



**Автономная некоммерческая
профессиональная образовательная организация
«Региональный экономико-правовой колледж»
(АНПОО «РЭПК»)**



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОУП.13 Основы безопасности и защиты родины
(шифр и наименование дисциплины)

09.02.11 Разработка и управление программным обеспечением
(код и наименование специальности)

Квалификация выпускника Программист
(наименование квалификации)

Уровень базового образования обучающихся Основное общее образование
(основное/среднее общее образование)

Вид подготовки Базовый
(базовый / углубленный)

Форма обучения Очная, заочная
(очная, заочная)

Год начала подготовки 2026

Рабочая программа дисциплины одобрена на заседании кафедры общих дисциплин среднего профессионального образования.

Протокол от 05.11.2025 №3.

Заведующий кафедрой



(подпись)

Л.М. Пантелеев

(инициалы, фамилия)

Разработчики



(подпись)

Преподаватель

Л.М. Уразова

(инициалы, фамилия)

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУП.13 Основы безопасности жизнедеятельности и защиты Родины

(индекс, наименование дисциплины)

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа дисциплины разработана на основе письма Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Рекомендации по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учётом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 01.03.2023 № 05-592)

Рабочая программа соответствует требованиям к предметным результатам освоения данной предметной области, установленным Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 12 августа 2022 года № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413» зарегистрирован Минюстом России 12 сентября 2022 года, регистрационный номер 70034).

1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Учебная дисциплина «ОУП.13 Основы безопасности и защиты Родины» относится к предметной области «Основы безопасности и защиты Родины» ФГОС СОО (п. 9.7) – базовый уровень – и к блоку обязательных общеобразовательных дисциплины общеобразовательной подготовки в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования при подготовке специалистов среднего звена по специальности 09.02.11 Разработка и управление программным обеспечением.

1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

Содержание дисциплины «ОУП.13 Основы безопасности и защиты Родины» направлено на достижение следующих целей:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы – совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного

отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;

- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь (У):

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (У1);
- владеть навыками в области гражданской обороны (У2);
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты (У3);
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе (У4);
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни (У5) для:
 - ведения здорового образа жизни;
 - оказания первой медицинской помощи;
 - развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
 - обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи;
 - соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
 - адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
 - прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
 - понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать (З):

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него (З1);
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания (З2);
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций (З3);
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан (З4);
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации (З5);
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу; основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе (З6);
- основные виды военно-профессиональной деятельности;

особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы (37);

- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника (38);

- предназначение, структуру и задачи РСЧС (39);

- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны (310);

- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств) (311).

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы для очной формы обучения

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	78
Обязательные аудиторные учебные занятия (всего)	78
в том числе:	
<i>лекции</i>	16
<i>практические занятия (включая промежуточную аттестацию)</i>	62
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	0
в том числе:	
<i>повторение и закрепление ранее изученного материала с использованием конспекта лекции, рекомендованных источников и литературы, подготовка к практическим занятиям</i>	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета по итогам второго семестра изучения дисциплины	

2.2 Объем дисциплины и виды учебной работы для заочной формы обучения

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	78
Обязательные аудиторные учебные занятия (всего)	10
в том числе:	
<i>лекции</i>	0
<i>практические занятия (включая промежуточную аттестацию)</i>	10
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	68
в том числе:	
<i>повторение и закрепление ранее изученного материала с использованием конспекта лекции, рекомендованных источников и литературы, подготовка к практическим занятиям</i>	
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета по итогам второго семестра изучения дисциплины	

2.3. Тематический план и содержание дисциплины для очной формы обучения

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Знания и умения, формированию которых способствует элемент программы
Тема 1. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе	Содержание учебного материала:	10	31, 32, У5
	Лекции 1. Современные представления о культуре безопасности 2. Влияние поведения на безопасность. Риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности на уровне личности, общества, государства.	4	
	Практические занятия к лекции 1: 1. Понятие «культура безопасности», его значение в жизни человека, общества, государства. 2. Соотношение понятий «опасность», «безопасность», «риск» (угроза). 3. Соотношение понятий «опасная ситуация», «экстремальная ситуация», «чрезвычайная ситуация». 4. Представление об уровнях взаимодействия человека и окружающей среды. 5. Общие принципы (правила) безопасного поведения. 6. Индивидуальный, групповой, общественно-государственный уровень решения задачи обеспечения безопасности.	4	
	Практические занятия к лекции 2: 1. Понятия «виктимность», «виктимное поведение», «безопасное поведение». 2. Влияние действий и поступков человека на его безопасность и благополучие. Действия, позволяющие предвидеть опасность. 3. Действия, позволяющие избежать опасности. 4. Действия в экстремальной и опасной ситуации. 5. Риск-ориентированное мышление как основа обеспечения безопасности. 6. Риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности личности, общества, государства	4	
Тема 2. Безопасность в быту	Содержание учебного материала:	12	31, 32, У1 У5
	Лекции 1. Источники опасности в быту. Профилактика и первая помощь при отравлениях 2. Безопасность в быту. Предупреждение травм и первая помощь при них. Пожарная безопасность в быту 3. Безопасное поведение в местах общего пользования	6	
	Практические занятия к лекции 1:	4	

