

бюджетное профессиональное образовательное учреждение Вологодской области
«Вологодский колледж права и технологий»

УТВЕРЖДАЮ:



Директор БПОУ ВО «Вологодский колледж права и технологий»

Беляева Н.А.

2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУДБ.06 Основы безопасности жизнедеятельности

программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности: **40.02.01 Право и организация социального обеспечения**

Вологда
2023 г.

Организация – разработчик: БПОУ ВО «Вологодский колледж права и технологий».

Разработчики:

- Пентко А.Ю., преподаватель БПОУ ВО «Вологодский колледж права и технологий».

Рассмотрено

на заседании методической комиссии

протокол № 11 от 30.06.23

председатель методической комиссии

С.П. Гаврилова

Введение

Программа общеобразовательной учебной дисциплины ОУДБ.06 Основы безопасности жизнедеятельности предназначена для изучения в профессиональной образовательной организации БПОУ ВО «Вологодский колледж права и технологии», реализующей образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке специалистов среднего звена по специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения.

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины ОУДБ.06 Основы безопасности жизнедеятельности разработана с использованием примерной программы (ФГАУ «ФИРО» Протокол №3 от 21 июля 2015г.) и в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Письмо Минобрнауки от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований Федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования»
- Приказ Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»
- Приказ Минобрнауки России от 12 мая 2014 г. N 508 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения»
- План учебного процесса основной профессиональной образовательной программы (ОПОП) среднего профессионального образования (СПО) на базе основного общего образования: программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) по специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения.

Результаты освоения общеобразовательной учебной дисциплины ОУДБ.06 Основы безопасности жизнедеятельности

В результате освоения общеобразовательной учебной дисциплины ОУДБ.06 Основы безопасности жизнедеятельности ППКРС в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования формируются общие компетенции и достигаются следующие результаты:

личностные результаты:

- 1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Ро-

дину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);

2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;

3) готовность к служению Отечеству, его защите;

4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;

5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;

(в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.06.2017 N 613)

7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;

11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;

15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

метапредметные результаты:

1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;

4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

(в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 N 1645)

5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;

7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;

9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

предметные результаты:

1) сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

- 2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- 3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- 4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- 5) знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- 6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);
- 7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- 8) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- 9) умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- 10) знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- 11) знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- 12) владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

Общие компетенции:

- ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
- ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.
- ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
- ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

- ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
- ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
- ОК 9. Ориентироваться в условиях постоянного изменения правовой базы.
- ОК 10. Соблюдать основы здорового образа жизни, требования охраны труда.
- ОК 11. Соблюдать деловой этикет, культуру и психологические основы общения, нормы и правила поведения.
- ОК 12. Проявлять нетерпимость к коррупционному поведению.

Содержание рабочей программы и ее поурочное планирование

№ раздела, темы, урока.	Наименование разделов, и тем уроков	Количество часов	Лекции	Практические занятия	Самостоятельная (внеаудиторная) работа
		Раздел, тема			
Раздел 1	Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности.	19	13	6	15
Тема 1	<i>Здоровье и здоровый образ жизни.</i>	5	4	1	5
1	Общие понятия о здоровье, его составляющие . Основные источники отрицательного воздействия на здоровье человека в современных условиях.		Л		<u>1</u>
2	Здоровый образ жизни – основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности . Основные составляющие ЗОЖ. Факторы, влияющие на укрепление здоровья.		Л		<u>2</u>
3	Факторы, разрушающие здоровье. Вредные привычки и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье. Социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.		Л		<u>3</u>
4	Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым, его составные части. Влияние курения на нервную, сердечно-сосудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркомания и токсикомания , общие понятия. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.			П	<u>4</u>
5	Репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него. Правила личной гигиены .		Л		<u>5</u>
Задания для самостоятельной (внеаудиторной) работы:					
<u>1-</u> Воздействие на организм человека приборов и аппаратуры, использующих электроэнергию (конспект).					
<u>2-</u> Влияние наследственности на здоровье человека (эссе).					
<u>3-</u> Привычки (полезные и вредные), их роль в формировании здорового образа жизни (доклад).					
<u>4-</u> Подготовить реферат на тему: Роль питания (диетического, рационального, сбалансированного, полноценного, раздельного) в реализации здорового образа жизни.					
<u>5-</u> Подготовить сообщение об особенностях подросткового и юношеского возрастов.					
Тема 2	<i>Личная безопасность в повседневной жизни.</i>	9	6	3	5
6	Пожарная безопасность в быту и во время отдыха на природе.		Л		<u>6</u>
7	Безопасное поведение в местах повышенной криминогенной опасности (рынки, вокзалы, пляжи).		Л		
8	Вынужденное автономное существование в условиях природной среды . Причины. Порядок необходимых действий. Способы добычи воды, огня, пищи.			П	<u>7</u>

