


Министерство образования и науки Республики Коми  
Государственное профессиональное образовательное учреждение  
«Сосногорский технологический техникум»

Утверждаю  
Директор ГПОУ «СТТ»  
  
Ушакова И.В.  
« 31 » августа 20 23 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП.04. БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

адаптированной основной образовательной программы  
профессионального обучения для лиц  
с ограниченными возможностями здоровья  
(нарушениями интеллектуального развития) по профессии

18511 Слесарь по ремонту автомобилей

Форма обучения: очная  
Срок обучения: 10 месяцев

Сосногорск, 2023 г.

**Рабочая программа адаптационной дисциплины  
ОП.04. Безопасность жизнедеятельности  
адаптированной основной образовательной программы профессионального  
обучения для лиц с ограниченными возможностями здоровья  
(нарушениями интеллектуального развития) по профессии  
18511 Слесарь по ремонту автомобилей**

**Организация-разработчик:**

Государственное профессиональное образовательное учреждение  
«Сосногорский технологический техникум».

**Разработчики:**

**Терёшина Анна Сергеевна**, преподаватель дисциплин профессионального цикла, высшей квалификационной категории.

**Вокуев Александр Анатольевич**, преподаватель – организатор ОБЖ.

**Аннотация**

Рабочая программа адаптационной дисциплины ОП.04. Безопасность жизнедеятельности разработана на основе требований:

- Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273 (с изм.) – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 23.01.17 Мастер по ремонту и обслуживанию автомобилей, утвержденного Приказом Министерства образования и науки РФ от 09.12.2016 г. № 1581 (ред. от 01.09.2022 г.).

Рабочая программа рассмотрена на заседании методической комиссии профессионального цикла ГПОУ «Сосногорского технологического техникума». Протокол № 1 от 31 августа 2023 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

|  |           |
|--|-----------|
| <b>1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.04. БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ...</b> | <b>4</b>  |
| 1.1 Область применения программы.....  | 4         |
| 1.2 Место дисциплины в структуре основной образовательной программы.....                             | 4         |
| 1.3 Цели и планируемые результаты освоения учебной дисциплины .....                                  | 4         |
| <b>2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.</b>  | <b>7</b>  |
| 2.1 Объем адаптационной дисциплины и виды учебной работы.....  | 7         |
| 2.2 Тематический план и содержание адаптационной дисциплины.....                                     | 8         |
| <b>3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>                          | <b>13</b> |
| 3.1 Материально-техническое обеспечение.....   | 13        |
| 3.2 Информационное обеспечение обучения.....   | 14        |
| <b>4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>                       | <b>17</b> |

# **1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.04. БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

## **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа адаптационной дисциплины является частью адаптированной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессиональному обучению лиц с ограниченными возможностями здоровья (нарушениями интеллектуального развития) по профессии 18511 Слесарь по ремонту автомобилей.

## **1.2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы**

Учебная дисциплина ОП.04. Безопасность жизнедеятельности входит в общепрофессиональный цикл.

## **1.3. Цели и планируемые результаты освоения дисциплины**

Цель дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» – вооружить будущих выпускников учреждений СПО теоретическими знаниями и практическими навыками, необходимыми для:

- разработки и реализации мер защиты человека и среды обитания от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- прогнозирования развития и оценки последствий чрезвычайных ситуаций;
- принятия решений по защите населения и территорий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и применения современных средств поражения, а также принятия мер по ликвидации их воздействий;
- выполнения конституционного долга и обязанности по защите Отечества в рядах Вооружённых Сил Российской Федерации;
- своевременного оказания доврачебной помощи.

Воспитание и социализация обучающихся при освоении рабочей программы учебной дисциплины осуществляется с помощью включаемых в образовательную программу рабочей программы воспитания и календарного плана воспитательной работы через привлечение обучающихся к конкурсным мероприятиям разного уровня, предметным олимпиадам, декадам, конкурсам профессионально мастерства, всероссийским тематическим урокам и через обеспечение достижения обучающимися личностных результатов: готовность к саморазвитию; мотивация к познанию и обучению; ценностные установки и социально-значимые качества личности; активное участие в социально-значимой деятельности, отраженных в рабочей программе воспитания.

