

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
"МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА И ТУРИЗМА"
(ГАОУ ВО МГУСиТ)

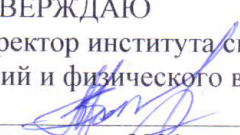
СОГЛАСОВАНО

Директор института среднего
профессионального образования

 Т.Г. Прокопович
«30» августа 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор института спортивных техно
логий и физического воспитания

 А.Л. Волобуев
«30» августа 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**общеобразовательной учебной дисциплины ОП.10 Безопасность жизнедея-
тельности**

код специальности 49.02.01 Физическая культура

квалификация педагог по физической культуре и спорту

форма обучения очная

Москва
2021


Рабочая программа дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» составлена на основании ФГОС среднего профессионального образования, утвержденного Минобрнауки РФ от «11» августа 2014 г. № 976 и учебного плана ГАОУ ВО МГУСиТ по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 Физическая культура.


Разработчик рабочей программы
преподаватель ГАОУ ВО МГУСиТ  Черноротов С.В.

Рассмотрено и одобрено на заседании кафедры социально-экономических и гуманитарных дисциплин «30» августа 2021 г.

Заведующий кафедрой
социально-экономических и гуманитарных дисциплин  д-р психол. наук,
проф. Слободчиков И.М.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник отдела методического обеспечения и
контроля качества образовательного процесса  О.В. Федорова

Специалист по УМР отдела методического обеспечения
и контроля качества образовательного процесса  Е.В. Аверьянова

СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Раздел	стр.
1.	ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2.	СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

1.1. Область применения программы: реализация среднего общего образования в пределах ППССЗ по специальностям 49.02.01 физическая культура и в соответствии ФГОС СОО и примерной основной образовательной программой среднего общего образования.

Программа учебной дисциплины может быть использована другими общеобразовательными учреждениями профессионального и дополнительного образования, реализующими образовательную программу среднего (полного) общего образования.

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена: данная дисциплина входит в цикл общеобразовательных дисциплин ФГОС среднего профессионального образования.

1.3. В результате освоения учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» обучающийся достигает следующих результатов:

Личностных:

Л 1. Развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз.

Л 2. Готовность к служению Отечеству, его защите.

Л 3. Формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Л 4. Воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как индивидуальной и общественной ценности.

Л 5. Освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

Метапредметных:

М 1. Овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека.

М 2. Овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности.

М 3. Формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях.

М 4. Приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий.

М 5. Развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение.

М 6. Формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации чрезвычайных ситуаций.

М 7. Формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников.

М 8. Развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

М 9. Формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

М 10. Развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

М 11. Освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни.

М 12. Приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации.

М 13. Формирование установки на здоровый образ жизни.

М 14. Развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки.

Предметных:

П 1. Сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а так же средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора.

П 2. Получения знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз.

П 3. Сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения.

П 4. Сформированность представлений о здоровом образе жизни как средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности.

П 5. Освоения знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

П 6. Освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека.

П 7. Развития знания основных мер защиты (в том числе и в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций.

П 8. Формирование умения предвидеть возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники.

П 9. Развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях.

П 10. Получение и освоение знаний основ обороны государства и воинской службы; законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения воинской службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки.

П 11. Освоение знаний основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе.

П 12. Владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

Формой аттестации по учебной дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» является в первом семестре – итоговая контрольная работа, во втором семестре дифференцированный зачет.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

Максимальная учебная нагрузка обучающихся – 90 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающихся – 72 часа;
- самостоятельной работы обучающихся – 18 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы:

