

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о подписи:

ФИО: Болотских Владимир Иванович

Должность: Должностные обязанности ректора

Дата подписания: 03.10.2025 15:10:27

Уникальный программный ключ:

ae663c0d401e3014657146e1018ab0ca41

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Н.Н. БУРДЕНКО»

МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Фармацевтический факультет

Кафедра физической культуры и медицинской реабилитации

УТВЕРЖДАЮ

Декан фармацевтического факультета

д.м.н., профессор Т.А. Бережнова

«25» марта 2025г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ОУП.13 Основы безопасности и защиты Родины  
для специальности 33.02.01 Фармация  
на базе основного общего образования

всего часов (ЗЕ)	80 часов
лекции	-
практические занятия	80 часов
самостоятельная работа	-
курс	1
семестр	1,2
зачёт	-

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности 33.02.01 фармация, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 13.06.2021 г. № 449, профессиональным стандартом «Фармацевт», утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 31.05.2021 г. № 394 н.

Рабочая программа подготовлена на кафедре физической культуры и медицинской реабилитации ФГБОУ ВО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко Минздрава России авторским коллективом:

№ п..	Фамилия, Имя, Отчество	Ученая степень, ученое звание	Занимаемая должность	Основное место работы
1	Короткова Светлана Борисовна	д.м.н.	заведующий кафедрой	кафедра физической культуры и медицинской реабилитации
2	Зеленина Марина Тихоновна		доцент	кафедра физической культуры и медицинской реабилитации

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры физической культуры и медицинской реабилитации «12» 03 2025 г., протокол №8.

Рабочая программа одобрена на заседании ЦМК по координации преподавания специальностей 33.05.01 Фармация и 33.02.01 Фармация (СПО) от «25» марта 2025 г., протокол № 4

Нормативно-правовые основы разработки и реализации рабочей программы дисциплины:

- 1) ФГОС СПО по специальности 33.02.01 фармация, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 13.06.2021 г. № 449  
Общая характеристика образовательной программы по специальности 33.02.01 фармация.
- 2) профессиональным стандартом «Фармацевт», утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 31.05.2021 г. № 394 н.
- 3) Учебный план образовательной программы по специальности 33.02.01 фармация.
- 4) Устав и локальные нормативные акты Университета.

© ФГБОУ ВО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко Минздрава России

<b>1.</b>	<b>ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ</b>	<b>4</b>
1.1.	Цель освоения дисциплины (модуля)\практики	4
1.2.	Задачи дисциплины (модуля)\практики	4
2.	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю)/практике, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	4
<b>2.</b>	<b>ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ</b>	<b>4</b>
<b>3.</b>	<b>СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>9</b>
3.1.	Объем дисциплины и виды учебной деятельности	9
3.2.	Содержание, структурированное по разделам (если предусмотрено) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов занятий, форм контроля	9
3.3.	Тематический план практических занятий	11
3.4.	Тематический план учебных сборов.	17
4.	Хронокарта практического занятия	18
<b>5.</b>	<b>МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>18</b>
<b>6.</b>	<b>МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>19</b>

# 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 1.1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ЗАЩИТЫ РОДИНЫ».

В современных условиях с обострением существующих и появлением новых глобальных и региональных вызовов и угроз безопасности России (резкий рост военной напряжённости на приграничных территориях; существенное ухудшение медико-биологических условий жизнедеятельности; нарушение экологического равновесия и др.) возрастает приоритет вопросов безопасности, их значение не только для самого человека, но и для общества.

В структуре дисциплины «Основы безопасности и защиты Родины» лежит общая теория безопасности, которая имеет междисциплинарный характер, основываясь на изучении проблем безопасности в общественных, гуманитарных, технических и естественных науках. и основы безопасности жизнедеятельности.»

Общеобразовательная дисциплина «Основы безопасности и защиты Родины» является обязательной частью учебного цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 33.02.01 Фармация

## 1.2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ.

Целью дисциплины является формирование компетенций в части овладения содержанием общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности и защиты Родины», освоение знаний и умений, обеспечивающих готовность к выполнению Конституционного долга по защите Отечества и достижение базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности.

Задачами дисциплины является физическое, трудовое, духовно-нравственное, патриотическое воспитание.

## 2. Планируемые результаты освоения общеобразовательной дисциплины в соответствии с ФГОС СПО и на основе ФГОС СОО

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 1; ОК 2; ОК 3; ОК 4; ОК 6; ОК 7; ОК 8.

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые образовательные результаты обучения	
	Общие <sup>1</sup>	Дисциплинарные (предметные) <sup>2</sup>
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	Овладение универсальными учебными познавательными действиями: <ul style="list-style-type: none"><li>• базовыми логическими действиями:<ul style="list-style-type: none"><li>- самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне;</li><li>- устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения;</li><li>- определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;</li><li>- выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях;</li><li>- вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;</li><li>- развивать креативное мышление при решении</li></ul></li></ul>	<b>ПР6 02.</b> Знание задач и основных принципов организации единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знание о действиях по сигналам гражданской обороны.  <b>ПР6 08.</b> Сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства. знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении.