Учебная дисциплина ОП.04. Безопасность жизнедеятельности способствует формированию следующих профессиональных и общих компетенций.

| Код ОК, ПК  | Умение   | Знание   |
|---|--|--|
| ПК 1.1.<br>ПК 2.1.<br>ПК 3.1.   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и в быту;</li> <li>– применять первичные средства пожаротушения;</li> <li>– оказывать первую помощь пострадавшим.</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и в быту, принципы снижения вероятности их реализации;</li> <li>– меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;</li> <li>– порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</li> </ul>  |
| ОК 06.<br>Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения | <ul style="list-style-type: none"> <li>– описывать значимость своей профессии;</li> <li>– применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией;</li> <li>– владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;</li> <li>– оказывать первую помощь пострадавшим.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей;</li> <li>– значимость профессиональной деятельности по профессии;</li> <li>– основы военной службы и обороны государства;</li> <li>– область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;</li> <li>– организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке;</li> <li>– основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учётные специальности, родственные профессиям СПО;</li> </ul> |

|   |   |  |
|---|---|--|
|   |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</li> </ul>   |
| <p>ОК 07.<br/>Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– соблюдать нормы экологической безопасности;</li> <li>– определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по профессии;</li> <li>– организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;</li> <li>– предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и в быту;</li> <li>– использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;</li> <li>– применять первичные средства пожаротушения;</li> <li>– оказывать первую помощь пострадавшим</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности;</li> <li>– основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности;</li> <li>– пути обеспечения ресурсосбережения;</li> <li>– принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьёзной угрозе национальной безопасности России;</li> <li>– основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и в быту;</li> <li>– принципы снижения вероятности их реализации;</li> <li>– задачи и основные мероприятия гражданской обороны;</li> <li>– способы защиты населения от оружия массового поражения;</li> <li>– меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;</li> <li>– порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</li> </ul> |

## 2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем адаптационной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы  | Объем часов |
|---|-------------|
| Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем       | 32          |
| Объем образовательной программы                                     | 32          |
| в том числе:  |             |
| <i>практические занятия:</i>  | 16          |
| Внеаудиторная (самостоятельная) учебная работа обучающегося (всего) | 0           |
| <i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета.</i> | 2           |

## 2.2. Тематический план и содержание адаптационной дисциплины

| Наименование разделов и тем  | Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся   | Объем часов      | Уровень освоения |
|--|--|------------------|------------------|
| <b>Введение</b>  | Основные цели и задачи учебной дисциплины Безопасность жизнедеятельности (БЖД). Основные термины и определения: среда обитания, природные и техногенные факторы. Роль дисциплины в процессе освоения основной профессиональной деятельности.   | 1                | 2                |
| <b>Раздел 1. Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики в условиях чрезвычайных ситуаций</b>   |  | 1                |                  |
| <b>Тема 1.1.</b><br>Устойчивость объектов экономики в условиях чрезвычайных ситуаций   | <b>Содержание учебного материала</b><br>Понятие устойчивости функционирования объектов непродуцированной сферы Факторы, влияющие на устойчивость объектов. Организация мероприятий по выявлению слабых мест во всех системах и звеньях и их устранению, повышению устойчивости функционирования объекта экономики и подготовке его к работе в ЧС. Оценка устойчивости объектов экономики (ОЭ) к воздействию поражающих факторов в различных ЧС. Мероприятия по повышению устойчивости ОЭ.  | 1                | 2                |
| <b>Раздел 2. Потенциальные опасности и их последствия в профессиональной деятельности</b>  |  | 2                |                  |
| <b>Тема 2.1.</b><br>Основные виды потенциальных опасностей в профессиональной деятельности и быту. Принципы снижения вероятности реализации опасностей | <b>Содержание учебного материала</b><br>Понятия потенциальной опасности и вредности факторов, воздействующих на человека в процессе профессиональной деятельности и быта. Деление на группы по природе действия опасных и вредных факторов (физические, химические, биологические и психофизиологические) и подгруппы. Признаки опасности событий. Источники формирования опасности. Существенные параметры среды обитания человека, имеющие значение для его нормальной и безопасной жизнедеятельности. Понятия острой и хронической опасности.<br><b>Практическое занятие</b><br>Мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций. | -<br>-<br>2<br>2 | 2<br>3           |