	1. Источники опасности в быту, их классификация. Общие правила безопасного поведения. 2. Защита прав потребителя. Правила безопасного поведения при осуществлении покупок в Интернете. 3. Причины и профилактика бытовых отравлений. Первая помощь, порядок действий в экстренных случаях. Практические занятия к лекции 2: 1. Предупреждение бытовых травм. Правила безопасного поведения в ситуациях, связанных с опасностью получить травму (спортивные занятия, использование различных инструментов, стремянок, лестниц и др.). Первая помощь при ушибах, переломах, кровотечениях. 2. Основные правила безопасного поведения при обращении с газовыми и электрическими приборами. Последствия электротравмы. Порядок проведения сердечно-легочной реанимации. 3. Основные правила пожарной безопасности в быту. 4. Термические и химические ожоги. Первая помощь при ожогах. Практические занятия к лекции 3: 1. Правила безопасного поведения в местах общего пользования (подъезд; лифт; мусоропровод; придомовая территория; детская площадка; площадка для выгула собак и др.). Коммуникация с соседями. Меры по предупреждению преступлений. 2. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Правила безопасного поведения в ситуации коммунальной аварии. Порядок вызова аварийных служб и взаимодействия с ними. Действия в экстренных случаях.		
Тема 3. Безопасность на транспорте	Содержание учебного материала:	12	34, 35, У2, У3, У5
	Лекции		
	1. Безопасность дорожного движения 2. Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях 3. Безопасное поведение на разных видах транспорта	6	
	Практические занятия по лекции 1: 1. История появления правил дорожного движения и причины их изменчивости. Риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности на транспорте. 2. Безопасность пешехода в разных условиях (движение по обочине; движение в тёмное время суток; движение с использованием средств индивидуальной мобильности). 3. Взаимосвязь безопасности водителя и пассажира. Правила безопасного поведения при поездке в легковом автомобиле, автобусе. Ответственность водителя. Ответственность пассажира. 4. Представления о знаниях и навыках, необходимых водителю. Практические занятия по лекции 2: 1. Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях разного характера (при отсутствии пострадавших; с одним или несколькими пострадавшими; при опасности возгорания; с большим количеством участников). Практические занятия по лекции 3:	4	

	1. Основные источники опасности в метро. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации. 2. Основные источники опасности на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации. 3. Основные источники опасности на водном транспорте. Правила безопасного поведения. 4. Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации. 5. Основные источники опасности на авиационном транспорте. 6. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации.		
	Итого за 1 семестр	34	
Тема 4. Безопасность в общественных местах	Практические занятия: 1. Общественные места и их классификация. Основные источники опасности в общественных местах закрытого и открытого типа. Общие правила безопасного поведения. 2. Опасности в общественных местах социально-психологического характера (возникновение толпы и давки; проявление агрессии; криминальные ситуации; случаи, когда потерялся человек). 3. Порядок действий при риске возникновения или возникновении толпы, давки. 4. Эмоциональное заражение в толпе, способы самопомощи. Особенности поведения при попадании в агрессивную и паническую толпу	5	36-311, У4, У5
Тема 5. Безопасность в природной среде	Практические занятия: 1. Отдых на природе. Источники опасности в природной среде. 2. Основные правила безопасного поведения в лесу, в горах, на водоёмах. 3. Общие правила безопасности в походе. Особенности обеспечения безопасности в водном походе. Особенности обеспечения безопасности в горном походе. 4. Ориентирование на местности. Карты, традиционные и современные средства навигации (компас, GPS). Практические занятия по лекции: 1. Источники опасности в автономных условиях. Сооружение убежища; получение воды и питания; способы защиты от перегрева и переохлаждения в разных природных условиях. Первая помощь при перегревании, переохлаждении и отморожении Практические занятия по лекции 3: 1. Чрезвычайные ситуации природного характера. Общие правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера (предвидеть; избежать опасности; действовать: прекратить или минимизировать воздействие опасных факторов; дожидаться помощи). 2. Природные пожары. Возможности прогнозирования и предупреждения. Правила безопасного поведения. Последствия природных пожаров для людей и окружающей среды.	5	31, У5

