОМП.

**Тема 2.9. Первая помощь на поле боя (военно-медицинская подготовка. Тактическая медицина)**

Принципы оказания первой помощи в условиях боевых действий (тактическая медицина). Алгоритмы КУЛАК и БАРИН. Остановка массивных кровотечений (турникеты, давящие повязки). Обеспечение проходимости дыхательных путей. Обработка ран, наложение повязок. Действия при шоке, переломах, ожогах. Эвакуация раненых.

**Тема 2.10. Особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту. Военно-учебные заведения и военно-учебные центры (тактическая подготовка)**

Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе». Порядок призыва граждан на военную службу. Альтернативная гражданская служба. Военная служба по контракту: условия, преимущества, порядок поступления. Виды военно-учебных заведений и военно-учебных центров, порядок поступления и обучения. Перспективы военной карьеры.

**Модуль 3. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе (2 ч)**

**Тема 3.1. Современные представления о культуре безопасности**

Понятие культуры безопасности жизнедеятельности (КБЖ), её структура и функции. Место КБЖ в системе национальной безопасности. Формирование ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих.

**Тема 3.2. Влияние поведения на безопасность. Риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности на уровне личности, общества, государства**

Понятие риска и опасности. Оценка рисков в повседневной жизни. Принципы риск-ориентированного подхода в обеспечении безопасности: предупреждение, защита, реагирование. Роль ответственного поведения и принятия обоснованных решений в минимизации рисков.

## **Модуль 4. Безопасность в быту (6 ч)**

### **Тема 4.1. Источники опасности в быту**

Профилактика и первая помощь при отравлениях. Основные источники опасности в жилых помещениях: электричество, газ, водопровод, бытовая химия, лекарства. Правила безопасного использования бытовой техники. Профилактика отравлений: бытовыми химикатами, угарным газом, лекарствами, недоброкачественными продуктами. Симптомы отравлений и алгоритм оказания первой помощи.

### **Тема 4.2. Безопасность в быту. Предупреждение травм и первая помощь при них. Пожарная безопасность в быту**

Наиболее распространенные бытовые травмы (ушибы, порезы, ожоги, переломы): профилактика и первая помощь. Правила электробезопасности. Основные причины бытовых пожаров: неисправность электропроводки, неосторожное обращение с огнем, нарушение правил эксплуатации отопительных приборов. Правила пожарной безопасности в быту. Порядок действий при обнаружении пожара, использование первичных средств пожаротушения.

### **Тема 4.3. Безопасное поведение в местах общего пользования**

Правила безопасного поведения на лестничных клетках, в лифтах, подъездах, подвалах, на чердаках. Предотвращение падений и травматизма. Действия при обнаружении подозрительных предметов или лиц. Культура добрососедства и взаимопомощи.

## **Модуль 5. Безопасность на транспорте (5 ч)**

### **Тема 5.1. Безопасность дорожного движения**

Правила дорожного движения (ПДД) для пешеходов, пассажиров, велосипедистов. Особенности дорожного движения в жилых зонах, на перекрестках, вблизи образовательных учреждений. Влияние факторов на безопасность дорожного движения (алкоголь, наркотики, усталость, использование гаджетов).

### **Тема 5.2. Порядок действий при ДТП**

Алгоритм действий очевидца ДТП: обеспечение безопасности (обозначение места ДТП), вызов экстренных служб, оказание первой помощи пострадавшим (при наличии квалификации), сбор информации. Ответственность участников ДТП.

### **Тема 5.3. Безопасное поведение на разных видах транспорта**

Правила безопасности в общественном транспорте (автобус, троллейбус, трамвай, метро). Поведение на железнодорожном, водном и воздушном транспорте. Действия при аварийной ситуации на различных видах транспорта. Требования к перевозке детей и багажа.

## **Модуль 6. Безопасность в общественных местах (5 ч)**

### **Тема 6.1. Безопасность в общественных местах. Опасности социально-психологического характера**

Особенности поведения человека в толпе. Паника, её причины и последствия. Правила безопасного поведения в толпе, на массовых мероприятиях. Психологическое давление, манипуляции, вербовка. Способы противостояния негативному влиянию.

### **Тема 6.2. Безопасность в общественных местах. Опасности криминального характера**

Виды криминальных угроз в общественных местах (грабеж, хулиганство, мошенничество, похищение). Меры личной безопасности: выбор безопасных маршрутов, избегание конфликтных ситуаций, правила общения с незнакомыми людьми. Правомерная самооборона, её пределы. Действия при задержании правонарушителей.

### **Тема 6.3. Безопасность в общественных местах. Действия при пожаре, обрушении конструкции, угрозе или совершении террористического акта**

Порядок действий при пожаре в торговом центре, кинотеатре, учебном заведении (сработка сигнализации, эвакуация, использование первичных средств). Действия при обрушении конструкций (поиск укрытия, подача сигналов). Правила поведения при угрозе или совершении террористического акта: обнаружение подозрительных предметов, захват заложников, стрельба, взрыв.

## **Модуль 7. Безопасность в природной среде (7 ч)**

### **Тема 7.1. Безопасность в природной среде**

Основные опасности природной среды (дикие животные, ядовитые растения, насекомые, неблагоприятные погодные условия). Правила поведения в лесу, на водоемах. Подготовка к походам и выходам на природу: снаряжение, экипировка.

### **Тема 7.2. Выживание в автономных условиях**

Алгоритм действий при вынужденной автономии в природной среде. Организация временного укрытия. Добыча и очистка воды. Способы добычи огня. Ориентирование на местности без карты и компаса. Подача сигналов бедствия.