	<p>жизненных проблем</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• базовыми исследовательскими действиями:</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем;</li> <li>- выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;</li> <li>- анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях;</li> <li>- уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;</li> <li>- уметь интегрировать знания из разных предметных областей;</li> <li>- выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения;</li> <li>- способность их использования в познавательной и социальной практике.</li> </ul> <p>В части трудового воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие;</li> <li>- готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;</li> <li>- интерес к различным сферам профессиональной деятельности,</li> </ul>	
<p>ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности</p>	<p>Овладение универсальными учебными познавательными действиями:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• работой с информацией:</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владение навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления;</li> <li>- создание текстов в различных форматах с учетом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации;</li> <li>- оценивание достоверности, легитимности информации, ее соответствия правовым и морально-этическим нормам;</li> <li>- использование средств информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;</li> <li>- владение навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности.</li> </ul> <p>В части ценности научного познания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур,</li> </ul>	<p><b>ПР6 06.</b> Сформированность представлений о применении беспилотных летательных аппаратов и морских беспилотных аппаратов; понимание о возможностях применения современных достижений научно-технического прогресса в условиях современного боя.</p>

	способствующего осознанию своего места в поликультурном мире; - совершенствование языковой и читательской культуры как средства взаимодействия между людьми и познания мира; - осознание ценности научной деятельности, готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе	
ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях	<p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• самоорганизации: <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельное осуществление познавательной деятельности, выявление проблемы, постановка и формулирование собственных задач в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;</li> <li>- самостоятельное составление плана решения проблем с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;</li> <li>- давать оценку новым ситуациям;</li> </ul> </li> <li>способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень;</li> <li>• самоконтроля: <ul style="list-style-type: none"> <li>использование приемов рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения;</li> <li>- умение оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению;</li> </ul> </li> <li>• эмоционального интеллекта, предполагающего сформированность: <ul style="list-style-type: none"> <li>- внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать, исходя из своих возможностей;</li> <li>- эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других, учитывать его при осуществлении коммуникации, способность к сочувствию и сопереживанию;</li> <li>- социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и разрешать конфликты.</li> </ul> </li> </ul> <p>В части духовно-нравственного воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность нравственного сознания, этического поведения;</li> <li>- способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности;</li> <li>- осознание личного вклада в построение устойчивого будущего;</li> <li>- ответственное отношение к своим родителям и (или) другим членам семьи, созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни в соответствии с традициями народов России.</li> </ul>	<p><b>ПР6 01.</b> Знание основ законодательства Российской Федерации, обеспечивающие национальную безопасность и защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о государственной политике в области обеспечения государственной и общественной безопасности, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера.</p> <p><b>ПР6 07.</b> Сформированность необходимого уровня военных знаний как фактора построения профессиональной траектории, в том числе в образовательных организациях, осуществляющих подготовку кадров в интересах обороны и безопасности государства, обеспечении законности и правопорядка.</p>
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	<p>Овладение универсальными коммуникативными действиями:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• совместной деятельностью: <ul style="list-style-type: none"> <li>- понимание и использование преимуществ командной и индивидуальной работы;</li> <li>- принимать цели совместной</li> </ul> </li> </ul>	<b>ПР6 14.</b> Знание основ безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и

	<p>деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;</li> <li>- осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным.</li> </ul> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• принятие себя и других людей: <ul style="list-style-type: none"> <li>- принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности;</li> <li>- признавать свое право и право других людей на ошибки;</li> <li>- развивать способность понимать мир с позиции другого человека.</li> </ul> </li> </ul> <p>Готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению.</p> <p>Овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности.</p>	<p>противодействовать им</p>
<p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения</p>	<p>Осознание обучающимися российской гражданской идентичности.</p> <p>Целенаправленное развитие внутренней позиции личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций, формирование системы значимых ценностно-смысловых установок, антикоррупционного мировоззрения, правосознания, экологической культуры, способности ставить цели и строить жизненные планы.</p> <p>В части гражданского воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка;</li> <li>- принятие традиционных национальных, общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей;</li> <li>- готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;</li> <li>- готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в общеобразовательной организации и детско-юношеских организациях;</li> <li>- умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением;</li> <li>- готовность к гуманитарной и волонтерской деятельности;</li> </ul> <p>патриотического воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России;</li> </ul>	<p><b>ПР6 03.</b> Сформированность представлений о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении защиты государства; знание положений Общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации.</p> <p><b>ПР6 15.</b> Сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; знания о способах безопасного поведения в цифровой среде; умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;</p> <p><b>ПР6 16.</b> Сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства деструктивной идеологии, в том числе экстремизма, терроризма; овладение знаниями о роли государства в противодействии терроризму; умение различать приемы вовлечения в деструктивные сообщества, экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знание порядка действий при объявлении разного уровня террористической опасности, при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях и труде;</li> <li>- идейная убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу;</li> <li>освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные);</li> <li>- способность их использования в познавательной и социальной практике, готовность к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности, организации учебного сотрудничества с педагогическими работниками и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории;</li> <li>- овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности</li> </ul>	
<p><b>ОК 07.</b> Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени</p>	<p>В части экологического воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознание глобального характера экологических проблем;</li> <li>- планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества;</li> <li>активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;</li> <li>- умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их;</li> <li>- расширение опыта деятельности экологической направленности;</li> <li>- овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности.</li> </ul>	<p><b>ПР6 05.</b> Сформированность представлений о боевых свойствах и поражающем действии оружия массового поражения, а также способах защиты от него.</p> <p><b>ПР6 09.</b> Сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных ситуаций; знание порядка действий в чрезвычайных ситуациях.</p> <p><b>ПР6 10.</b> Сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения. Знание основ и правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике, знание о порядке действий в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.</p> <p><b>ПР6 11.</b> Овладение знаниями о способах безопасного поведения в природной среде; умением применять их на практике; знание порядка действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования.</p> <p><b>ПР6 12.</b> Знание основ пожарной безопасности; умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знание порядка действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знание прав и обязанностей граждан в области пожарной безопасности.</p>