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	90
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	72
в том числе:	
лекции	18
практические занятия	54
контрольные работы	
курсовая работа	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	18
в том числе:	
написание и выступление с докладом	18
Итоговая аттестация в форме зачёта	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Гражданская оборона.		42	
Тема 1.1. Организация гражданской обороны.	Содержание учебного материала:		
	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Ядерное оружие. Химическое и биологическое оружие. Средства индивидуальной и коллективной защиты от ОМП. Приборы радиационной и химической разведки и контроля. Правила поведения и действия в зонах радиоактивного, химического заражения и в очаге биологического поражения.	4	3
	Практические занятия.		
	Практическое занятие 1. Оружие массового поражения. Виды, основные характеристики, способы защиты.	6	
	Практическое занятие 2. Организация обучения населения в области гражданской обороны и защиты от ЧС.	2	
Практическое занятие 3. Индивидуальные и коллективные средства защиты населения.	2		
Самостоятельная работа обучающихся: Доклад. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.	2		

Тема 1.2. Защита населения и территорий при стихийных бедствиях.	Содержание учебного материала:	2	2
	Защита при землетрясениях, извержениях вулканов, ураганах, бурях, смерчах, грозах. Защита при снежных заносах, сходе лавин, вьюге, селях и оползнях. Защита при наводнениях, лесных, степных и торфяных пожарах.		
	Практические занятия.	6	
	Практическое занятие 4. Чрезвычайные ситуации природного характера (геологического и гидрологического характера). Практическое занятие 5. ЧС метеорологического характера, природные пожары. Практическое занятие 6. ЧС природного характера. Инфекционные заболевания людей.	2 2 2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Доклад. Защита при наводнениях, лесных, степных и торфяных пожарах.	2	
Тема 1.3. Защита населения и территорий при техногенных авариях (катастрофах).	Содержание учебного материала:	2	3
	Защита при автомобильных и железнодорожных авариях (катастрофах). Защита при авариях (катастрофах) на воздушном и водном транспорте. Защита при авариях (катастрофах) на пожароопасных, взрывоопасных объектах. Защита при авариях (катастрофах) на гидродинамических опасных объектах. Защита при авариях (катастрофах) на радиационно-опасных и химически опасных объектах.		
	Практические занятия.	6	
	Практическое занятие 7. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Транспортные аварии. Практическое занятие 8. Аварии на радиационно-, химически- биологически опасных объектах. Защита населения от них. Практическое занятие 9. Пожары и взрывы. Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара.	2 2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Доклад. Защита при авариях (катастрофах) на биологически опасных объектах.	2	
Тема 1.4. Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке.	Содержание учебного материала:	2	3
	Обеспечение безопасности при нахождении на территории ведения боевых действий и во время общественных беспорядков. Обеспечение безопасности в случае захвата заложников, при обнаружении подозрительных предметов, угрозе совершения и совершенном теракте. Практические занятия. Практическое занятие 10. ЧС социального и		
		6	

	социально-политического характера. Практическое занятие 11. Современный терроризм. Практическая отработка порядка эвакуации людей и поведения, будучи заложником. Практическое занятие 12. Социальные опасности, связанные с физическим насилием и девиантным поведением молодежи.	2 2 2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Доклад. Национальные и международные организации, противодействующие терроризму.	2	
Итоговая контрольная работа за 3 семестр.			
Раздел 2. Основы военной службы и обороны государства.		48	
Тема 2.1. Вооруженные Силы России на современном этапе.	Содержание учебного материала: Состав и организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил и роды войск. Система руководства и управления Вооруженными Силами. Воинская обязанность и комплектование Вооруженных Сил личным составом. Порядок прохождения военной службы.	2	3
	Практические занятия. Практическое занятие 1. Виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и особенности прохождения военной службы.	6 2	
	Практическое занятие 2. Знаки различия военнослужащих.	2	
	Практическое занятие 3. Права и свободы военнослужащего. Льготы, предоставляемые военнослужащим.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Доклад. Виды и рода Вооруженных Сил Российской Федерации.	4	
Тема 2.2. Устав Вооруженных Сил России.	Содержание учебного материала: Военная присяга. Боевое Знамя воинской части. Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Внутренний порядок, размещение и быт военнослужащих. Суточный наряд роты. Воинская дисциплина. Караульная служба. Обязанности и действия часового.	2	
	Практические занятия. Практическое занятие 4. Общие и специальные обязанности военнослужащих.	6 2	
	Практическое занятие 5. Правила приема в военные образовательные учреждения гражданской молодежи.	2	
	Практическое занятие 6. Военно - учетные специальности.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Доклад. Военная присяга.	2	