## **Семестр 2**

### **Тема 7.3. Природные чрезвычайные ситуации. Природные пожары**

Виды природных пожаров (лесные, торфяные, ландшафтные), их причины. Поражающие факторы природных пожаров. Правила поведения в зоне природного пожара. Меры по предотвращению природных пожаров. Действия при эвакуации.

### **Тема 7.4. Природные чрезвычайные ситуации. Опасные геологические явления и процессы: землетрясения, извержение вулканов, оползни, сели, камнепады**

Причины возникновения и поражающие факторы землетрясений, извержений вулканов, оползней, селей, камнепадов. Правила поведения до, во время и после этих явлений. Меры предосторожности в сейсмоопасных районах.

### **Тема 7.5. Природные чрезвычайные ситуации. Опасные гидрологические явления и процессы: паводки, половодья, цунами, сели, лавины**

Причины и поражающие факторы наводнений (паводки, половодья), цунами, селей (вторично, но может быть повторно с акцентом на водный компонент), лавин. Правила поведения при угрозе и во время этих явлений. Эвакуация и действия после.

### **Тема 7.6. Природные чрезвычайные ситуации. Опасные метеорологические явления и процессы: ливни, град, мороз, жара**

Опасные метеорологические явления: ливни, грозы, град, сильный ветер, метели, штормы, сильные морозы, аномальная жара. Меры безопасности при каждом из этих явлений. Профилактика переохлаждения, обморожений, теплового и солнечного удара.

### **Тема 7.7. Экологическая грамотность и разумное природопользование**

Понятие экологической безопасности. Влияние человека на окружающую среду. Принципы разумного природопользования и ресурсосбережения. Личная ответственность за сохранение природы. Экологическое воспитание и образование.

## **Модуль 8. Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи (7 ч)**

### **Тема 8.1. Факторы, влияющие на здоровье человека. Здоровый образ жизни**

Понятие здоровья, его компоненты. Факторы, влияющие на здоровье (наследственность, окружающая среда, образ жизни, уровень здравоохранения). Принципы здорового образа жизни: режим дня, рациональное питание, физическая активность, отказ от вредных привычек.

### **Тема 8.2. Инфекционные заболевания. Значение вакцинации в борьбе с инфекционными заболеваниями.**

Понятие инфекционных заболеваний, пути передачи инфекций. Основные виды инфекционных заболеваний, их профилактика. Иммуитет. Механизм действия вакцин. Значение вакцинации для индивидуального и общественного здоровья. Календарь прививок.

### **Тема 8.3. Неинфекционные заболевания. Факторы риска и меры профилактики. Роль диспансеризации для сохранения здоровья**

Понятие неинфекционных заболеваний (сердечно-сосудистые, онкологические, диабет и др.). Основные факторы риска: гиподинамия, неправильное питание, курение, стресс. Меры профилактики неинфекционных заболеваний. Значение диспансеризации и регулярных медицинских осмотров.

### **Тема 8.4. Психическое здоровье и психологическое благополучие**

Понятие психического здоровья и психологического благополучия. Стресс, его виды и влияние на организм. Способы управления стрессом. Профилактика депрессивных состояний, тревожности. Роль позитивного мышления и социальной поддержки.

### **Тема 8.5. Первая помощь пострадавшему**

Общие принципы оказания первой помощи: последовательность действий (оценка безопасности, вызов экстренных служб, оценка состояния пострадавшего), психологическая поддержка. Алгоритм оказания первой помощи при различных состояниях:

## **Модуль 9. Безопасность в социуме (7 ч)**

### **Тема 9.1. Общение в жизни человека. Межличностное общение, общение в группе**

Понятие общения, его функции и виды. Межличностное общение: вербальные и невербальные средства, эффективные стратегии общения. Общение в группе: динамика групповых процессов, роли в группе, формирование групповой сплоченности. Коммуникативные барьеры и способы их преодоления. Значение навыков эффективного общения для личной безопасности и коллективной деятельности, в том числе в экстремальных условиях.

### **Тема 9.2. Конфликты и способы их разрешения**

Понятие конфликта, его структура, виды и функции. Причины возникновения межличностных и групповых конфликтов. Фазы развития конфликта. Конструктивные и деструктивные стратегии поведения в конфликте. Техники и приемы разрешения конфликтов: переговоры, медиация, компромисс. Профилактика конфликтных ситуаций. Роль психологической подготовки в управлении конфликтами.

### **Тема 9.3. Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия**

Понятие психологического воздействия и влияния. Виды и механизмы психологического воздействия: убеждение, внушение, заражение, подражание. Конструктивные методы воздействия (аргументация, личный пример). Деструктивные методы воздействия (манипуляция, шантаж, психологический прессинг, дезинформация). Защита от деструктивного психологического воздействия.

### **Тема 9.4. Психологические способы воздействия на большие группы людей**

Особенности психологии больших групп: толпа, масса, общественное мнение. Механизмы формирования и изменения общественного мнения. Использование средств массовой информации и цифровых технологий для воздействия на массовое сознание. Пропаганда, агитация. Формирование ложного общественного мнения. Развитие критического мышления как способ защиты от массовых манипуляций.

## **Модуль 10. Безопасность в информационном пространстве (7 ч)**

### **Тема 10.1. Безопасность в цифровой среде**

Понятие цифровой среды и информационного пространства. Актуальные угрозы безопасности в цифровой среде: киберпреступность, утечки данных, вирусные атаки, кибертерроризм. Основные принципы обеспечения информационной безопасности: конфиденциальность, целостность, доступность. Правовые основы информационной безопасности Российской Федерации.