	3. Чрезвычайные ситуации геологического характера. Возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий. Правила безопасного поведения. Последствия чрезвычайных ситуаций геологического характера.		
Тема 6. Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний	Практические занятия: 1. Неинфекционные заболевания. Самые распространённые неинфекционные заболевания. Факторы риска возникновения сердечно-сосудистых заболеваний. Факторы риска возникновения онкологических заболеваний. Факторы риска возникновения заболеваний дыхательной системы. Факторы риска возникновения эндокринных заболеваний. Меры профилактики неинфекционных заболеваний. Роль диспансеризации в профилактике неинфекционных заболеваний. 2. Признаки угрожающих жизни и здоровью состояний, требующие вызова скорой медицинской помощи (инсульт). 3. Основные направления сохранения и укрепления психического здоровья (раннее выявление психических расстройств; минимизация влияния хронического стресса: оптимизация условий жизни, работы, учебы; профилактика злоупотребления алкоголем и употребления наркотических средств; помощь людям, перенесшим психотравмирующую ситуацию). 4. Меры, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья.	5	У5, 31
Тема 7. Безопасность в социуме	Практические занятия: 1. Понятие «конфликт». Стадии развития конфликта. Конфликты в межличностном общении; конфликты в малой группе. 2. Факторы, способствующие и препятствующие эскалации конфликта. Способы поведения в конфликте. Деструктивное и агрессивное поведение. Конструктивное поведение в конфликте. Роль регуляции эмоций при разрешении конфликта, виды эмоциональной регуляции. Способы разрешения конфликтных ситуаций. Основные формы участия третьей стороны в процессе урегулирования и разрешения конфликта. Ведение переговоров при разрешении конфликта. 3. Опасные проявления конфликтов. Конфликт, буллинг, насилие. Понятие «виктимность».	5	У3, 32
Тема 8. Безопасность в информационном пространстве	Практические занятия: 1. Безопасность в цифровой среде 2. Опасности, связанные с использованием программного обеспечения 3. Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде 4. Достоверность информации в цифровой среде 5. Защита прав в цифровом пространстве	6	У5
Тема 9. Основы противодействия экстремизму и терроризму	Практические занятия: 1. Поведенческие риски в цифровой среде и их причины. 2. Опасные персоны, имитация близких социальных отношений. Неосмотрительное поведение и	6	У2, У3, У5, 33, 310

	коммуникация в Сети как угроза для будущей жизни и карьеры. Травля в Сети, методы защиты от травли. 3. Деструктивные сообщества и деструктивный контент в цифровой среде, их признаки. 4. Механизмы вовлечения в деструктивные сообщества. Вербовка, манипуляция, воронки вовлечения. 4. Радикализация деструктива. Профилактика и противодействие вовлечению в деструктивные сообщества. 5. Правила коммуникации в цифровой среде.		
Тема 10. Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения	Практические занятия: 1. Россия в современном мире. Оборона страны как обязательное условие мирного социально-экономического развития Российской Федерации и обеспечение её военной безопасности. 2. Роль Вооружённых сил Российской Федерации и других войск, воинских формирований и органов, повышения мобилизационной готовности Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности. 3. Федерация в обеспечении национальной безопасности. 4. Современная армия. Воинская обязанность и военная служба. Подготовка к службе в армии. 5. Права и обязанности граждан Российской Федерации в области гражданской обороны. Практические занятия: 1. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабам и причинам возникновения. 2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Территориальный и функциональный принцип организации РСЧС. Её задачи и примеры их решения. Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Практические занятия: 1. Правовая основа обеспечения национальной безопасности. 2. Принципы обеспечения национальной безопасности. 3. Реализация национальных приоритетов как условие обеспечения национальной безопасности и устойчивого развития Российской Федерации. 4. Взаимодействие личности, государства и общества в реализации национальных приоритетов.	6	У3, У5, 31
Тема 11. Основы военной подготовки. Особенности прохождения службы по призыву, контракту, освоение военно-учетных специальностей, организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных сил	Практические занятия: 1. Строевая подготовка и воинское приветствие. Строи и управление ими. Одиночная строевая подготовка, строевые приемы без оружия 2. Тактическая подготовка. Отработка тактических навыков по тактической подготовке. 3. Правила безопасного обращения с оружием. Порядок и меры безопасности во время стрельб и тренировок. Назначение и тактико-технические характеристики современных видов стрелкового оружия. 4. Робототехнические комплексы. Тактико-технические характеристики и общее устройство беспилотных летательных аппаратов. Радиосвязь Тактико-технические	6	У4, 35, 36, 37, 38

	характеристики и общее устройство переносных радиостанций		
Промежуточная аттестация			
По итогам второго семестра изучения дисциплины: дифференцированный зачет			
Итого за 2 семестр	44		
Всего	78		