9	Ориентирование без компаса (по солнцу, часам, просекам, звездам, по шесту и солнцу, по постройкам, природным признакам и т.д.)		Л		
10-11	Использование компаса для ориентирования и движение по азимуту.		Л	П	<u>8</u>
12-13	Преодоление естественных препятствий , характерных для нашей местности (болота, завалы, реки).		Л	П	<u>9</u>
14	Оборудование временного укрытия зимой и летом. Подача сигналов бедствия.		Л		<u>10</u>
Задания для самостоятельной (внеаудиторной) работы:					
<p><u>6</u> - Составьте рекомендации (конспект) о действиях человека в случае пожара в высотном (деревянном) доме.</p> <p><u>7</u>- Правила оборудования лагеря во время похода, рыбалки и т.д. (конспект).</p> <p><u>8</u>- Как сделать приспособления для добычи огня (работа с текстом).</p> <p><u>9</u>- Расскажите о съедобных растениях при отсутствии привычной пищи (презентация).</p> <p><u>10</u>- Подготовить сообщение «Устройство убежища в условиях вынужденного автономного существования»</p>					
Тема 3	<i>Основы медицинских знаний и оказаний первой медицинской помощи.</i>	5	3	2	5
15-16	Первая помощь при тепловом и солнечном ударах, поражении электрическим током, кровотечениях, переломах, Использование подручных средств.		Л	П	<u>11</u>
17	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте, остановке сердца.		Л		<u>12</u>
18	Навыки проведения искусственного дыхания и не прямого массажа сердца.			П	<u>13</u>
19	Основные инфекционные заболевания и их профилактика.		Л		<u>14-15</u>
Задания для самостоятельной (внеаудиторной) работы:					
<p><u>11</u>-Раны их классификация и осложнения при ранениях (конспект).</p> <p><u>12</u>- Расскажите о перевязочных материалах (презентация).</p> <p><u>13</u>- Ожоги, краткая характеристика и первая помощь (сообщение).</p> <p><u>14</u>- Обморожения, краткая характеристика и первая помощь (конспект).</p> <p><u>15</u>- Перечислите мероприятия по уничтожению источников инфекции и их переносчиков (конспект).</p>					
Раздел 2	Государственная система обеспечения безопасности населения.	19	15	4	10
Тема 4	<i>Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного, социального характера.</i>	5	5	-	3
20	Правовые основы организации защиты населения				

	Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.		Л		
21-22	Чрезвычайные ситуации природного происхождения, характерные для нашей местности (наводнения, гроза, природные пожары, морозы) и их последствия. Безопасное поведение во время этих явлений.		Л,Л		<u>16</u>
23	ЧС техногенного характера (аварии на транспорте, объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности).		Л		<u>17</u>
24	ЧС социального характера. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и захвата в качестве заложника. Меры безопасности населения оказавшегося на территории военных действий.		Л		<u>18</u>

Задания для самостоятельной (внеаудиторной) работы:

16- Охарактеризуйте профилактические мероприятия, способствующие уменьшению последствий наводнений, пожаров, бурь (эссе).

17- Перечислите меры профилактики аварий в жилищно-коммунальной сфере (конспект).

18- Назовите основные меры наказаний для несовершеннолетних за совершенные преступления (конспект).

Тема 5	<i>Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств РФ по защите населения и территорий от ЧС</i>	11	7	4	5
25-26	.Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи. Мониторинг, прогнозирование ЧС.		Л	П	<u>19</u>
27	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени. Единая система доведения предупредительного сигнала « Внимание всем ». Действия по сигналам оповещения.		Л		
28	Гражданская оборона, ее структура и задачи по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий и следствии этих действий.		Л		<u>20</u>
29	Организация ГО в образовательном учреждении.		Л		<u>21</u>
30-31	Современные традиционные средства поражения и их поражающие факторы.		Л, Л		<u>22</u>
32	Организация обучения и инженерная защита населения от поражающих факторов ЧС военного и мирного времени.			П	
33	Организация эвакуации населения и проведение аварийно-спасательных работ.			П	
34-35	Средства индивидуальной защиты населения. Изготовление ВМП. Гражданские противогазы		Л	П	<u>23</u>

Задания для самостоятельной (внеаудиторной) работы:

- 19- Назовите основные уровни организации РСЧС (сообщение).
20- Объясните, в чем состоит профилактика ЧС? (эссе)
21- Перечислите основные задачи, которые решает ГО на уровне объекта? (конспект)
22- Подготовить реферат на тему: «Современные средства поражения».
23- Изготовить ВМП.