### **Тема 10.2. Опасности, связанные с использованием программного обеспечения**

Виды вредоносного программного обеспечения (вирусы, трояны, шпионские программы, программы-вымогатели). Пути заражения устройств. Принципы работы антивирусного ПО. Правила безопасной установки и использования программного обеспечения. Резервное копирование данных. Обновление ПО и операционных систем.

### **Тема 10.3. Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде**

Фишинг, смишинг, вишинг – виды мошенничества в сети. Правила безопасной переписки и общения в социальных сетях, мессенджерах. Концепция «цифрового следа». Опасности размещения личной информации в сети. Правила создания надежных паролей и двухфакторная аутентификация. Троллинг, кибербуллинг и способы защиты от них.

### **Тема 10.4. Достоверность информации в цифровой среде**

Проблема фейковых новостей и дезинформации. Признаки недостоверной информации. Методы проверки информации: поиск первоисточников, перекрестная проверка, оценка авторитетности источника. Развитие медиаграмотности и критического мышления. Влияние дезинформации на общественную безопасность и действия в ЧС.

### **Тема 10.5. Защита прав в информационном пространстве**

Право на неприкосновенность частной жизни и защиту персональных данных. Федеральный закон «О персональных данных». Право на свободу слова и его ограничения в интернете. Авторское право и интеллектуальная собственность в цифровой среде. Ответственность за нарушение законодательства в информационном пространстве. Обращение в правоохранительные органы при нарушении прав.

### **Модуль 11. Основы противодействия терроризму и экстремизму (6 ч)**

#### **Тема 11.1. Экстремизм и терроризм как угроза устойчивому развитию общества**

Понятия «экстремизм» и «терроризм», их сущность, формы и виды. Идеология экстремизма и терроризма. Причины возникновения и распространения экстремистских и террористических проявлений. Влияние экстремизма и терроризма на национальную безопасность и социально-экономическое развитие страны. Ответственность за экстремистскую и террористическую деятельность.

#### **Тема 11.2. Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта**

Действия при обнаружении подозрительных предметов. Поведение при захвате в заложники: правила общения с террористами, действия при штурме. Правила поведения при взрыве, стрельбе, угрозе химического или биологического заражения. Действия при поступлении угроз по телефону или интернету. Психологическая подготовка к действиям в условиях террористической угрозы.

#### **Тема 11.3. Противодействие экстремизму и терроризму**

Национальная система противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации. Роль государственных органов (ФСБ, МВД, Росгвардия, Прокуратура, Следственный комитет) в профилактике и борьбе с экстремизмом и терроризмом. Участие гражданского общества в противодействии этим угрозам. Меры по предотвращению распространения экстремистской идеологии, в том числе в цифровой среде. Международное сотрудничество в борьбе с терроризмом.

## **6. Методические материалы для обучающихся по освоению дисциплины**

### **6.1. Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине (модулю)**

<b>№ п/п</b>	<b>Раздел (тема) дисциплины</b>	<b>Задание</b>	<b>Часы</b>	<b>Рекомендуемая литература</b>	<b>Форма контроля</b>
<b>Модуль 1</b>	<b>Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства (4 ч)</b>		-		
<b>Тема 1.1</b>	Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении национальной безопасности	Понятие национальной безопасности, её виды и структура. Конституционные основы обеспечения национальной безопасности Российской Федерации. Роль и место гражданина в системе национальной безопасности. Правовые основы ответственности личности за участие в обеспечении безопасности. Роль общественных организаций и институтов гражданского общества.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 1.2</b>	Государственная и общественная безопасность	Понятия государственной и общественной безопасности, их взаимосвязь. Основные угрозы государственной и общественной безопасности Российской Федерации	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.

		(терроризм, экстремизм, организованная преступность, киберугрозы и др.). Силы и средства обеспечения государственной и общественной безопасности (правоохранительные органы, специальные службы, МЧС России).			
<b>Тема 1.3</b>	Роль личности, общества и государства в предупреждении и ликвидации чрезвычайных ситуаций	Понятие чрезвычайной ситуации (ЧС), их классификация. РСЧС: структура, задачи, режимы функционирования. Права и обязанности граждан в области защиты от ЧС. Оповещение населения о ЧС, правила поведения при ЧС.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 1.4</b>	Оборона страны как обязательное условие благополучного развития страны	Понятие обороны государства, её правовые основы. Конституционная обязанность граждан Российской Федерации по защите Отечества. Военная доктрина Российской Федерации. Вооруженные Силы Российской Федерации, их состав и предназначение. Влияние обороноспособности на экономическое и социальное развитие страны.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Модуль 2</b>	<b>Основы военной подготовки (12 ч)</b>				
<b>Тема 2.1</b>	Строевые приемы и движение без оружия (строевая подготовка)	Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации. Назначение и значение строевой подготовки. Строевые команды и их выполнение. Строи и их элементы. Выполнение строевых приемов на месте: стойка «Смирно», «Вольно», повороты. Движение в строю и вне строя: строевой шаг, шаг на месте, изменение направления движения. Повороты в движении. Выполнение воинского приветствия.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Практическая работа
<b>Тема 2.2</b>	Основные виды тактических действий войск (тактическая подготовка)	Понятие боя, его виды. Оборона и наступление как основные виды боя. Разведывательно-дозорная служба. Основы организации и ведения боя отделением (в пешем порядке). Действия солдата в различных видах боя: наблюдение, маскировка, передвижение, выбор огневой позиции. Взаимодействие в составе отделения.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.