<p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности</p>	<p>Готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению. Наличие мотивации к обучению и личностному развитию. Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• самоорганизации:</li> <li>- самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;</li> <li>- давать оценку новым ситуациям;</li> <li>- расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений;</li> <li>- делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;</li> <li>- оценивать приобретенный опыт;</li> <li>- способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень.</li> </ul> <p>В части физического воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;</li> <li>- потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;</li> <li>- активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью.</li> </ul>	<p><b>ПР6 13.</b> Владение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; сформированность представлений об инфекционных и неинфекционных заболеваниях, способах профилактики; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого- социального и военного характера; умение применять табельные и подручные средства для само- и взаимопомощи;</p> <p><b>ПР6 04.</b> Сформированность знаний об элементах начальной военной подготовки (включая общевоинские уставы, основы строевой, тактической, огневой, инженерной, военно-медицинской и технической подготовки), правилах оказания первой помощи в условиях ведения боевых действий, овладение знаниями требований безопасности при обращении со стрелковым оружием.</p>
---	---	---

### 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1 Общая трудоемкость дисциплины **80 часов**

№ п/п	Раздел учебной дисциплины	Виды учебной работы и трудоемкость (в часах)		Формы текущего контроля успеваемости
		семестр	часов	
1	Безопасность жизнедеятельности	1,2	28	Опрос
2	Защита Родины	1,2	52	Опрос

#### 3.2. Разделы учебной дисциплины.

№ п/п	Раздел учебной дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы				Формы текущего контроля
				Лекции	Пр. занятия	Семинары	С/р	
1	Основы комплексной безопасности»	1		-	8	-	-	Текущий контроль в.т.ч.
2	Основы обороны государства	1	2	-	8	-	-	Текущий контроль в.т.ч.
3	Военно-профессиональная деятельность	1	3	-	8	-	-	Текущий контроль в.т.ч.

4	Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций	1	4	-	8	-	-	Текущий контроль в.т.ч.
5	Безопасность в природной среде и экологическая безопасность	1	5		4			Текущий контроль в.т.ч.
6	Безопасность в быту	1	6		4			Текущий контроль в.т.ч.
7	Основы противодействия экстремизму и терроризму	1	7		4			Текущий контроль в.т.ч.
8	Основы здорового образа жизни	1	8		6			Текущий контроль в.т.ч.
9	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи							Текущий контроль в.т.ч.
10	Элементы начальной военной подготовки							
	Всего:			-	80	-	-	80