2.4. Тематический план и содержание дисциплины для заочной формы обучения

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Знания и умения, формированию которых способствует элемент программы
Тема 1. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе	Практические занятия: 1. Понятие «культура безопасности», его значение в жизни человека, общества, государства. 2. Соотношение понятий «опасность», «безопасность», «риск» (угроза). 3. Соотношение понятий «опасная ситуация», «экстремальная ситуация», «чрезвычайная ситуация». 4. Представление об уровнях взаимодействия человека и окружающей среды. 5. Общие принципы (правила) безопасного поведения. 6. Индивидуальный, групповой, общественно-государственный уровень решения задачи обеспечения безопасности. 7. Понятия «виктимность», «виктимное поведение», «безопасное поведение». 8. Влияние действий и поступков человека на его безопасность и благополучие. Действия, позволяющие предвидеть опасность. 9. Действия, позволяющие избежать опасности. 10. Действия в экстремальной и опасной ситуации. 11. Риск-ориентированное мышление как основа обеспечения безопасности. 12. Риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности личности, общества, государства	7	31, 32, У5

Тема 2. Безопасность в быту	Практические занятия:	7	31, 32, У1 У5
	1. Источники опасности в быту, их классификация. Общие правила безопасного поведения. 2. Защита прав потребителя. Правила безопасного поведения при осуществлении покупок в Интернете. 3. Причины и профилактика бытовых отравлений. Первая помощь, порядок действий в экстренных случаях. 4. Предупреждение бытовых травм. Правила безопасного поведения в ситуациях, связанных с опасностью получить травму (спортивные занятия, использование различных инструментов, стремянок, лестниц и др.). Первая помощь при ушибах, переломах, кровотечениях. 5. Основные правила безопасного поведения при обращении с газовыми и электрическими приборами. Последствия электротравмы. Порядок проведения сердечно-легочной реанимации. 6. Основные правила пожарной безопасности в быту. 7. Термические и химические ожоги. Первая помощь при ожогах. 8. Правила безопасного поведения в местах общего пользования (подъезд; лифт; мусоропровод; придомовая территория; детская площадка; площадка для выгула собак и др.). Коммуникация с соседями. Меры по предупреждению преступлений. 9. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Правила безопасного поведения в ситуации коммунальной аварии. Порядок вызова аварийных служб и взаимодействия с ними. 10. Действия в экстренных случаях.		
Тема 3. Безопасность на транспорте	Практические занятия: 1 История появления правил дорожного движения и причины их изменчивости. Риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности на транспорте. Безопасность пешехода в разных условиях (движение по обочине; движение в тёмное время суток; движение с использованием средств индивидуальной мобильности). 2 Взаимосвязь безопасности водителя и пассажира. Правила безопасного поведения при поездке в легковом автомобиле, автобусе. Ответственность водителя. Ответственность пассажира. Представления о знаниях и навыках, необходимых водителю. 3 Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях разного характера (при отсутствии пострадавших; с одним или несколькими пострадавшими; при опасности возгорания; с большим количеством участников).	7	34, 35, У2, У3, У5

	4 Основные источники опасности в метро. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации. 5 Основные источники опасности на водном транспорте. Правила безопасного поведения. 6 Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации. 7 Основные источники опасности на авиационном транспорте. 8 Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации.		
Тема 4. Безопасность в общественных местах	Практические занятия: 1 Общественные места и их классификация. Основные источники опасности в общественных местах закрытого и открытого типа. Общие правила безопасного поведения. 2 Опасности в общественных местах социально-психологического характера (возникновение толпы и давки; проявление агрессии; криминальные ситуации; случаи, когда потерялся человек). 3 Порядок действий при риске возникновения или возникновении толпы, давки. 4 Эмоциональное заражение в толпе, способы самопомощи. Особенности поведения при попадании в агрессивную и паническую толпу	7	36-311, У4, У5
Тема 5. Безопасность в природной среде	Практические занятия: 1 Отдых на природе. Источники опасности в природной среде. Основные правила безопасного поведения в лесу, в горах, на водоёмах. 2 Общие правила безопасности в походе. Особенности обеспечения безопасности в водном походе. Особенности обеспечения безопасности в горном походе. 3 Ориентирование на местности. Карты, традиционные и современные средства навигации (компас, GPS). 4 Источники опасности в автономных условиях. Сооружение убежища; получение воды и питания; способы защиты от перегрева и переохлаждения в разных природных условиях. Первая помощь при перегревании, переохлаждении и отморожении 5 Чрезвычайные ситуации природного характера. Общие правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера (предвидеть; избежать опасности; действовать: прекратить или минимизировать воздействие опасных факторов; дожидаться помощи). 6 Природные пожары. Возможности прогнозирования и предупреждения. Правила безопасного поведения. Последствия природных пожаров для людей и окружающей среды.	7	31, У5