Тема 6	<i>Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.</i>	3	3	-	2
36	МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.		Л		<u>24</u>
37	Полиция в Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств.		Л		<u>25</u>
38	Служба скорой медицинской помощи и другие государственные службы в области безопасности.		Л		

Задания для самостоятельной (внеаудиторной) работы:

Сообщения:

- 24 – Назовите основные задачи МЧС России.
25- Назовите основные задачи решаемые полицией и скорой помощью.

Раздел 3	Основы обороны государства и воинская обязанность.	40	26	14	14
Тема 7	<i>Защита Отечества - долг и обязанность граждан России.</i>	5	4	1	2
39	Основы законодательства РФ об обороне государства и воинской обязанности граждан.		Л		
40	Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности.			П	
41	Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе.		Л		
42	Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету.		Л		<u>26</u>
43	Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет.		Л		<u>27</u>

Задания для самостоятельной (внеаудиторной) работы:

Конспекты:

- 26- Перечислите задачи, возложенные на комиссию по постановке граждан на воинский учёт.
27- Перечислите обязанности граждан по воинскому учету.

Тема 8	<i>Военная служба – особый вид федеральной государственной службы.</i>	10	8	2	5
---------------	--	-----------	----------	----------	----------

44	Призыв на военную службу. Особенности прохождения военной службы по призыву.		Л		
45	Порядок и особенности прохождения военной службы по контракту		Л		
46	Особенности прохождения альтернативной гражданской службы.		Л		
47	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.		Л		
48	Права и ответственность военнослужащих.		Л		<u>28</u>
49	Общие обязанности военнослужащих.		Л		<u>29</u>
50	Нормы международного гуманитарного права.			П	<u>30-31</u>
51	Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ – законы воинской жизни.		Л		
52-53	Военная присяга – клятва воина на верность Родине – России		Л	П	<u>32</u>
<p>Задания для самостоятельной (внеаудиторной) работы: Конспекты: <u>28-</u> Перечислите права военнослужащих. <u>29-</u> Поясните, что означает «материальная ответственность военнослужащих» <u>30-</u> В чем заключается цель международного гуманитарного права? <u>31-</u> Перечислите категории лиц, которые находятся под защитой четырех Женевских конвенций от 12.08.1949г. <u>32 –</u> Выучить военную присягу.</p>					
Тема 9	<i>Вооруженные силы Российской Федерации – основа обороны государства.</i>	9	9	-	3
54-55	История создания Вооруженных Сил Российской Федерации. Их предназначение, роль в системе национальной безопасности страны.		Л, Л		
56-57	Виды вооруженных сил. Рода войск вооруженных Сил Российской Федерации. Сухопутные войска, история создания, предназначение, структура, вооружение.		Л,Л		<u>33</u>
58	Военно-Воздушные Силы: история создания, предназначение, структура, вооружение.		Л		<u>34</u>
59	Военно-Морской флот России: история создания, предназначение, структура, вооружение.		Л		
60	Ракетные войска стратегического назначения. Предназначение, вооружение. Космические войска, их назначение.		Л		
61	Воздушно-десантные войска. История создания, предназначение, вооружение.		Л		
62	Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности РФ, внутренние войска Министерства внутренних дел РФ, железнодорожные войска РФ, войска гражданской обороны. Их предназначение		Л		<u>35</u>

Задания для самостоятельной (внеаудиторной) работы:

33- Составить краткую историческую справку о днях образования видов ВС РФ (конспект).

34- Подготовить сообщение о развитии ВВС России.

35 – Подготовить сообщение о любом роде войск.

Тема 10	<i>Боевые традиции Вооруженных Сил России.</i>	5	3	2	2
63	Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества.		Л		<u>36</u>
64-65	Памяти поколений – дни воинской славы России.			П,П	<u>37</u>
66	Дружба, войсковое товарищества – основы боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива.		Л		
67	Ритуал приведения к военной присяге, вручения Боевого знамени части, вручения л\с вооружения и боевой техники, проводов в\сл уволенных в запас.		Л		

Задания для самостоятельной (внеаудиторной) работы:

36- Подготовить доклад о жизни и подвиге С. Преминина.

37- Подготовить реферат об одном из дней Воинской славы России.

Тема 11	<i>Государственные и военные символы Российской Федерации.</i>	3	-	3	-
68-69	Флаг, герб, гимн РФ. Боевое Знамя воинской части – символ воинской части, доблести и славы .			П,П	
70	Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою.			П	
Тема 12	<i>Военнослужащий – вооруженный защитник Отечества.</i>	4	2	2	2
71	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, психологическим, профессиональным качествам призывника , их здоровью и физической подготовленности.		Л		<u>38</u>
72	Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Единоначалие -принцип строительства ВС РФ.		Л		<u>39</u>
73	Воинская дисциплина, её значение. Дисциплинарные взыскания , налагаемые на военнослужащих, проходящих военную службу по призыву.			П	
74	Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление воинской части и др.)			П	

Задания для самостоятельной (внеаудиторной) работы:

38- Докажите необходимость (ненужность) специальной подготовки граждан к военной службе (эссе).