### 3.3. Тематический план практических занятий.

Тематические блоки, темы	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
<b>Семестр 1 (34 часа)</b>		
<b>Модуль «Основы комплексной безопасности» (6 ч)</b>		
<b>Глава 1. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе (2 ч)</b>	<p>§ 1 Формирование культуры безопасности жизнедеятельности населения</p> <p>§ 2 Личностный фактор в обеспечении безопасности жизнедеятельности</p>	<p>Характеризуют опасные ситуации Формулируют определение понятия «культура безопасности жизнедеятельности»</p> <p>Анализируют уровни формирования культуры безопасности жизнедеятельности</p> <p>Определяют цели предмета ОБЖ</p> <p>Анализируют роль личности в формировании безопасного поведения</p> <p>Сравнивают понятия «опасность» и «безопасность»</p> <p>Усваивают общие правила безопасности</p> <p>Различают чрезвычайные ситуации по причинам возникновения и их последствия</p>
<b>Глава 2. Опасности вовлечения молодёжи в противозаконную и антиобщественную деятельность (2 ч)</b>	<p>§ 3 Опасности вовлечения молодёжи и подростков в незаконные протестные акции</p> <p>§ 4 Явные и скрытые опасности современных развлечений молодёжи</p> <p>§ 5 Как не стать участником информационной войны</p>	<p>Характеризуют публичные мероприятия</p> <p>Узнают систему согласования публичных мероприятий</p> <p>Усваивают правила безопасности при вовлечении в публичные мероприятия</p> <p>Анализируют опасности современных развлечений молодёжи.</p> <p>Анализируют различные виды опасности фейковых новостей</p>
<b>Глава 3. Безопасность на транспорте (2 ч)</b>	<p>§ 6 Транспортная безопасность</p> <p>§ 7 Правила безопасности для участников дорожного движения</p>	<p>Знакомятся с основами транспортной безопасности</p> <p>Усваивают правила движения в различных условиях (движение по обочине; движение в тёмное время суток)</p> <p>Правила дорожного движения, установленные для пешехода и пассажира</p> <p>Анализируют ситуации дорожного движения и порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях разного характера (при отсутствии пострадавших; с одним или несколькими пострадавшими; при опасности возгорания; с большим количеством участников)</p>
<b>Модуль «Основы обороны государства» (4 ч)</b>		
<b>Глава 4. Правовые основы подготовки граждан к военной службе (4 ч)</b>	<p>§ 8 Законодательство Российской Федерации об обороне государства</p> <p>§ 9 Законодательство Российской Федерации о воинской обязанности и военной службе</p> <p>§ 10 Организация воинского учёта</p> <p>§ 11 Допризывная подготовка</p>	<p>Знакомятся с системой национальной безопасности России</p> <p>Объясняют структуру Вооружённых Сил Российской Федерации и их задачи</p> <p>Усваивают систему организации обороны страны</p> <p>Знакомятся с системой постановки на военный учёт</p>
<b>Модуль «Военно-профессиональная деятельность» (4 ч)</b>		
<b>Глава 5. Выбор военной профессии (2 ч)</b>	<p>§ 12 Есть такая профессия — Родину защищать</p> <p>§ 13 Подготовка граждан по военно-учётным специальностям</p> <p>§ 14 Организация подготовки офицерских кадров для Вооружённых Сил Российской Федерации, МВД России, ФСБ России, МЧС России</p>	<p>Характеризуют воинские должности</p> <p>Анализируют порядок освоения воинских должностей</p> <p>Сравнивают обязанности различных должностей</p> <p>Характеризуют порядок подготовки офицерских кадров</p>

<b>Глава 6. Воинские символы, традиции и ритуалы в Вооружённых Силах Российской Федерации (2 ч)</b>	§ 15 Воинские символы и традиции Вооружённых Сил Российской Федерации § 16 Традиции Вооружённых Сил Российской Федерации § 17 Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации	Различают воинские символы и военные ритуалы Анализируют нормативную базу, устанавливающую воинские символы Характеризуют воинские награды Усваивают воинские традиции
<b>Модуль «Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций» (2 ч)</b>		
<b>Глава 7. Организация защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций (2 ч)</b>	§ 18 Основы законодательства Российской Федерации и основные направления по организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций § 19 Права, обязанности и ответственность гражданина в области организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций	Анализируют основы законодательства Российской Федерации в области защиты населения Характеризуют права и обязанности граждан в области защиты населения Формулируют правила защиты от чрезвычайных ситуаций
<b>Модуль «Безопасность в природной среде и экологическая безопасность» (4 ч)</b>		
<b>Глава 8. Основные правила безопасного поведения на природе и экологическая безопасность (4 ч)</b>	§ 20 Источники опасности в природной среде § 21 Чрезвычайные ситуации природного характера § 22 Экологическая безопасность и охрана окружающей среды § 23 Средства защиты и предупреждения от экологических опасностей	Изучают опасности в природной среде и основные правила поведения в природных условиях Изучают алгоритмы правильных действий при защите от негативных факторов чрезвычайных ситуаций природного характера Изучают задачи снижения уровня загрязнения природной среды Характеризуют средства защиты от экологических опасностей Определяют классификацию вредных веществ Характеризуют средства защиты от экологических опасностей
<b>Модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму» (4 ч)</b>		
<b>Глава 9. Экстремизм и терроризм — угрозы обществу и каждому человеку (2 ч)</b>	§ 24 Сущность явлений экстремизма и терроризма § 25 Противодействие экстремизму и терроризму и ответственность граждан в этой области	Характеризуют экстремистскую и террористическую деятельность Характеризуют виды современной террористической деятельности Вырабатывают негативное отношение к деструктивным сообществам Формируют нетерпимое отношение к любым проявлениям насилия
<b>Глава 10. Противодействие экстремизму и терроризму (2 ч)</b>	§ 26 Общегосударственное противодействие экстремизму и терроризму § 27 Деятельность государства при реальной угрозе террористической опасности	Характеризуют государственную систему противодействия экстремизму и терроризму Анализируют действие государства при угрозе террористического акта Определяют уровни террористической опасности Анализируют порядок контртеррористической операции
<b>Модуль «Основы здорового образа жизни» (2 ч)</b>		
<b>Глава 11. Здоровый образ жизни как средство обеспечения благополучия личности (2 ч)</b>	§ 28 Основы законодательства Российской Федерации в области формирования здорового образа жизни § 29 Преимущества здорового образа жизни	Характеризуют систему правовой регламента здорового образа жизни Объясняют преимущества здорового образа жизни Характеризуют значение репродуктивного здоровья для благополучия человека
<b>Модуль «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» (4 ч)</b>		