	7 Чрезвычайные ситуации геологического характера. Возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий. Правила безопасного поведения. Последствия чрезвычайных ситуаций геологического характера.		
Тема 6. Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний	Практические занятия: 1 Неинфекционные заболевания. Самые распространённые неинфекционные заболевания. 2 Факторы риска возникновения сердечно-сосудистых заболеваний. Факторы риска возникновения онкологических заболеваний. 3 Факторы риска возникновения заболеваний дыхательной системы. Факторы риска возникновения эндокринных заболеваний. Меры профилактики неинфекционных заболеваний. Роль диспансеризации в профилактике неинфекционных заболеваний. 4 Признаки угрожающих жизни и здоровью состояний, требующие вызова скорой медицинской помощи (инсульт). 5 Основные направления сохранения и укрепления психического здоровья (раннее выявление психических расстройств; минимизация влияния хронического стресса: оптимизация условий жизни, работы, учебы; профилактика злоупотребления алкоголем и употребления наркотических средств; помощь людям, перенесшим психотравмирующую ситуацию). 6 Меры, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья.	7	У5, 31
Тема 7. Безопасность в социуме	Практические занятия: 1 Понятие «конфликт». Стадии развития конфликта. Конфликты в межличностном общении; конфликты в малой группе. 2 Факторы, способствующие и препятствующие эскалации конфликта. Способы поведения в конфликте. Деструктивное и агрессивное поведение. Конструктивное поведение в конфликте. Роль регуляции эмоций при разрешении конфликта, виды эмоциональной регуляции. Способы разрешения конфликтных ситуаций. Основные формы участия третьей стороны в процессе урегулирования и разрешения конфликта. Ведение переговоров при разрешении конфликта. 3 Опасные проявления конфликтов. Конфликт, буллинг, насилие. Понятие «виктимность».	7	У3, 32
Тема 8. Безопасность в информационном пространстве	Практические занятия: 1 Безопасность в цифровой среде 2 Опасности, связанные с использованием программного обеспечения 3 Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде 4 Достоверность информации в цифровой среде 5 Защита прав в цифровом пространстве	7	У5
Тема 9. Основы противодействия экстремизму и терроризму	Практические занятия: 1 Поведенческие риски в цифровой среде и их причины. 2 Опасные персоны, имитация близких социальных отношений. Неосмотрительное поведение и	7	У2, У3, У5, 33, 310

	коммуникация в Сети как угроза для будущей жизни и карьеры. 3 Травля в Сети, методы защиты от травли. 4 Деструктивные сообщества и деструктивный контент в цифровой среде, их признаки. 5 Механизмы вовлечения в деструктивные сообщества. Вербовка, манипуляция, воронки вовлечения. 6 Радикализация деструктива. Профилактика и противодействие вовлечению в деструктивные сообщества. 7 Правила коммуникации в цифровой среде.		
Тема 10. Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения	Практические занятия: 1 Россия в современном мире. Оборона страны как обязательное условие мирного социально-экономического развития Российской Федерации и обеспечение её военной безопасности. 2 Роль Вооружённых сил Российской Федерации и других войск, воинских формирований и органов, повышения мобилизационной готовности Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности. 3 Современная армия. Воинская обязанность и военная служба. Подготовка к службе в армии. 4 Права и обязанности граждан Российской Федерации в области гражданской обороны. 5 Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабам и причинам возникновения. 6 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Территориальный и функциональный принцип организации РСЧС. Её задачи и примеры их решения. Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций. 7 Правовая основа обеспечения национальной безопасности. 8 Принципы обеспечения национальной безопасности. 9 Реализация национальных приоритетов как условие обеспечения национальной безопасности и устойчивого развития Российской Федерации. 10 Взаимодействие личности, государства и общества в реализации национальных приоритетов.	7	У3, У5, 31
Тема 11. Основы военной подготовки. Особенности прохождения службы по призыву, контракту, освоение военно-учетных специальностей, организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных сил	Практические занятия: 1 Строевая подготовка и воинское приветствие. .Строй и управление ими. Одиночная строевая подготовка, строевые приемы без оружия 2 Тактическая подготовка. Отработка тактических навыков по тактической подготовке. 3 Правила безопасного обращения с оружием. Порядок и меры безопасности во время стрельб и тренировок. Назначение и тактико-технические характеристики современных видов стрелкового оружия. 4 Робототехнические комплексы. Тактико-технические характеристики и общее устройство беспилотных летательных аппаратов. Радиосвязь Тактико-технические	8	У4, 35, 36, 37, 38

	характеристики и общее устройство переносных радиостанций		
Промежуточная аттестация			
Итого за курс	78		
Всего	78		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины «ОУП.13 Основы безопасности и защиты Родины» предполагает наличие в профессиональной образовательной организации, реализующей образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, учебного кабинета, в котором имеется возможность обеспечить свободный доступ в Интернет во время учебного занятия и в период внеучебной деятельности обучающихся.