Тема 2.3. Строевая подготовка.	Содержание учебного материала:		
	Строй и управление ими.	2	3
	Практические занятия. <i>Практическое занятие 7.</i> Строевая стойка и повороты на месте. Повороты в движении.	12	
	<i>Практическое занятие 8.</i> Движение строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте.	2	
	<i>Практическое занятие 9.</i> Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Выход из строя и постановка в строй, подход к начальнику и отход от него.	2	
	<i>Практическое занятие 10.</i> Построение и перестроение в одно шереножный и двух шереножный строй, выравнивание, размыкание и смыкание строя, повороты строя на месте.	2	
	<i>Практическое занятие 11.</i> Построение и отработка движения походным строем.	2	
	<i>Практическое занятие 12.</i> Выполнение воинского приветствия в строю, на месте и в движении.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Доклад. Строевая стойка и повороты на месте.	1	
Тема 2.4. Огневая подготовка.	Содержание учебного материала:	2	3
	Материальная часть автомата Калашникова. Подготовка автомата к стрельбе. Ведение огня из автомата.		
	Практические занятия. <i>Практическое занятия 13.</i> Неполная разборка и сборка автомата. Отработка нормативов по неполной разборке и сборке автомата.	6	
	<i>Практическое занятия 14.</i> Принятие положения для стрельбы, подготовка автомата к стрельбе, прицеливание.	2	
	<i>Практическое занятия 15.</i> Изучение основных видов вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений.	2	
	Зачетное занятие за 4 семестр.	3	
ИТОГО		90	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Безопасность жизнедеятельности».

Оборудование учебного кабинета:

Ученические столы, стулья, учительский стол, стул, доска, информационные стенды.

Технические средства обучения:

- телевизор;
- мультимедийный проектор
- DVD-плеер;
- видеоманитофон;
- музыкальный центр;
- компьютер;
- тематические стенды;
- средства индивидуальной защиты.

3.2. Информационное обеспечение обучения.

Перечень рекомендуемых учебных изданий.

Основные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений сред.проф.образования. / Э.А. Арустамов, Н.В.Косолапова, Н.А.Прокопенко, Г.В.Гуськов; – М.: Изд. Центр «Академия», 2015.
2. Безопасность жизнедеятельности. Учебник для общеобразоват. учреждений: базовый и профил. уровни / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». – 4-е изд., перераб. – М.: Просвещение, 2017. – 320 с.
3. Курс лекций по безопасности жизнедеятельности./ Н.И.Андреев, В.И.Пупынин.- электронная версия.

Дополнительные источники:

- Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник /В.Ю.Микрюков.- М.:КНОРУС, 2016.-334 с.\
- Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / Ю.Н.Сычев.-М.: ИНФРА-М, 2019. – 204 с.
- Мультимедиа технологии / Безопасность жизнедеятельности: видео лекций, интерактивный режим, контроль знаний, дополнительный видеоматериал, нормативные документы; под редакцией С.К. Шойгу; Федеральный центр науки и высоких технологий «ВНИИ ГОЧС МЧС России», 2015.
- Мультимедиа технологии / Безопасность жизнедеятельности: 56 практических занятий, интерактивный режим, контроль знаний /М.А. Шахраманьян, М.П. Фролов, Д.Э. Колосов, И.Я. Анюгин, под редакцией С.К. Шойгу; Федеральный центр науки и высоких технологий «ВНИИ ГОЧС МЧС России», 2013.

- Природные и техногенные чрезвычайные ситуации: опасности, угрозы, риски. /Акимов В.А., Новиков В.Д., Радаев И.И. - Деловой экспресс, 2013.
- Безопасность жизнедеятельности: под ред. О.Н. Русака. Словарь-справочник – «ЛИК», 2013.
- Гражданская защита: энциклопедия / под общ. ред. С.К. Шойгу. – Деловой экспресс, 2015.
- Оповещение населения при чрезвычайных ситуациях. /Соколов Ю.И. –КРУК, 2014.
- «Памятка населению о поведении в экстремальных ситуациях» / Цвилюк Г., Цвилюк И. ГУВД, 2014.