<b>Глава 12. Освоение основ медицинских знаний (2 ч)</b>	§ 30 Обеспечение санитарно-эпидемиологического благополучия населения § 31 Неинфекционные и инфекционные заболевания и их профилактика	Формулируют понятия, характеризующие санитарно-эпидемиологическую обстановку усваивают права и обязанности граждан в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения Характеризуют инфекционные и неинфекционные заболевания
	§ 32 Безопасность при возникновении биолого-социальных чрезвычайных ситуаций	Определяют санитарно-эпидемиологическую чрезвычайную ситуацию Усваивают правила безопасного поведения в условиях санитарно-эпидемиологической чрезвычайной ситуации
<b>Модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму» (4 ч)</b>		
<b>Глава 13. Экстремизм и терроризм на современном этапе (2 ч)</b>	§ 18 Нормативно-правовые документы, регулирующие борьбу с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации § 19 Особенности и виды экстремистской и террористической деятельности	Характеризуют нормативную базу, регулиующую борьбу с терроризмом и экстремизмом. Анализируют внешние и внутренние экстремистские угрозы Характеризуют формы террористической деятельности Анализируют формы противодействия терроризму
<b>Глава 14. Борьба с угрозой экстремистской и террористической опасности (2 ч)</b>	§ 20 Способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность § 21 Рекомендации по безопасному поведению при угрозе и в случае проведения террористического акта	Характеризуют деструктивные сообщества экстремистской направленности Объясняют, как избежать вовлечения в деструктивные сообщества Вырабатывают основы антитеррористического поведения Усваивают правила безопасного поведения при угрозе террористического акта
<b>2 семестр (46 часов)</b>		
<b>Модуль «Основы комплексной безопасности» (10 ч)</b>		
<b>Глава 1. Безопасное поведение на различных видах транспорта(2 ч)</b>	§ 1 Безопасность при использовании современных средств индивидуального передвижения § 2 Предназначение дорожных знаков и сигнальной разметки § 3 Правила безопасного поведения на железнодорожном транспорте, на воздушном и водном транспорте	Характеризуют современные индивидуальные средства передвижения Формулируют правила безопасности при пользовании индивидуальными средствами передвижения Объясняют предназначение дорожных знаков Характеризуют сигнальную разметку на дороге Усваивают правила дорожного движения, установленные для водителей велосипедов, мопедов, мотоциклов Характеризуют правила безопасного поведения на различных видах транспорта
<b>Глава 2. Безопасное поведение в бытовых ситуациях (2 ч)</b>	§ 4 Чтобы не было пожаров § 5 Средства бытовой химии Правила обращения с ними и хранение § 6 Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения	Характеризуют источники опасности в быту Характеризуют причины возникновения пожаров Объясняют причины и опасность пожара в жилищах. Характеризуют опасные факторы пожаров (в том числе взрывы бытового газа) Характеризуют правила поведения и действия при пожаре Определяют понятие электробезопасности Характеризуют меры профилактики пожаров Характеризуют права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности Характеризуют правила обращения со средствами бытовой химии

<b>Глава 3. Информационная и финансовая безопасность (2 ч)</b>	§ 7 Основные правила информационной безопасности § 8 Основные правила финансовой безопасности § 9 Защита прав потребителя, в том числе при совершении покупок в Интернете	Определяют понятия, характеризующие сферу информационных технологий Характеризуют нормативные документы, регламентирующие информационную безопасность Характеризуют правила финансовой безопасности Характеризуют защиту прав потребителей при совершении покупок
<b>Глава 4. Безопасное поведение в общественных местах (2 ч)</b>	§ 10 Правила безопасного поведения в общественных местах § 11 Порядок действий при попадании в опасную ситуацию	Узнают порядок действий при риске возникновения давки в толпе Характеризуют эмоциональное заражение в толпе, способы самопомощи Анализируют правила безопасного поведения при проявлении агрессии Анализируют криминальные ситуации в общественных местах Узнают порядок действий в случаях, когда потерялся человек (ребёнок; взрослый; пожилой человек; человек с ментальными расстройствами) Усваивают порядок действий в ситуации обнаружения потерявшегося человека
<b>Глава 5. Безопасность в социуме (2 ч)</b>	§ 12 Стадии развития конфликтных ситуаций § 13 Факторы, способствующие и препятствующие эскалации конфликта	Характеризуют стадии развития конфликта Анализируют конфликты в межличностном общении и конфликты в малой группе Узнают способы воздействия на человека в большой группе (эмоциональное заражение, внушение, подражание) Усваивают способы поведения в конфликте и способы разрешения конфликтных ситуаций Анализируют способы противодействия буллингу и проявлению насилия Формируют нетерпимость к проявлениям насилия в социальном взаимодействии
<b>Модуль «Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций» (8 ч)</b>		
<b>Глава 6. Система государственной защиты населения (2 ч)</b>	§ 14 Составляющие государственной системы по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций § 15 Прогнозирование и мониторинг чрезвычайных ситуаций	Характеризуют системы РСЧС, ОКСИОН, МЧС России Анализируют структуру РСЧС Формулируют задачи системы РСЧС Усваивают задачи системы ОКСИОН Характеризуют деятельность МЧС Российской Федерации Определяют особенности прогнозирования чрезвычайных ситуаций Обосновывают необходимость мониторинга чрезвычайных ситуаций
<b>Глава 7. Гражданская оборона (2 ч)</b>	§ 16 Гражданская оборона и её основные задачи на современном этапе § 17 Инженерная защита населения и неотложные работы в зоне поражения	Определяют гражданскую оборону как систему мероприятий по защите населения в военное время Объясняют задачи подготовки граждан в области гражданской обороны Характеризуют систему оповещения населения чрезвычайных ситуациях Узнают правила поведения при угрозе чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий Характеризуют систему эвакуации населения
<b>Модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму» (8 ч)</b>		