|  |  |           |   |
|--|--|-----------|---|
| <b>Раздел 3.<br/>Государственная<br/>система обеспечения<br/>безопасности населения</b>  |  | <b>14</b> |   |
| <b>Тема 3.1.</b><br>Чрезвычайные ситуации<br>мирного и военного<br>времени защита от них   | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>1</b>  | 2 |
|  | Понятия и классификация чрезвычайных ситуаций. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. | 1         |   |
|  | <b>Практические занятия</b>  | <b>4</b>  | 3 |
|  | Отработка моделей поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.   | 2         |   |
| Отработка моделей поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.   | 2  |           |   |
| <b>Тема 3.2.</b><br>Терроризм и меры по его<br>предупреждению  | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>1</b>  | 2 |
| Понятие «терроризм». История терроризма. Характеристика современного терроризма. Принципы борьбы против терроризма. Меры по предотвращению террористического акта. Действия при захвате в заложники.   | 1  |           |   |
| <b>Тема 3.3.</b><br>Единая государственная<br>система предупреждения<br>или ликвидации<br>чрезвычайных ситуаций<br>(РСЧС)  | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>1</b>  | 2 |
| Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.   | 1  |           |   |
| <b>Тема 3.4.</b><br>Государственные службы<br>по охране здоровья и<br>безопасности граждан   | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>1</b>  | 2 |
| МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени. | 1  |           |   |
| <b>Тема 3.5.</b><br>Гражданская оборона  | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>1</b>  | 2 |
| Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.   | 1  |           |   |
| <b>Тема 3.6.</b>   | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>1</b>  | 2 |

|   |   |          |   |
|---|---|----------|---|
| Современные средства поражения и их поражающие факторы  | Характеристика оружия массового поражения: ядерное, химическое, биологическое и его защита при радиоактивном загрязнении. Защита при химическом загрязнении. Защита при биологическом поражении. Правила поведения. Обеспечение населения и формирований средствами индивидуальной защиты. Укрытие населения в защитных сооружениях. Средства защиты органов дыхания. Средства защиты кожи.   | 1        |   |
| <b>Практическое занятие</b>   |   | <b>1</b> |   |
| Средства индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.  |   | 1        | 3 |
| <b>Тема 3.7.</b><br>Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени | <b>Содержание учебного материала</b><br>Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.   | <b>1</b> |   |
| <b>Содержание учебного материала</b>  |   | <b>1</b> |   |
| <b>Тема 3.8.</b><br>Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций                      | Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.  | 1        | 2 |
| <b>Содержание учебного материала</b>  |   | <b>1</b> |   |
| <b>Тема 3.9.</b><br>Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций  | Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация.  | 1        | 2 |
| <b>Содержание учебного материала</b>  |   | <b>1</b> |   |
| <b>Раздел 4.</b><br><b>Основы обороны государства и воинская обязанность</b>  |   | <b>4</b> |   |
| <b>Содержание учебного материала</b>  |   | <b>3</b> |   |
| <b>Тема 4.1.</b><br>Вооруженные силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества  | Национальная безопасность РФ. Основы обороны государства. История и предназначение Вооруженных Сил. Вооружение и боевая техника Российской армии и флота. Боевые традиции и символы воинской службы. Порядок прохождения военной службы. Назначение на воинские должности. Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы воинской деятельности и их предназначение. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. |          |   |