<b>Тема 2.3</b>	Виды, назначение и тактико-технические характеристики современного стрелкового оружия (огневая подготовка)	Классификация стрелкового оружия: пистолеты, автоматы, пулеметы, снайперские винтовки, стрелково-гранатометные комплексы. Назначение и общее устройство автомата Калашникова (АК). Понятие тактико-технических характеристик (ТТХ): калибр, начальная скорость пули, скорострельность, прицельная дальность, масса. Меры безопасности при обращении с оружием.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 2.4</b>	Беспилотные летательные аппараты (БПЛА) – эффективное средство в условиях военных действий. Морские беспилотные аппараты (основы технической подготовки и связи)	Классификация БПЛА по назначению (разведывательные, ударные, барражирующие боеприпасы) и размеру. Основные принципы работы БПЛА. Применение БПЛА в разведке, целеуказании, нанесении ударов. Противодействие БПЛА. Понятие о морских беспилотных аппаратах (надводных, подводных) и их применение	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 2.5</b>	Предназначение, общее устройство и тактико-технические характеристики переносных радиостанций (основы технической подготовки и связи)	Роль связи в современном бою. Принципы радиосвязи. Назначение, состав и общее устройство переносных войсковых радиостанций. Основные ТТХ радиостанций: дальность связи, диапазон частот, мощность, масса. Правила использования радиостанций и соблюдение радиодисциплины.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 2.6</b>	Свойства местности и их применение в военном деле (военная топография)	Значение военной топографии. Использование топографических карт для ориентирования на местности, определения координат, оценки рельефа и проходимости. Оценка местности для тактических целей: выбор огневых позиций, укрытий, скрытного передвижения. Особенности чтения рельефа, гидрографии, растительности, дорожной сети на военных картах.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 2.7</b>	Фортификационное оборудование позиции отделения. Виды укрытий и убежищ (инженерная подготовка)	Назначение инженерного оборудования местности в бою. Понятие позиции отделения. Фортификационное оборудование позиций: окопы для стрельбы стоя, с колена, лежа. Ходы сообщения. Открытые и закрытые щели,	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.

		блиндажи, их предназначение и принципы устройства. Маскировка позиций.			
<b>Тема 2.8</b>	Оружие массового поражения (радиационная, химическая, биологическая защита)	Классификация и поражающие факторы оружия массового поражения (ОМП): ядерное, химическое, биологическое оружие. Понятие о средствах индивидуальной и коллективной защиты. Принципы защиты от ОМП: укрытие, использование средств защиты, обеззараживание, дезактивация, дегазация, дезинфекция. Действия при применении ОМП.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 2.9</b>	Первая помощь на поле боя (военно-медицинская подготовка. Тактическая медицина)	Принципы оказания первой помощи в условиях боевых действий (тактическая медицина). Алгоритмы КУЛАК и БАРИН. Остановка массивных кровотечений (турникеты, давящие повязки). Обеспечение проходимости дыхательных путей. Обработка ран, наложение повязок. Действия при шоке, переломах, ожогах. Эвакуация раненых.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 2.10</b>	Особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту. Военно-учебные заведения и военно-учебные центры (тактическая подготовка)	Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе». Порядок призыва граждан на военную службу. Альтернативная гражданская служба. Военная служба по контракту: условия, преимущества, порядок поступления. Виды военно-учебных заведений и военно-учебных центров, порядок поступления и обучения. Перспективы военной карьеры.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Модуль 3</b>	<b>Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе (2 ч)</b>				
<b>Тема 3.1</b>	Современные представления о культуре безопасности	Понятие культуры безопасности жизнедеятельности, её структура и функции. Ее место в системе национальной безопасности. Формирование ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.

<b>Тема 3.2</b>	Влияние поведения на безопасность. Риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности на уровне личности, общества, государства	Понятие риска и опасности. Оценка рисков в повседневной жизни. Принципы риск-ориентированного подхода в обеспечении безопасности: предупреждение, защита, реагирование. Роль ответственного поведения и принятия обоснованных решений в минимизации рисков.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Модуль 4</b>	<b>Безопасность в быту (6 ч)</b>				
<b>Тема 4.1</b>	Источники опасности в быту. Профилактика и первая помощь при отравлениях	Профилактика и первая помощь при отравлениях. Основные источники опасности в жилых помещениях: электричество, газ, водопровод, бытовая химия, лекарства. Правила безопасного использования бытовой техники. Профилактика отравлений: бытовыми химикатами, угарным газом, лекарствами, недоброкачественными продуктами. Симптомы отравлений и алгоритм оказания первой помощи.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 4.2</b>	Безопасность в быту. Предупреждение травм и первая помощь при них. Пожарная безопасность в быту	Наиболее распространенные бытовые травмы (ушибы, порезы, ожоги, переломы): профилактика и первая помощь. Правила электробезопасности. Основные причины бытовых пожаров. Правила пожарной безопасности в быту. Порядок действий при обнаружении пожара, использование первичных средств пожаротушения	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 4.3</b>	Безопасное поведение в местах общего пользования	Правила безопасного поведения на лестничных клетках, в лифтах, подъездах, подвалах, на чердаках. Предотвращение падений и травматизма. Действия при обнаружении подозрительных предметов или лиц. Культура добрососедства и взаимопомощи.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Модуль 5</b>	<b>Безопасность на транспорте (5 ч)</b>				
<b>Тема 5.1</b>	Безопасность дорожного движения	Правила дорожного движения (ПДД) для пешеходов, пассажиров, велосипедистов. Особенности дорожного движения в жилых зонах, на перекрестках, вблизи образовательных учреждений.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.