<p><b>Глава 8. Экстремизм и терроризм на современном этапе (2 ч)</b></p>	<p>§ 18 Нормативно-правовые документы, регулирующие борьбу с терроризмом и экстремизмом в Российской Федерации § 19 Особенности и виды экстремистской и террористической деятельности</p>	<p>Характеризуют нормативную базу, регулирующую борьбу с терроризмом и экстремизмом Анализируют внешние и внутренние экстремистские угрозы Характеризуют формы террористической деятельности Анализируют формы противодействия терроризму</p>
<p><b>Глава 9. Борьба с угрозой экстремистской и террористической опасности (2 ч)</b></p>	<p>§ 20 Способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность § 21 Рекомендации по безопасному поведению при угрозе и в случае проведения террористического акта</p>	<p>Характеризуют деструктивные сообщества экстремистской направленности Объясняют, как избежать вовлечения в деструктивные сообщества Вырабатывают основы антитеррористического поведения Усваивают правила безопасного поведения при угрозе террористического акта</p>
<p><b>Модуль «Основы здорового образа жизни» (2 ч)</b></p>		
<p><b>Глава 10. Наркотизм — одна из главных угроз общественному здоровью(2 ч)</b></p>	<p>§ 22 Основы законодательства Российской Федерации в сфере борьбы с наркотизмом § 23 Профилактика наркомании</p>	<p>Определяют наркотизм как опасное социальное явление Характеризуют законодательную систему, регламентирующую борьбу государства с наркотизмом Определяют уровни профилактики наркотизма Меры, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья</p>
<p><b>Модуль «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» (6 ч)</b></p>		
<p><b>Глава 11. Первая помощь и правила её оказания (4 ч)</b></p>	<p>§ 24 Оказание первой помощи — залог спасения жизни и здоровья пострадавших § 25 Первая помощь при различных неотложных состояниях § 26 Правила и способы переноски (транспортировки) пострадавших</p>	<p>Определяют понятие первой помощи Характеризуют действия, требующие оказания первой помощи Характеризуют неотложные состояния, требующие оказания первой помощи Объясняют порядок оказания первой помощи при неотложных состояниях Характеризуют виды транспортировки пострадавших</p>
<p><b>Модуль «Основы обороны государства» (4 ч)</b></p>		
<p><b>Глава 12. Вооружённые Силы Российской Федерации — гарант Обеспечения Национальной безопасности Российской Федерации (8 ч)</b></p>	<p>§ 27 Страницы военной истории России § 28 Дни воинской славы (победные дни ) России  § 29 Стратегические национальные приоритеты и источники угроз  § 30 Национальная безопасность и военная политика Российской Федерации § 31 Структура Вооружённых Сил Российской Федерации § 32 Виды Вооружённых Сил</p>	<p>Усваивают историю создания армии в России Усваивают знания о Днях воинской славы в России Характеризуют законодательную базу, Регулирующую порядок установления памятных дат.  и порядок проведения празднования  Анализируют государственную политику в сфере национальной безопасности  Анализируют гибридные войны и способы противодействия им Характеризуют цели и задачи Стратегии национальной безопасности Российской Федерации Определяют оборону страны как важнейший приоритет Определяют понятие военной политики государства</p>