Помещение кабинета должно удовлетворять требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2 № 178-02) и быть оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.

В кабинете должно быть мультимедийное оборудование, посредством которого участники образовательного процесса могут просматривать визуальную информацию, создавать презентации, видеоматериалы, иные документы.

В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы дисциплины «ОУП.13 Основы безопасности и защиты Родины» входят:

- многофункциональный комплекс преподавателя;
- наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов, портретов выдающихся ученых в области обеспечения безопасной жизнедеятельности населения и др.);
- информационно-коммуникативные средства;
- экранно-звуковые пособия;
- тренажеры для отработки навыков оказания сердечно-легочной и мозговой реанимации с индикацией правильности выполнения действий на экране компьютера и пульте контроля управления – роботы-тренажеры типа «Гоша» и др.;
- тренажер для отработки действий при оказании помощи в воде;
- имитаторы ранений и поражений;
- образцы аварийно-спасательных инструментов и оборудования (АСИО), средств индивидуальной защиты (СИЗ): противогаз ГП-7, респиратор Р-2, защитный костюм Л-1, общевойсковой защитный костюм, общевойсковой прибор химической разведки, компас-азимут; дозиметр бытовой (индикатор радиоактивности);
- учебно-методический комплект «Факторы радиационной и химической опасности» для изучения факторов радиационной и химической опасности;

- образцы средств первой медицинской помощи: индивидуальный перевязочный пакет ИПП-1; жгут кровоостанавливающий; аптечка индивидуальная АИ-2; комплект противоожоговый; индивидуальный противохимический пакет ИПП-11; сумка санитарная; носилки плащевые;
- образцы средств пожаротушения (СП);
- макеты: встроенного убежища, быстровозводимого убежища, противорадиационного укрытия, а также макеты местности, зданий и муляжи;
- макет автомата Калашникова;
- электронный стрелковый тренажер;
- обучающие и контролирующие программы по темам дисциплины.

Оборудование кабинета: мебель ученическая; доска; стенды: «Первая медицинская помощь», «Правила поведения при пожаре, правила поведения в ЧС», «Гражданская оборона». Наглядные пособия: демонстрационные плакаты; противогазы ГП -7; общевойсковой защитный комплект; респираторы; сумка санитарная; аптечка индивидуальная «АИ-1»; индивидуальный противохимический пакет (ИПП); индивидуальный перевязочный пакет; жгут кровоостанавливающий эластичный; комплект шин складных.

Технические средства обучения: ноутбук, на котором установлено программное обеспечение MS Office: Word, Excel, Power Point; мультимедийное оборудование (проектор, экран).

3.2. Информационное обеспечение обучения

3.2.1. Основные источники

1 Резчиков, Е. А. Основы безопасности жизнедеятельности: 10—11 классы : учебник для среднего общего образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 636 с. — (Общеобразовательный цикл). — ISBN 978-5-534-17401-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/568402>

3.2.2. Дополнительные источники

Беляков, Г. И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях : учебник для среднего профессионального образования / Г. И. Беляков. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 641 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17728-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/561871>

3.2.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. www.mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ).
2. www.mvd.ru (сайт МВД РФ).
3. www.mil.ru (сайт Минобороны).
4. www.fsb.ru (сайт ФСБ РФ).
5. www.dic.academic.ru (Академик. Словари и энциклопедии).
6. www.booksgid.com (Books Gid. Электронная библиотека).
7. www.globalteka.ru/index.html (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).
8. www.window.edu.ru (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
9. www.iprbookshop.ru (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
10. www.school.edu.ru/default.asp (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).
11. www.ru/book (Электронная библиотечная система).
12. www.pobediteli.ru (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
13. www.monino.ru (Музей Военно-Воздушных Сил).
14. www.simvolika.rsl.ru (Государственные символы России. История и реальность).
15. www.militera.lib.ru (Военная литература).