		Влияние факторов на безопасность дорожного движения.			
<b>Тема 5.2</b>	Порядок действий при ДТП	Алгоритм действий очевидца ДТП: обеспечение безопасности (обозначение места ДТП), вызов экстренных служб, оказание первой помощи пострадавшим (при наличии квалификации), сбор информации. Ответственность участников ДТП.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест. Коллоквиум
<b>Тема 5.3</b>	Безопасное поведение на разных видах транспорта	Правила безопасности в общественном транспорте. Поведение на железнодорожном, водном и воздушном транспорте. Действия при аварийной ситуации на различных видах транспорта. Требования к перевозке детей и багажа.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Модуль 6</b>	<b>Безопасность в общественных местах (5 ч)</b>		-		
<b>Тема 6.1</b>	Безопасность в общественных местах. Опасности социально-психологического характера	Особенности поведения человека в толпе. Паника, её причины и последствия. Правила безопасного поведения в толпе, на массовых мероприятиях.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 6.2</b>	Безопасность в общественных местах. Опасности криминального характера	Виды криминальных угроз в общественных местах. Меры личной безопасности: выбор безопасных маршрутов, избегание конфликтных ситуаций, правила общения с незнакомыми людьми. Правомерная самооборона, её пределы. Действия при задержании правонарушителей.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 6.3</b>	Безопасность в общественных местах. Действия при пожаре, обрушении конструкции, угрозе или совершении террористического акта	Порядок действий при пожаре в торговом центре, кинотеатре, учебном заведении (сработка сигнализации, эвакуация, использование первичных средств). Действия при обрушении конструкций (поиск укрытия, подача сигналов). Правила поведения при угрозе или совершении террористического акта: обнаружение подозрительных предметов, захват заложников, стрельба, взрыв.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Модуль 7</b>	<b>Безопасность в природной среде (7 ч)</b>		-		

<b>Тема 7.1</b>	Безопасность в природной среде	Основные опасности природной среды (дикие животные, ядовитые растения, насекомые, неблагоприятные погодные условия). Правила поведения в лесу, на водоемах. Подготовка к походам и выходам на природу: снаряжение, экипировка.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 7.2</b>	Выживание в автономных условиях	Алгоритм действий при вынужденной автономии в природной среде. Организация временного укрытия. Добыча и очистка воды. Способы добычи огня. Ориентирование на местности без карты и компаса. Подача сигналов бедствия.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 7.3</b>	Природные чрезвычайные ситуации. Природные пожары	Виды природных пожаров, их причины. Поражающие факторы природных пожаров. Правила поведения в зоне природного пожара. Меры по предотвращению природных пожаров. Действия при эвакуации	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 7.4</b>	Природные ЧС. Опасные геологические явления и процессы: землетрясения, извержение вулканов, оползни, сели, камнепады	Причины возникновения и поражающие факторы землетрясений, извержений вулканов, оползней, селей, камнепадов. Правила поведения до, во время и после этих явлений. Меры предосторожности в сейсмоопасных районах	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 7.5</b>	Природные ЧС. Опасные гидрологические явления и процессы: паводки, половодья, цунами, сели, лавины	Причины и поражающие факторы наводнений (паводки, половодья), цунами, селей (вторично, но может быть повторно с акцентом на водный компонент), лавин. Правила поведения при угрозе и во время этих явлений. Эвакуация и действия после.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 7.6</b>	Природные ЧС. Опасные метеорологические явления и процессы: ливни, град, мороз, жара	Опасные метеорологические явления: ливни, грозы, град, сильный ветер, метели, штормы, сильные морозы, аномальная жара. Меры безопасности при каждом из этих явлений. Профилактика переохлаждения, обморожений, теплового и солнечного удара.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 7.7</b>	Экологическая грамотность и разумное природопользование	Понятие экологической безопасности. Влияние человека на окружающую среду. Принципы разумного природопользования и ресурсосбережения. Личная ответственность за	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.

		сохранение природы. Экологическое воспитание и образование.			
<b>Модуль 8</b>	<b>Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи (7 ч)</b>				
<b>Тема 8.1</b>	Факторы, влияющие на здоровье человека. Здоровый образ жизни	Понятие инфекционных заболеваний, пути передачи инфекций. Основные виды инфекционных заболеваний, их профилактика. Иммунитет. Механизм действия вакцин. Значение вакцинации для индивидуального и общественного здоровья. Календарь прививок.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 8.2</b>	Инфекционные заболевания. Значение вакцинации в борьбе с инфекционными заболеваниями	Понятие инфекционных заболеваний, пути передачи инфекций. Основные виды инфекционных заболеваний, их профилактика. Иммунитет. Механизм действия вакцин. Значение вакцинации для индивидуального и общественного здоровья. Календарь прививок.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест. Коллоквиум
<b>Тема 8.3</b>	Неинфекционные заболевания. Факторы риска и меры профилактики. Роль диспансеризации для сохранения здоровья. Психическое здоровье и психологическое благополучие	Понятие неинфекционных заболеваний (сердечно-сосудистые, онкологические, диабет и др.). Основные факторы риска: гиподинамия, неправильное питание, курение, стресс. Меры профилактики неинфекционных заболеваний. Значение диспансеризации и регулярных медицинских осмотров.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 8.4</b>	Психическое здоровье и психологическое благополучие	Понятие психического здоровья и психологического благополучия. Стресс, его виды и влияние на организм. Способы управления стрессом. Профилактика депрессивных состояний, тревожности. Роль позитивного мышления и социальной поддержки.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 8.5</b>	Первая помощь пострадавшему	Общие принципы оказания первой помощи: последовательность действий (оценка безопасности, вызов экстренных служб, оценка состояния пострадавшего), психологическая поддержка. Алгоритм оказания первой помощи при различных состояниях	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Модуль 9</b>	<b>Безопасность в социуме (7 ч)</b>				