	<p>Российской Федерации § 33 Отдельные рода Вооружённых-Сил Российской Федерации</p> <p>§ 34 Воинские должности и звания в Вооружённых Силах Российской Федерации</p> <p>§ 35 Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих Вооружённых Сил Российской Федерации</p> <p>§ 36 Развитие Вооружённых Сил Российской Федерации</p> <p>§ 37 Модернизация вооружения, военной и специальной техники в Вооружённых Силах Российской Федерации</p>	<p>Объясняют роль страны в решении Международных конфликтов</p> <p>Характеризуют структуру Вооружённых Сил Российской Федерации</p> <p>Характеризуют структуру Министерства Обороны Российской Федерации</p> <p>Характеризуют виды Вооружённых Сил</p> <p>Характеризуют рода Вооружённых Сил</p> <p>Усваивают воинские должности и звания</p> <p>Определяют понятие военной формы одежды</p> <p>Характеризуют виды военной формы</p> <p>Характеризуют современное состояние Вооружённых Сил и тенденции развития</p>
<b>Модуль «Военно-профессиональная деятельность с элементами начальной военной подготовки» (8 ч)</b>		
<b>Глава 13. Основы военной службы (4 ч)</b>	<p>§ 38 Призыв граждан на военную службу</p> <p>§ 39 Поступление на военную службу по контракту</p> <p>§ 40 Альтернативная гражданская служба</p> <p>§ 33 Строевая подготовка и воинское приветствие</p> <p>§ 34 Оружие пехотинца и правила обращения с ним</p> <p>§ 35 Действия в современном общевойсковом бою</p> <p>§ 36 Средства индивидуальной защиты и оказание первой помощи в бою</p>	<p>Определяют воинскую обязанность граждан России</p> <p>Характеризуют порядок призыва на военную службу</p> <p>Объясняют порядок освобождения от военной службы</p> <p>Характеризуют порядок альтернативной гражданской службы</p> <p>Анализируют порядок военной службы по контракту</p> <p>Характеризуют элементы военной подготовки</p> <p>Характеризуют вооружение пехотинца</p> <p>Анализируют действия военнослужащего в бою</p> <p>Характеризуют инженерное оборудование позиции</p> <p>Анализируют поведение в условиях военных действий</p> <p>Объясняют порядок оказания первой помощи в бою</p>
<b>Итого: 68</b>		

### 3.4. УЧЕБНЫЕ СБОРЫ 10 КЛАСС (5 ДНЕЙ, ВСЕГО 35 Ч)

Тема	Содержание темы	Характеристика основных видов деятельности учащихся
<b>Модуль «Элементы начальной военной подготовки»</b>		

<b>1. Строевая подготовка (6 ч)</b>	1 Строи и управление ими 2 Строевые приёмы и движение безоружия 3 Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении 4 Выход из строя и возвращение в строй 5 Подход к начальнику и отход от него 6 Строи отделения	Изучить принципы организации строя и управления им Понимать значение воинского приветствия Освоить выход из строя и возвращение в строй Освоить подход к начальнику и отход от него Изучить строи отделения
<b>2. Огневая подготовка (8 ч)</b>	7 Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова 8 Работа частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе 9 Неполная разборка и сборка автомата Калашникова для чистки и смазки 10 Меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами	Характеризовать назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова Освоить неполную разборку и сборку автомата Калашникова, а также чистку и смазку Изучить меры безопасности при проведении боевых стрельб и при обращении с оружием
<b>Тема</b>	<b>Содержание темы</b>	<b>Характеристика основных видов деятельности учащихся</b>
	в повседневной жизнедеятельности при проведении стрельб 11 Основы и правила стрельбы 12 Ведение огня из автомата Калашникова 13 Ручные осколочные гранаты 14 Меры безопасности при обращении с ручными осколочными гранатами	Отрабатывать приёмы ведения огня из автомата Калашникова Усвоить устройство и поражающие факторы ручной осколочной гранаты Усвоить требования безопасности при отработке обращения с ручными осколочными гранатами
<b>3. Тактическая подготовка (7 ч)</b>	15 Современный общевойсковой бой 16 Инженерное оборудование позиции рядового бойца 17 Способы передвижения в бою при действиях в пешем порядке 18 Элементы военной топографии 19 Действия по сигналам оповещения 20 Оказание первой помощи в бою 21 Способы выноса раненого с поля боя	Изучить особенности современного общевойскового боя Изучить основные обязанности солдат в бою Знать и объяснять основные приёмы передвижения в бою Усвоить значение знаний топографии для успешного ведения боя Характеризовать основные сигналы оповещения и взаимодействие по сигналам Тренироваться по оказанию первой помощи в бою, освоить способы выноса раненого из боя
<b>4. Физическая подготовка (6 ч)</b>	22 Гимнастика и атлетическая подготовка 23 Преодоление препятствий	Отрабатывать упражнения из области гимнастической и атлетической подготовки
	24 Ускоренное передвижение, лёгкая атлетика 25 Комплексное учебно-тренировочное занятие 26 Комплексное учебно-тренировочное занятие 27 Комплексное учебно-тренировочное занятие	Отрабатывать преодоление полосы препятствий, ускоренное передвижение, элементы лёгкой атлетики Отработка необходимых физических качеств (силы, быстроты, выносливости)