|  |   |           |   |
|--|---|-----------|---|
|  | <p>Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы воинской деятельности и их предназначение. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. Необходимость повышения уровня подготовки молодежи призывного возраста к военной службе. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил РФ. Современное стрелковое вооружение. Бронетанковая техника. Специальное военное снаряжение.</p> | 3         | 2 |
|  | <p><b>Практическое занятие</b></p> <p>Способы бесконфликтного общения и саморегуляция.</p>  | 1         | 3 |
| <b>Раздел 5. Пожарная безопасность</b>         |   | <b>2</b>  |   |
|  | <p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Пожарная безопасность. Классы и подклассы пожаров. Огнетушащие средства (вода в жидком и парообразном состояниях, пены, углекислый газ, песок, химические порошки и эмульсии). Правила поведения в случае пожара. Индивидуальное и коллективное поведение людей при пожарах.</p>   | -         | 2 |
|  | <p><b>Практическое занятие</b></p> <p>Первичные средства пожаротушения.</p>   | 2         | 3 |
| <b>Раздел 6. Основы медицинской подготовки</b> |   | <b>6</b>  |   |
|  | <p><b>Практические занятия</b></p> <p>Основные приемы оказания первой помощи при кровотечениях.</p> <p>Основные приемы оказания первой помощи при различных видах травм.</p> <p>Освоение основных способов искусственного дыхания.</p> <p>Первая помощь при ожогах.</p> <p>Первая помощь пострадавшему от электрического тока.</p>  | 6         | 3 |
|  |   | 2         |   |
|  |   | 1         |   |
|  |   | 1         |   |
|  |   | 1         |   |
|  |   | 1         |   |
| <b>Промежуточная аттестация</b>                | Дифференцированный зачет.   | 2         | 2 |
|  | <b>Всего:</b>   | <b>32</b> |   |

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

## **3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **3.1. Материально-техническое обеспечение**

Для реализации рабочей программы адаптационной дисциплины имеется учебный кабинет «Безопасность жизнедеятельности. Охрана труда».

#### **Оборудование учебного кабинета:**

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-методической документации;
- учебно-наглядные пособия;
- наглядные материалы;
- видеофильмы.

#### **Технические средства обучения (кабинет 22):**

- персональный компьютер, мультимедиапроектор.

#### **Основные Оборудование и дидактические материалы учебного кабинета:**

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-методической документации (учебники и учебные пособия, комплекты тестовых заданий);
- общевойсковой защитный комплект (ОЗК);
- общевойсковой противогаз или противогаз ГП-7;
- изолирующий противогаз в комплекте с регенеративным патроном;
- респиратор Р-2;
- индивидуальный противохимический пакет (ИПП-8, 9, 10, 11);
- ватно-марлевая повязка;
- противопыльная тканевая маска;
- медицинская сумка в комплекте;
- носилки санитарные;
- аптечка индивидуальная (АИ-2);
- бинты марлевые;
- бинты эластичные;
- жгуты кровоостанавливающие резиновые;
- индивидуальные перевязочные пакеты;
- косынки перевязочные;
- ножницы для перевязочного материала прямые;
- шприц-тюбики одноразового пользования (без наполнителя);
- шинный материал (металлические, Дитерихса);

- огнетушители порошковые (учебные);
- огнетушители пенные (учебные);
- огнетушители углекислотные (учебные)
- комплект плакатов по Гражданской обороне;
- комплект плакатов по Основам военной службы;
- войсковой прибор химической разведки (ВПХР);
- рентгенметр ДП-5В.

### **Технические средства обучения (каб. 22):**

- интерактивная доска;
- персональный компьютер;
- ноутбуки;
- мультимедиапроектор.

## **3.2. Информационное обеспечение обучения**

### **Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.**

#### **Основные источники:**

1. Бондин, В.И. Безопасность жизнедеятельности: Учеб. пособие - М.: ИНФРА-М, Академцентр, 2013. - 349 с.
2. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности [Текст]: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. - М. : Издательский центр «Академия», 2016. – 368 с.
3. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс [Текст]: Учеб. для общеобразов. учреждений / В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский. – 2-е изд., стереотип. - М. : Дрофа, 2001 – 320 с.;ил.
4. Смирнов А.Т., Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс [Текст]: учеб. для общеобразов. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под общ. ред. А.Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». – 2-е изд. - М. : Просвещение, 2010 – 304 стр.

#### **Дополнительные источники:**

1. Айзман, Р.И. Основы безопасности жизнедеятельности [Текст]: Учебное пособие / Р. И. Айзман, Н. С. Шуленина, В.М. Ширшова. Новосибирск: Сиб. унив. из-во, 2009. – 247 с.
2. Безопасность жизнедеятельности [Текст]: Учебник для студентов средних профессиональных учебных заведений/С.В.Белов, В.А. Девисилов, А.Ф. Козьяков и др.; Под общ. ред. С.В.Белова. – 3-е изд.. испр. и доп.- М.: Высш.шк., 2003.- 357 с.: ил.
3. Безопасность и охрана труда: Учебное пособие для вузов/ Н.Е. Гарнагина, Н.Г.