<b>Тема 9.1</b>	Общение в жизни человека. Межличностное общение, общение в группе	Понятие общения, его функции и виды. Межличностное общение: вербальные и невербальные средства, эффективные стратегии общения. Общение в группе. Коммуникативные барьеры и способы их преодоления. Значение навыков эффективного общения для безопасности.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 9.2</b>	Конфликты и способы их разрешения	Понятие конфликта, его структура, виды и функции. Причины возникновения межличностных и групповых конфликтов. Фазы развития конфликта. Конструктивные и деструктивные стратегии поведения в конфликте. Техники и приемы разрешения конфликтов. Профилактика конфликтных ситуаций. Роль психологической подготовки в управлении конфликтами	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 9.3</b>	Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия	Понятие психологического воздействия и влияния. Виды и механизмы психологического воздействия: убеждение, внушение, заражение, подражание. Конструктивные методы воздействия. Деструктивные методы воздействия. Защита от деструктивного психологического воздействия.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 9.4</b>	Психологические способы воздействия на большие группы людей	Особенности психологии больших групп: толпа, масса, общественное мнение. Механизмы формирования и изменения общественного мнения. Использование средств массовой информации и цифровых технологий для воздействия на массовое сознание. Пропаганда, агитация. Формирование ложного общественного мнения. Развитие критического мышления как способ защиты от массовых манипуляций	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Модуль 10</b>	<b>Безопасность в информационном пространстве (7 ч)</b>		-		
<b>Тема 10.1</b>	Безопасность в цифровой среде	Понятие цифровой среды и информационного пространства. Актуальные угрозы безопасности в цифровой среде. Основные	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.

		принципы обеспечения информационной безопасности. Правовые основы информационной безопасности РФ			
<b>Тема 10.2</b>	Опасности, связанные с использованием программного обеспечения	Виды вредоносного программного обеспечения (вирусы, трояны, шпионские программы, программы-вымогатели). Пути заражения устройств. Принципы работы антивирусного ПО. Правила безопасной установки и использования программного обеспечения. Резервное копирование данных. Обновление ПО и операционных систем.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 10.3</b>	Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде	Фишинг, смшинг, вишинг – виды мошенничества в сети. Правила безопасной переписки и общения в социальных сетях, мессенджерах. Концепция «цифрового следа». Опасности размещения личной информации в сети. Правила создания надежных паролей и двухфакторная аутентификация. Троллинг, кибербуллинг и способы защиты от них.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 10.4</b>	Достоверность информации в цифровой среде	Проблема фейковых новостей и дезинформации. Признаки недостоверной информации. Методы проверки информации. Развитие медиаграмотности и критического мышления. Влияние дезинформации на общественную безопасность и действия в ЧС.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 10.5</b>	Защита прав в информационном пространстве	Право на неприкосновенность частной жизни и защиту персональных данных. ФЗ «О персональных данных». Право на свободу слова и его ограничения в интернете. Авторское право и интеллектуальная собственность в цифровой среде. Ответственность за нарушение законодательства в информационном пространстве. Обращение в правоохранительные органы при нарушении прав.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Модуль 11</b>	<b>Основы противодействия терроризму и экстремизму (6 ч)</b>		-		

<b>Тема 11.1</b>	Экстремизм и терроризм как угроза устойчивому развитию общества	Понятия «экстремизм» и «терроризм», их сущность, формы и виды. Идеология экстремизма и терроризма. Причины возникновения и распространения экстремистских и террористических проявлений. Влияние экстремизма и терроризма на национальную безопасность. Ответственность за экстремистскую и террористическую деятельность.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 11.2</b>	Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта	Действия при обнаружении подозрительных предметов. Поведение при захвате в заложники: правила общения с террористами, действия при штурме. Правила поведения при взрыве, стрельбе, угрозе химического или биологического заражения. Действия при поступлении угроз по телефону или интернету. Психологическая подготовка к действиям в условиях террористической угрозы.	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.
<b>Тема 11.3</b>	Противодействие экстремизму и терроризму	Национальная система противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации. Роль государственных органов (ФСБ, МВД, Росгвардия, Прокуратура, Следственный комитет) в профилактике и борьбе с экстремизмом и терроризмом. Участие гражданского общества в противодействии этим угрозам. Меры по предотвращению распространения экстремистской идеологии, в том числе в цифровой среде. Международное сотрудничество в борьбе с терроризмом	-	<b>1-5</b>	Устный опрос. Контрольный тест.

## 6.2. Методические рекомендации изучающим дисциплину

Обучающемуся рекомендуется регулярно посещать учебные занятия. Обучение складывается из изучения материалов лекций, рекомендуемой литературы и выполнения заданий, выдаваемых преподавателем на занятии. Систематическая подготовка к занятиям гарантирует глубокие знания по изучаемой дисциплине.

Для практических работ необходимо иметь тетрадь в клетку, клей-карандаш или степлер для фиксирования раздаточного материала в тетрадь, калькулятор, ластик, карандаш, ручку, линейку.

При оценке результатов изучения дисциплины учитываются степень эффективности проведенной работы, активность в течение семестра, качество и своевременность выполнения контрольных мероприятий по дисциплине и рейтинг обучающегося (при использовании балльно-рейтинговой оценки результатов обучения).