3.2.4. Перечень программного обеспечения

1. Microsoft Word
2. Microsoft Excel

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Формы и методы контроля результатов обучения

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки
Знание:	
основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него	оценка по итогам работы на семинаре; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания	оценка по итогам работы на семинаре; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций	оценка по итогам работы на семинаре; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан	оценка по итогам работы на семинаре; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации	оценка по итогам работы на семинаре; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу; основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе	оценка по итогам работы на семинаре; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета

основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы	оценка по итогам работы на семинаре; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника	оценка по итогам работы на семинаре; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
предназначение, структуру и задачи РСЧС	оценка по итогам работы на семинаре; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
предназначение, структуру и задачи гражданской обороны	оценка по итогам работы на семинаре; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств)	оценка по итогам работы на семинаре; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
Умение:	
владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	оценка по итогам работы на семинаре; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
владеть навыками в области гражданской обороны	оценка по итогам работы на семинаре; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета

пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты	оценка по итогам работы на семинаре; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе	оценка по итогам работы на семинаре; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета
использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: - ведения здорового образа жизни; - оказания первой медицинской помощи; - развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы; - обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи; - соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств); - адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья; - прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей); - понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.	оценка по итогам работы на семинаре; оценка по результатам выполнения контрольной работы; оценка за домашнюю контрольную работу (для заочной формы обучения); оценка доклада; оценка по итогам дифференцированного зачета

4.2. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания уровня сформированности знаний и умений

4.2.1. Критерии оценивания работы на семинаре

«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
активное участие, обучающийся сам вызывается отвечать, дает четкие, грамотные развернутые ответы на поставленные вопросы, приводит примеры из реальной жизни; полно и обосновано	в целом активное участие, обучающийся дает правильные в целом грамотные ответы, но для уточнения ответа требуются наводящие вопросы; достаточно полно отвечает на	обучающийся правильно излагает только часть материала, затрудняется привести примеры; недостаточно четко и полно отвечает на дополнительные вопросы;	обучающийся дает ответ с существенными ошибками или отказывается ответить на поставленные вопросы; не отвечает на дополнительные вопросы; профессиональной

отвечает на дополнительные вопросы; грамотно использует понятийный аппарат и профессиональную терминологию	дополнительные вопросы при использовании профессиональной терминологии допускает незначительные ошибки	при использовании профессиональной терминологии допускает незначительные ошибки	терминологией не владеет или допускает существенные ошибки при использовании терминов
--	--	---	---

4.2.2. Критерии оценивания контрольной работы

«Отлично»	«Хорошо»	«Удовлетворительно»	«Неудовлетворительно»
В полной мере владеет системой понятий данной дисциплины. Способен к систематизации и обобщению научного и практического материала и критически его оценивать. В полной мере применяет теоретические знания для решения практических задач. Ответы сформулированы аргументировано, логично, грамотно, есть выводы, используются межпредметные связи	В основном владеет системой понятий данной дисциплины. Способен к систематизации и обобщению научного и практического материала, но не может критически его оценивать. В некоторых случаях не применяет теоретические знания для решения практических задач. Ответы сформулированы аргументировано, логично, грамотно, есть выводы, без использования межпредметных связей.	Частично владеет системой понятий данной дисциплины. Способен частично обобщать научный и практический материал. применяет отдельные теоретические знания для решения практических задач. Ответы частично сформулированы аргументировано, логично, грамотно, нет выводов.	Не владеет системой понятий данной дисциплины. Не способен к систематизации и обобщению научного и практического материала. Не применяет теоретические знания для решения практических задач Ответы сформулированы без аргументов, с нарушением логики, допущены грубые ошибки, нет выводов.

4.2.3. Критерии оценивания теста

«Отлично»	«Хорошо»	«Удовлетворительно»	«Неудовлетворительно»
правильно выполнено 85-100 % тестовых заданий	правильно выполнено 65-84 % тестовых заданий	правильно выполнено 50-65 % тестовых заданий	правильно выполнено менее 50 % тестовых заданий

4.2.4. Критерии оценивания доклада или реферата

«Отлично»	«Хорошо»	«Удовлетворительно»	«Неудовлетворительно»
Реферат является информативным, объективно передаёт исходную информацию, а также корректно оценивает материал, содержащийся в первоисточнике; в полной мере использованы результаты исследований и установленных научных фактов по данной теме; в полной мере использованы	Не раскрыты отдельные вопросы; частично использованы результаты исследований и установленных научных фактов по данной теме; частично использованы дополнительные знания; не владеет отдельными вопросами по данной теме; иногда логичность изложения нарушается; незначительные ошибки	Тема раскрыта частично; использованы некоторые результаты исследований и установленных научных фактов по данной теме, использованы некоторые дополнительные знания; частично владеет темой; логичность прослеживается слабо; грубые ошибки в цитировании источников	Тема раскрыта не полностью; не использованы результаты исследований и установленных научных фактов по данной теме; не использованы дополнительные знания; не владеет темой; материал изложен нелогично; нет цитат

дополнительные знания; полностью владеет темой; материал изложен логично; источники процитированы правильно	в цитировании		
--	---------------	--	--

4.2.5. Критерии оценивания выполнения домашней контрольной работы (для заочной формы обучения)