39- Подготовить выступление (сообщение) о жизни наших земляков - выдающихся полководцах.

Тема 13	<i>Военно-профессиональная ориентация и подготовка специалистов для службы в Вооруженных Силах Российской Федерации.</i>	4	-	4	-
75-76	Военные образовательные учреждения высшего профессионального образования. Правила приема в военные образовательные учреждения высшего профессионального образования.			П,П	
77	Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации.			П	
78	Дифференцированный зачет.			П	
			54	24	39

**Тематический план общеобразовательной учебной дисциплины
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

№ раздела, темы.	Наименование разделов и тем	Количество часов		Лекции	Практические занятия	Самостоятельная (внеаудиторная) работа
		Раздел	Тема			
Раздел 1	Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности	19		13	6	15
Т-1	Здоровье и здоровый образ жизни		5	4	1	5
Т-2	Личная безопасность в повседневной жизни		9	6	3	5
Т-3	Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи.		5	3	2	5
Раздел 2	Государственная система обеспечения безопасности населения	19		15	4	10
Т-4	Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного, социального характера.		5	5	-	3
Т-5	Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств РФ по защите территорий и населения от ЧС.		11	7	4	5
Т-6	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.		3	3	-	2
Раздел 3	Основы обороны государства и воинская обязанность.	40		26	14	14
Т-7	Воинская обязанность.		5	4	1	2
Т-8	Военная служба – особый вид федеральной государственной службы.		10	8	2	5
Т-9	Вооруженные силы Российской Федерации – основа обороны государства.		9	9	-	3
Т-10	Боевые традиции Вооруженных Сил России.		5	3	2	2
Т-11	Государственные и военные символы Российской Федерации.		3	-	3	-
Т-12	Военнослужащий – вооруженный защитник Отечества.		4	2	2	2
Т-13	Военно-профессиональная ориентация и подготовка специалистов для службы в Вооруженных Силах Российской Федерации.		4	-	4	-
	Итого	78		54	24	39

Литература:

Основная литература

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 10кл.: Учебник для общеобразоват. Учреждений / В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский. – Москва: Дрофа, 2015. [Электронный ресурс] Режим доступа – <https://lecta.rosuchebnik.ru/book/latchuk-osnovy-bezopasnosti-zhiznedeyatelности-10-klass>
2. Основы безопасности жизнедеятельности. 11кл.: Учебник для общеобразоват. Учреждений / В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский. – Москва: Дрофа, 2015. [Электронный ресурс] Режим доступа – <https://lecta.rosuchebnik.ru/book/latchuk-osnovy-bezopasnosti-zhiznedeyatelности-11-klass>

Дополнительная литература

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студ. Сред. Б40 учеб. заведений / Э.А. Арустамов, Н.В. Косолапов, Н.А. Прокопенко, Г.В. Гуськов – Москва: Издательский центр «Академия», 2013.-320 с.
2. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / Ю.Г. Сапронов. – 3-е изд., стер. – Москва: Издательский центр «Академия», 2014. – 336 с.
3. Основы безопасности жизнедеятельности. 10кл.: О-75 Учебник для общеобразоват. Учреждений / В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский. – 5-е изд., стереотип. – Москва: Дрофа, 2004. – 288с.
4. Основы безопасности жизнедеятельности. 11кл.: О-75 Учебник для общеобразоват. Учреждений / В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский. – 5-е изд., стереотип. – Москва: Дрофа, 2004. – 320с.
5. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебное пособие для учащихся учреждений начального профессионального образования / Е.И.Тупикин, В.А.Евтеев. – Вологда: Издательский центр ВИРО. 2007. 312с.

Интернет-ресурсы

1. www.mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ). www.mvd.ru (сайт МВД РФ). www.mil.ru (сайт Минобороны). www.fsb.ru (сайт ФСБ РФ).
2. www.dic.academic.ru (Академик. Словари и энциклопедии). www.booksgid.com (BookA Gid. Электронная библиотека).

3. www.globalteka.ru/index.html (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов). www.window.edu.ru (Единое окно доступа к образовательным ресурсам). www.iprbookshop.ru (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
4. www.school.edu.ru/default.asp (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).
5. www.ru/book (Электронная библиотечная система).
6. www.pobediteli.ru (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»). www.monino.ru (Музей Военно-Воздушных Сил).
7. www.simvolika.rsl.ru (Государственные символы России. История и реальность). www.militera.lib.ru (Военная литература).