## 6.3. Тематика практических занятий

### 1 семестр

<b>Модуль 1</b>	<b>Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства (4 ч)</b>
<b>Тема 1.1</b>	Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении национальной безопасности
<b>Тема 1.2</b>	Государственная и общественная безопасность
<b>Тема 1.3</b>	Роль личности, общества и государства в предупреждении и ликвидации чрезвычайных ситуаций
<b>Тема 1.4</b>	Оборона страны как обязательное условие благополучного развития страны
<b>Модуль 2</b>	<b>Основы военной подготовки (12 ч)</b>
<b>Тема 2.1</b>	Строевые приемы и движение без оружия (строевая подготовка)
<b>Тема 2.2</b>	Основные виды тактических действий войск (тактическая подготовка)
<b>Тема 2.3</b>	Виды, назначение и тактико-технические характеристики современного стрелкового оружия (огневая подготовка)
<b>Тема 2.4</b>	Беспилотные летательные аппараты (БПЛА) – эффективное средство в условиях военных действий. Морские беспилотные аппараты (основы технической подготовки и связи)
<b>Тема 2.5</b>	Предназначение, общее устройство и тактико-технические характеристики переносных радиостанций (основы технической подготовки и связи)
<b>Тема 2.6</b>	Свойства местности и их применение в военном деле (военная топография)
<b>Тема 2.7</b>	Фортификационное оборудование позиции отделения. Виды укрытий и убежищ (инженерная подготовка)
<b>Тема 2.8</b>	Оружие массового поражения (радиационная, химическая, биологическая защита)
<b>Тема 2.9</b>	Первая помощь на поле боя (военно-медицинская подготовка. Тактическая медицина)
<b>Тема 2.10</b>	Особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту. Военно-учебные заведения и военно-учебные центры (тактическая подготовка)
<b>Модуль 3</b>	<b>Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе (2 ч)</b>
<b>Тема 3.1</b>	Современные представления о культуре безопасности
<b>Тема 3.2</b>	Влияние поведения на безопасность. Риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности на уровне личности, общества, государства

<b>Модуль 4</b>	<b>Безопасность в быту (6 ч)</b>
Тема 4.1	Источники опасности в быту. Профилактика и первая помощь при отравлениях.
Тема 4.2	Безопасность в быту. Предупреждение травм и первая помощь при них. Пожарная безопасность в быту.
Тема 4.3	Безопасное поведение в местах общего пользования
<b>Модуль 5</b>	<b>Безопасность на транспорте (5 ч)</b>
Тема 5.1	Безопасность дорожного движения.
Тема 5.2	Порядок действий при ДТП.
Тема 5.3	Безопасное поведение на разных видах транспорта.
<b>Модуль 6</b>	<b>Безопасность в общественных местах (5 ч)</b>
Тема 6.1	Безопасность в общественных местах. Опасности социально-психологического характера.
Тема 6.2	Безопасность в общественных местах. Опасности криминального характера.
Тема 6.3	Безопасность в общественных местах. Действия при пожаре, обрушении конструкции, угрозе или совершении террористического акта.
<b>Модуль 7</b>	<b>Безопасность в природной среде (7 ч)</b>
Тема 7.1	Безопасность в природной среде.
Тема 7.2	Выживание в автономных условиях
<b>Семестр 2</b>	
Тема 7.3	Природные чрезвычайные ситуации. Природные пожары
Тема 7.4	Природные чрезвычайные ситуации. Опасные геологические явления и процессы: землетрясения, извержение вулканов, оползни, сели, камнепады
Тема 7.5	Природные чрезвычайные ситуации. Опасные гидрологические явления и процессы: паводки, половодья, цунами, сели, лавины
Тема 7.6	Природные чрезвычайные ситуации. Опасные метеорологические явления и процессы: ливни, град, мороз, жара
Тема 7.7	Экологическая грамотность и разумное природопользование
<b>Модуль 8</b>	<b>Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи (7 ч)</b>
Тема 8.1	Факторы, влияющие на здоровье человека. Здоровый образ жизни.
Тема 8.2	Инфекционные заболевания. Значение вакцинации в борьбе с инфекционными заболеваниями.
Тема 8.3	Неинфекционные заболевания. Факторы риска и меры профилактики. Роль диспансеризации для сохранения здоровья. Психическое здоровье и психологическое благополучие.
Тема 8.4	Психическое здоровье и психологическое благополучие
Тема 8.5	Первая помощь пострадавшему
<b>Модуль 9</b>	<b>Безопасность в социуме (7 ч)</b>
Тема 9.1	Общение в жизни человека. Межличностное общение, общение в группе.
Тема 9.2	Конфликты и способы их разрешения.
Тема 9.3	Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия.
Тема 9.4	Психологические способы воздействия на большие группы людей.
<b>Модуль 10</b>	<b>Безопасность в информационном пространстве (7 ч)</b>
Тема 10.1	Безопасность в цифровой среде
Тема 10.2	Опасности, связанные с использованием программного обеспечения.

<b>Тема 10.3</b>	Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде
<b>Тема 10.4</b>	Достоверность информации в цифровой среде.
<b>Тема 10.5</b>	Защита прав в информационном пространстве.
<b>Модуль 11</b>	<b>Основы противодействия терроризму и экстремизму (6 ч)</b>
<b>Тема 11.1</b>	Экстремизм и терроризм как угроза устойчивому развитию общества
<b>Тема 11.2</b>	Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта.
<b>Тема 11.3</b>	Противодействие экстремизму и терроризму