Список учебных плакатов:

- Индивидуальная аптечка общего назначения;
- Простейшие способы ориентирования по солнцу, звездам и компасу.
- Способы добывания воды: конденсация, опреснение;
- Безопасность электроприборов: телевизор, радио и видеоманитофоны, утюги, кипятильники, фены и т.д. Шнуры электропитания и предохранители;
- Тушение пожара: пенный и углекислотный огнетушители, песок, мокрая ткань, электроприборы;
- Эвакуация из аварийного здания.

Интернет - ресурсы

- <http://elibrary.ru/defaultx.asp> - Научная электронная библиотека: электронные версии статей журналов
- AUP.Ru – Административно-Управленческий Портал [Режим доступа <http://www.aup.ru>].
- Общероссийская Сеть Консультант-Плюс [Режим доступа <http://www.consultant.ru>].
- Государственная публичная научно-техническая библиотека России [Режим доступа <http://www.gpntb.ru>].
- Публичная Интернет-библиотека [Режим доступа <http://www.public.ru>].
- Гражданская защита (оборона) на предприятии на сайте для первичного звена сил ГО <http://go-oborona.narod.ru>.
- Культура безопасности жизнедеятельности на сайте по формированию культуры безопасности среди населения РФ <http://www.kbzhd.ru>.
- Официальный сайт МЧС России: <http://www.mchs.gov.ru>.
- Портал Академии Гражданской защиты: <http://www.amchs.ru/portal>.
- Портал Правительства России: <http://government.ru>
- Портал Президента России: <http://kremlin.ru>.
- Портал «Радиационная, химическая и биологическая защита»: <http://www.rhbz.ru/main.html>.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных работ, тестирования, зачета, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий (докладов):

Результаты обучения: освоенные умения, усвоенные знания	Коды формируемых профессиональных и общих компетенций	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Знания		
Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России.	ПК 2.1. ПК 4.2. ОК 01-10	Устный индивидуальный и фронтальный опрос, тестирование, устное собеседование по теоретическому материалу.
Организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций.	ПК 2.1. ПК 4.2. ОК 01-10	Устный индивидуальный и фронтальный опрос, тестирование, устное собеседование по теоретическому материалу.
Предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и в быту.	ПК 2.1. ПК 4.2. ОК 01-10	Устный индивидуальный и фронтальный опрос, тестирование, устное собеседование по теоретическому материалу.
Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения.	ПК 2.1. ПК 4.2. ОК 01-10	Устный индивидуальный и фронтальный опрос, тестирование, устное собеседование по теоретическому материалу.
Применять первичные средства пожаротушения.	ПК 2.1. ПК 4.2. ОК 01-10	Устный индивидуальный и фронтальный опрос, тестирование, устное собеседование по теоретическому материалу.
Ориентироваться в перечне военно – учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности	ПК 2.1. ПК 4.2. ОК 01-10	Устный индивидуальный и фронтальный опрос, тестирование, устное собеседование по теоретическому материалу.
Применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью.	ПК 2.1. ПК 4.2. ОК 01-10	Устный индивидуальный и фронтальный опрос, тестирование, устное собеседование по теоретическому материалу.
Владеть способами бесконфликтно-	ПК 2.1.	Устный индивидуальный и

го общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы.	ПК 4.2. ОК 01-10	фронтальный опрос, тестирование, устное собеседование по теоретическому материалу.
Умения:		
Организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций	У1 – У4	Устный опрос, практические задания, письменные работы.
Предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и в быту	У1 – У4	Устный опрос, практические задания, письменные работы.
Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения	У1 – У4	Устный опрос, практические задания, письменные работы.
Применять первичные средства пожаротушения	У1 – У4	Устный опрос, практические задания, письменные работы.
Ориентироваться в перечне военно – учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности	У1 – У4	Устный опрос, практические задания, письменные работы.
Применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью	У1 – У4	Устный опрос, практические задания, письменные работы.
Владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы	У1 – У4	Устный опрос, практические задания, письменные работы.