«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
полное и правильное выполнение заданий домашней контрольной работы, грамотное построение ответов, оформление работы в полном соответствии с предъявляемыми требованиями использование дополнительных научных и нормативных источников	полное и правильное выполнение заданий домашней контрольной работы, незначительные ошибки и погрешности в оформлении работы, дополнительные научные и нормативные источники не использовались	частично правильное выполнение заданий домашней контрольной работы, не критические ошибки в оформлении работы, дополнительные научные и нормативные источники не использовались	домашняя контрольная работа не предоставлена студентом или полностью не соответствует требованиям, предъявляемым к ее оформлению и содержанию

4.2.6. Критерии оценивания внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся

«Отлично»	«Хорошо»	«Удовлетворительно»	«Неудовлетворительно»
Учебный материал освоен в полной мере; Полностью сформировано умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач; Полностью сформированы общеучебные умения; ответ полностью обоснован и отличается чёткостью изложения; материал полностью оформлен в соответствии с требованиями.	Учебный материал освоен достаточно, имеются небольшие пробелы в знаниях; в достаточной мере сформировано умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач; В значительной степени сформированы общеучебные умения; ответ в достаточной степени обоснован и отличается чёткостью изложения; Материал оформлен в соответствии с требованиями с небольшими неточностями	Учебный материал освоен частично, имеются существенные пробелы в знаниях; Частично сформировано умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач; частично сформированы общеучебные умения; ответ частично обоснован и изложен нечётко; материал частично оформлен в соответствии с требованиями	Учебный материал не освоен; Не сформировано умение использовать теоретические знания при выполнении практических задач; не сформированы общеучебные умения; ответ не обоснован и не имеет чёткого изложения; Материал не оформлен в соответствии с требованиями

4.2.7. Критерии оценивания решения задач

«Отлично»	«Хорошо»	«Удовлетворительно»	«Неудовлетворительно»
Применяет теоретический материал для поиска необходимых расчетных методик и формул. Строгая последовательность в определении шагов выполнения задания Получен правильный ответ на предлагаемые задачи, решение полное, обоснованное, предложено несколько вариантов решения	Находит соответствующие заданию расчетные методики и формулы с наводящими указаниями. Несущественное нарушение последовательности в определении шагов выполнения задания. Получен правильный ответ на предлагаемые задачи, решение полное, обоснованное, предложен один вариант решения	Находит соответствующие заданию расчетные методики и формулы. Существенное нарушение последовательности в определении шагов выполнения задания. Получен правильный ответ на предлагаемые задачи, но решение не полное	Не знает необходимые расчетные методики и формулы, не может найти их в готовом теоретическом материале Непоследовательность в определении шагов выполнения задания. Не получен правильный ответ на предлагаемые задачи

4.2.8. Критерии оценивания знаний и умений по итогам освоения дисциплины

Промежуточная аттестация (итоговый контроль) на очной форме обучения проводится в виде дифференцированного зачёта в ходе летней экзаменационной сессии с выставлением итоговой оценки по дисциплине.

Промежуточная аттестация (итоговый контроль) на заочной форме обучения проводится в виде домашней контрольной работы в ходе зимней экзаменационной сессии и дифференцированного зачёта в ходе летней экзаменационной сессии с выставлением итоговой оценки по дисциплине.

К дифференцированному зачёту допускаются учащиеся, успешно выполнившие все виды отчетности, предусмотренные по дисциплине учебным планом. В ходе дифференцированного зачёта проверяется степень усвоения материала, умение творчески мыслить и последовательно, чётко и кратко отвечать на поставленные вопросы, делать конкретные выводы и формулировать обоснованные предложения. Оценка охватывает проверку достижения всех заявленных целей изучения дисциплины и проводится для контроля уровня понимания обучающимися связей между различными ее элементами.

Знания, умения и навыки обучающихся на дифференцированном зачете оцениваются по пятибалльной системе.

Общими критериями, определяющими оценку знаний на дифференцированном зачете, являются:

«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»
наличие глубоких, исчерпывающих знаний в объеме пройденного курса в соответствии с поставленными	наличие твердых и достаточно полных знаний в объеме пройденного курса в соответствии с целями обучения,	наличие твердых знаний в объеме пройденного курса в соответствии с целями обучения, но изложение ответов с ошибками,	наличие грубых ошибок в ответе, непонимание сущности излагаемого вопроса, неуверенность и неточность ответов на дополнительные и наводящие вопросы

программой курса целями обучения, грамотное и логически стройное изложение материала при ответе, знание дополнительно рекомендованной литературы	незначительные ошибки при освещении заданных вопросов, четкое изложение материала	исправляемыми после дополнительных вопросов, необходимость наводящих вопросов	
--	--	--	--