- Занько, Н.Ю. Золотарева и др.; Под ред. О.Н. Русака. - СПб: Изд-во МАНЭБ, 2001.- 279 с.: ил.
4. Косолапова Н.В., Безопасность жизнедеятельности [Текст]: учеб. для учреждений нач. проф. образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко, Е.Л. Побежимова. – М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 288 с.
  5. Косолапова Н.В., Безопасность жизнедеятельности. Практикум [Текст]: учеб. Пособие для учреждений нач. проф. образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко, Е.Л. Побежимова. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 144 с.
  6. Косолапова Н.В., Безопасность жизнедеятельности [Текст]: учебник / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. 3-е изд., стер. – М.: КНОРУС, 2012. – 192 с.
  7. Латчук, В.Н., Рабочая тетрадь по основам безопасности жизнедеятельности для 10 класса: к любому учебнику по основам безопасности жизнедеятельности для 10 класса / В.Н. Латчук, С.К. Миронов, Т.А. Карташёва. М.: Издательство «Экзамен», 2012. – 79 с.
  8. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: Учебник. - М.: КНОРУС, 2010. - 288 с.
  9. Смирнов А.Т. и др., Основы военной службы [Текст]: Учеб. Пособие для студентов учреждений сред. проф. образования / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В. А. Васнев; Под общей ред. А.Т. Смирнова. - М. : Издательский центр «Академия»: Мастерство: Высшая школа, 2000. – 240 с.
  10. Ястребов Г. С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф : учеб. пособие / Г. С. Ястребов; под ред. Б. В. Кабарухина. – Изд.7-е – Ростов н/Д: Феникс, 2012. – 397 с.
  11. Ястребов Г. С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф : учеб. пособие / Г. С. Ястребов; под ред. Б. В. Кабарухина. – Изд. 2-е, испр. И доп. – Ростов н/Д: Феникс, 2020. – 415 с. : ил.

### **Нормативно-правовые документы:**

1. Конституция Российской Федерации
2. Конституция Республики Коми
3. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. – М.; Воениздат, 1994.
4. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. - 1998. - № 13. - Ст. 1475.
5. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. -1994. - № 35. - Ст. 3648.
6. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. - 1997. - № 30. - Ст. 3588.
7. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. - 2002. - № 30. - Ст. 3030.

8. Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).

**Интернет-ресурсы:**

1. Справочная система «Консультант-плюс». Форма доступа <http://www.cons-plus.ru>
2. [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) – сайт МЧС РФ
3. [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) – сайт МВД РФ
4. [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) – сайт ФСБ РФ



## 4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ АДАПТАЦИОННОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения адаптационной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

| Результаты обучения<br>(освоенные умения, усвоенные знания)   | Основные показатели оценки результата  |
|---|--|
| 1   | 2  |
| <b>Уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и в быту;</li> <li>– применять первичные средства пожаротушения;</li> <li>– оказывать первую помощь пострадавшим.</li> </ul>   | Оценка выполнения практических занятий<br>(защита)   |
| <b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и в быту, принципы снижения вероятности их реализации;</li> <li>– меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;</li> <li>– порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</li> </ul> | Оценка знаний и умений, в ходе учебных занятий<br>Оценка выполнения практических занятий<br>Устный опрос |

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица).

| Процент<br>результативности<br>(правильных ответов) | Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений |                     |
|---|---|---------------------|
|   | балл (отметка)  | вербальный аналог   |
| 85 ÷ 100  | 5   | отлично             |
| 75 ÷ 84   | 4   | хорошо              |
| 60 ÷ 74   | 3   | удовлетворительно   |
| менее 60  | 2   | неудовлетворительно |

На этапе текущего контроля по медиане качественных оценок индивидуальных образовательных достижений определяется интегральная оценка освоенных обучающимися профессиональных и общих компетенций как результатов освоения учебной дисциплины.