## 7. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Наименование	Количество/ссылка на электронный ресурс
<i>а) основная:</i>	
1. Основы безопасности жизнедеятельности : базовый уровень : учебник : в 2 частях / Ю. С. Шойгу, О. В. Белинская, В. К. Ащанов [и др.] ; под редакцией Ю. С. Шойгу. — 2-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025 — Часть 1 — 2025. — 224 с. — ISBN 978-5-09-121356-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/472982">https://e.lanbook.com/book/472982</a> (дата обращения: 10.11.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	<a href="https://e.lanbook.com/book/472982">https://e.lanbook.com/book/472982</a>
2. Основы безопасности жизнедеятельности : базовый уровень : учебник : в 2 частях / Ю. С. Шойгу, Е. Н. Байбарина, В. А. Зуев [и др.] ; под редакцией Ю. С. Шойгу. — 2-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025 — Часть 2 — 2025. — 252 с. — ISBN 978-5-09-121357-7. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/472985">https://e.lanbook.com/book/472985</a> (дата обращения: 10.11.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	<a href="https://e.lanbook.com/book/472985">https://e.lanbook.com/book/472985</a>
<i>б) дополнительная:</i>	
3. Основы безопасности жизнедеятельности : 10-й класс : учебник / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льяная, М. В. Маслов. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 383 с. — ISBN 978-5-09-120222-9. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/472979">https://e.lanbook.com/book/472979</a> (дата обращения: 10.11.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	<a href="https://e.lanbook.com/book/472979">https://e.lanbook.com/book/472979</a>
4. Основы безопасности жизнедеятельности: 11-й класс : учебное пособие / Б. О. Хренников, Н. В. Гололобов, Л. И. Льяная, М. В. Маслов ; под редакцией С. Н. Егорова. — 3-е изд., стер. — Москва : Просвещение, 2025. — 337 с. — ISBN 978-5-09-124932-3. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/473060">https://e.lanbook.com/book/473060</a> (дата обращения: 10.11.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.	<a href="https://e.lanbook.com/book/473060">https://e.lanbook.com/book/473060</a>
<b>Периодические издания</b>	
5. Геодезия и картография	<a href="http://www.school-obz.org">http://www.school-obz.org</a>

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

Информационно-образовательные ресурсы:

1. Сайт МЧС России: Режим доступа: <http://mchs.gov.ru>
2. Сайт журнала «Основы безопасности жизнедеятельности» Режим доступа: <http://www.school-obz.org>
3. Электронные библиотечные системы:
4. ЭБС Университетская библиотека онлайн <http://biblioclub.ru>
5. ЭБС «Лань» <http://e.lanbook.com/>
6. ЭБС «ZnaniUM.COM» <http://znanium.com>

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

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
<p>Кабинет безопасности жизнедеятельности, теории и методики физического воспитания, аудитория № 238 учебного корпуса 156000, Костромская область, г. Кострома, п. Новый, д. 1</p>	<p>Количество посадочных мест - 66.            Оборудование: меловая доска, переносной комплект мультимедиа оборудования: экран, мультимедиа проектор View Sonic Project, ноутбук Dellinspiron15.            Робот-тренажер «Гоша» с компьютерной тренажерной программой «Гоша», 1-09.            Стенд «Система оповещения при пожаре», прибор приемно-контрольный Гранит 4.            Лабораторный стенд «Средства пожаротушения».            Лабораторный стенд для измерения сопротивления и заземления; Мегомметр М4100. Комплект-лаборатория «Пчелка-3»; Противоголазы фильтрующие ГП-5 – 40 шт.; Противоголазы фильтрующие ГП-7 – 5 шт.; Костюм Л-1 – 1 шт.; Рентгенметр Дп-5 В (5Б) – 1 шт.; Войсковой прибор химической разведки ВПХР – 2 шт.; Аптечки индивидуальные АИ-2 – 5 шт.; Индивидуальные противохимические пакеты ИПП-11 – 5 шт.</p>
<p>Помещения для самостоятельной и воспитательной работы: библиотека, читальный зал с выходом в сеть «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду университета, аудитория № 278 учебного корпуса 156000, Костромская область, г. Кострома, п. Новый, д. 1</p>	<p>Количество посадочных мест - 50.            Оборудование: стол компьютерный – 7 шт., компьютерное кресло – 7 шт. Система затемнения дневного света, персональные компьютеры: монитор, системный блок, мышь, клавиатура, принтер, сканер            (Системный блок N УО1361658, Системный блок N УО1361616, Системный блок N УО1361660, Системный блок N УО1361665, Системный блок N УО1361663, Системный блок N УО1361664, Монитор Proview N УО1361640, Монитор Proview N УО136164, Монитор Proview N УО1361638, Монитор Proview N УО1361637, Монитор Proview N УО1361639, Монитор Proview N УО1361635) – 6 комплектов, безлимитный интернет, зона Wi-Fi; ксерокс «Hewlett-Packard» – 1 шт.            Стационарная демонстрационная система</p>

## 10. Типовое задание для оценки сформированности компетенций

Формируемая компетенция (или ее часть)	Задание для оценки сформированной компетенции (или ее части)
<p><b>В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-доступно объяснять значение здорового образа жизни для обеспечения личной безопасности и здоровья;</li><li>- предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решения и действовать, обеспечивая личную безопасность;</li><li>-соблюдать правила дорожного движения в качестве пешехода, пассажира и водителя транспортного средства (велосипеда, мопеда);</li><li>-действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очага возгорания;</li><li>-соблюдать правила личной безопасности в криминогенных ситуациях и в местах скопления большого количества людей;</li><li>-пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;</li><li>-оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;</li></ul> <p><b>В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>-основные составляющие здорового образа жизни, обеспечивающие духовное, физическое и социальное благополучие;</li><li>-потенциальные опасности техногенного и социального характера, возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;</li><li>-меры безопасности при активном отдыхе в природных условиях;</li><li>-основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства;</li><li>-наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации техногенного характера, их последствия и классификацию;</li><li>-организацию защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера в РФ;</li><li>-права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности;</li><li>-приемы и правила оказания первой медицинской помощи.</li></ul>	<p>Разработать режим дня и комплекс упражнений против гиподинамии для студентов СПО первого года обучения.</p>