<b>5. Военно-медицинская подготовка (8 ч)</b>	28 Комплект индивидуальный медицинский гражданской защиты КИМГЗи использование его средств по назначению 29 Назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования средств индивидуальной защиты (противогаза и респиратора) 30 Назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования средств индивидуальной защиты (общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и лёгкого защитного костюма (Л-1)) 31 Правила оказания первой помощи при ранениях 32 Правила оказания первой помощи при ранениях верхних и нижних конечностей 33 Способы действий личного состава Вооружённых Сил Российской Федерации в условиях радиационного загрязнения	Отрабатывать возможности использования комплекта индивидуальной медицинской гражданской защиты при оказании первой помощи Характеризовать основные свойства средств индивидуальной защиты и правила их использования (противогаза и респиратора) Знать назначение и правила использования общевойскового защитного комплекта и лёгкого защитного костюма. Тренировать в оказании первой помощи при кровотечении, при ранениях верхних и нижних конечностей Освоить правила действия в условиях радиационного загрязнения окружающей среды
<b>Итого: 35 ч</b>		

#### 4. ХРОНОКАРТА ЗАНЯТИЯ.

№ п/п	Этап ЗСТ	% от занятия
1.	<b>Организационная часть</b>	5
1.1	Приветствие.	
1.2	Регистрация присутствующих в журнале	
2.	<b>Введение</b>	10
2.1	Озвучивание темы и ее актуальность, цели и плана занятия.	
2.2.	Ответы на вопросы обучающихся, возникшие при подготовке к занятию.	
3.	<b>Разбор теоретического материала</b> Обсуждение основных направлений темы	30
4.	<b>Практическая часть занятия проводится в соответствии с учебной деятельностью, предусмотренной для каждой темы в рабочей программе дисциплины.</b>	50
4.1.	Контроль освоенного материала	
5.	<b>Заключительная часть</b>	5
5.1.	Подведение итогов занятия. Анализ результатов. Ответы на вопросы.	
5.2.	Сообщение темы следующего занятия, вопросов для самостоятельной подготовки, рекомендуемая литература.	
5.3.	Завершение занятия, оформление учебного журнала.	

#### 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

##### а) основная литература:

1. Матвеев, Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты : учебник (для вузов физической культуры и спорта) / Л. П. Матвеев. – 7-е изд., стер. – Москва : Спорт, 2020. – 345 с. – ISBN 978-5-906132-50-5. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/727768>. – Текст: электронный.

2. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры : учебник / Л. П. Матвеев. – 4-е изд. – Москва : Спорт, 2021. – 521 с. – ISBN 978-5-907225-59-6. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/739883>. – Текст: электронный.

3. Собянин, Ф. И. Физическая культура : учебник / Ф. И. Собянин. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2022. – 215 с. – ISBN 978-5-222-35159-8. – URL: <https://e.lanbook.com/book/318725>. – Текст: электронный. Доступ с 12.11.2023 г.

##### б) дополнительная литература:

1. Блинков, С. Н. Самоконтроль обучающихся на занятиях физической культурой и спортом : рабочая тетрадь для практических занятий / С. Н. Блинков. – Самара : РИЦ СГСХА, 2018. – 47 с. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/653327>. – Текст: электронный.

2. Здоровьесберегающие технологии в системе физического воспитания студентов с отклонением в состоянии здоровья (профилактика и реабилитация) : учебное пособие / Ж. Б. Сафонова, О. А. Мельникова, Т. В. Колтошова [и др.] ; Омский государственный технический университет. – Москва : Советский спорт, 2021. – 61 с. – ISBN 978-5-00129-133-6. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/744411>. – Текст: электронный.

3. Крыласова, Е. А. Аэробика как средство физкультурно-спортивной деятельности студентов в системе физического воспитания вуза / Е. А. Крыласова, Л. Г. Доржиева. – Улан-Удэ : Бурятский государственный университет, 2020. – 100 с. – ISBN 978-5-9793-1491-4. – URL: <https://lib.rucont.ru/efd/735881>. – Текст: электронный.

4. Садовникова, Л. А. Физическая культура для студентов, занимающихся в специальной медицинской группе : учебное пособие для спо / Л. А. Садовникова. – 2-е изд., стер. – Санкт-Петербург : Лань, 2021. – 60 с. – ISBN 978-5-8114-7201-7. – URL: <https://e.lanbook.com/book/156380>. – Текст: электронный.

## **6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Спортивный зал главного корпуса – 274,5 м<sup>2</sup>

Спортивный зал СОК – 299 м<sup>2</sup>, ковровый зал СОК – 50,4 м<sup>2</sup>

Бассейн – 400,79 м<sup>2</sup>

Легкоатлетический манеж – 700 м<sup>2</sup>, Легкоатлетическая дорожка – 800 м<sup>2</sup>

Инвентарь:

Гимнастические стенки – 6шт, гимнастические скамейки – 5шт

Волейбольные мячи – 8 шт, баскетбольные мячи - - 5 шт

Мини-футбольные мячи – 3 мяча

Гантели – 10шт, скакалки – 20шт, обручи – 16шт