

Областное государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
Димитровградский технический колледж

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по НМР

ОГБПОУ ДТК



А.С. Пензин

« 30 » 06 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

по специальности:

*21.02.03 Сооружение и эксплуатация газонефтепроводов и
газонефтехранилищ*

Димитровград
2021

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе примерной программы для профессиональных образовательных организаций ФГАУ ФИРО. Протокол №3 от 21 июля 2015 г. Регистрационный номер рецензии 379 от 23 июля 2015г.

Организация-разработчик: областное государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Дмитровградский технический колледж»

РАССМОТРЕНО

на заседании ЦК
«Математические, общие
естественнонаучные и
спортивные дисциплины»;
Информационные системы и
программирование
Протокол заседания ЦК №10
от «30» июня 2021 г

РЕКОМЕНДОВАНО

Научно-методическим советом
ОГБПОУ ДТК
Протокол № 4
от «30» июня 2021 г

Разработчик: Фуресов Ю.В. - преподаватель – организатор ОБЖ
Ф.И.О., ученая степень, звание, должность,

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	22

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы по специальностям: 09.02.07. «Информационные системы и программирование», 15.02.15 «Технология металлообрабатывающего производства», 23.02.07 «Техническое обслуживание ремонта двигателей, систем и агрегатов автомобилей», 23.02.05 «Эксплуатация транспортного электрооборудования и автоматики (по видам транспорта, за исключением водного), 15.02.12 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт промышленного оборудования (по отраслям).

Освоение рабочей программы учебной дисциплины возможно с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий при изучении всех тем без перестановки.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании, в программах повышения квалификации и переподготовки, в профессиональной подготовке по специальностям: 09.02.07. «Информационные системы и программирование», 15.02.15 «Технология металлообрабатывающего производства», 23.02.07 «Техническое обслуживание ремонта двигателей, систем и агрегатов автомобилей», 23.02.05 «Эксплуатация транспортного электрооборудования и автоматики (по видам транспорта, за исключением водного), 15.02.12 «Монтаж, техническое обслуживание и ремонт промышленного оборудования (по отраслям).

Содержание программы «Основы безопасности жизнедеятельности» 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.

Программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях СПО, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих, служащих и

специалистов среднего звена.

Программа разработана на основе требований ФГАУ ФИРО Протокол №3 от 21 июля 2015 г., регистрационный номер рецензии 379, ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

1.2 МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

В профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

1.3 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

В современных условиях глобализации развития мировой экономики, усложнения, интенсификации и увеличения напряженности профессиональной деятельности специалистов существенно возрастает общественно-производственное значение состояния здоровья каждого человека. Здоровье становится приоритетной социальной ценностью. В связи с этим исключительную важность приобретает высокая профессиональная подготовка специалистов различного профиля к принятию решений и действиям по предупреждению чрезвычайных ситуаций (ЧС), а при их возникновении — к проведению соответствующих мероприятий по ликвидации их негативных последствий, и прежде всего к оказанию первой помощи пострадавшим.

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучает риски производственной, природной,

социальной, бытовой, городской и других сред обитания человека, как в условиях повседневной жизни, так и при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного, природного и социального характера. Данная дисциплина является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности.

Основными содержательными темами программы являются: введение в дисциплину, обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья, государственная система обеспечения безопасности населения, основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний.

Изучение общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации студентов в процессе освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования.

1.4 РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

• *личностных:*

<i>Личностные результаты обучения</i>	<i>Соответствующие ОК</i>	<i>Соответствующие личностные результаты реализации программы воспитания</i>
- содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.	ОК 7	ЛР 9
- умение выстраивать конструктивные взаимоотношения в командной работе по решению общих задач, в том числе с использованием современных средств сетевых коммуникаций.	ОК 6	
- осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	ОК 4	
- готовность к служению Отечеству, его защите;	ОК 8	ЛР 1
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;	ОК 3	
-освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;	ОК 7	ЛР 9
-чувство гордости и уважения к истории и достижениям	ОК 1	ЛР 5

отечественной науки; грамотное поведение в профессиональной деятельности и быту при обращении с приборами и устройствами		
-организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	ОК 2	
-умение выбирать грамотное поведение при использовании разнообразных средств информационно-коммуникационных технологий как в профессиональной деятельности, так и в быту	ОК 5	
-использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.	ОК 8	ЛР 9

личностные результаты реализации программы воспитания

ЛР 1	Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.
ЛР 5	Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.
ЛР 9	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

Кроме того, в процессе изучения дисциплины формируются следующие **компетенции:**

ОК 1	Понимать сущность и социальную значимость будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2	Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.
ОК 3	Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.
ОК 4	Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.
ОК 5	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
ОК 6	Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.
ОК 7	Организовать собственную деятельность с соблюдением требований охраны труда и экологической безопасности.
ОК 8	Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

метапредметных:

-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;

-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;

-формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

-приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

-развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

-формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

-формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

-развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

-формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

-развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

-освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

-приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

-формирование установки на здоровый образ жизни;

-развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• **предметных:**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- 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;
- получение и освоение знания 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 военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- 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;

1.5 Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

Объем образовательной нагрузки обучающегося - 58 часов.

Всего учебных занятий - 56 часов

Консультации - 2 часа

2 СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Объем образовательной нагрузки	58
Всего учебных занятий	56
в том числе:	
практические занятия	24
контрольные работы	
Консультация	2
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета во 2 семестре	

Тематический план и содержание учебной дисциплины **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Наименование разделов, профессионального модуля, МДК	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся.	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	<p>Результаты освоения учебной дисциплины</p> <p>Знать: формирование представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора.</p> <p>Уметь: овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;</p> <p>Формируемые компетенции: ОК 1-8, ЛР 1, ЛР 5, ЛР 9</p>	14	
	<p>Содержание:</p>	10	
	<p>Тема 1.1. Введение в ОБЖ <i>Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины</i></p>	2	2
	<p>Тема 1.2. Здоровье и здоровый образ жизни <i>Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.</i></p>	2	3
	<p>Тема 1.3. Вредные привычки, их влияние на здоровье человека и социальные последствия <i>Употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков, токсических веществ и их профилактика. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.</i></p>	2	2
	<p>Тема 1.4. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека <i>Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья. Репродуктивное здоровье женщины и факторы влияющие на него. Правовые основы взаимоотношения полов.</i></p>	4	3

	<i>Брак и семья. Основы семейного права в РФ.</i>		
	Практические занятия.	4	
	Практическое занятие № 1. «Определение факторов, способствующих укреплению здоровья человека».	2	
	Практическое занятие № 2. «Изучение правовых основ взаимоотношения полов».	2	
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	Результаты освоения учебной дисциплины	20	
	Знать: - освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; - развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;		
	Уметь: формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники.		
	Формируемые компетенции: ОК 1-8, ЛР 1, ЛР 5, ЛР 9		
	Содержание:	10	
	Тема 2.1. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера <i>Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций, возможных в регионах проживания.</i>	2	3
	Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций <i>Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, история её создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от ЧС.</i>	2	2
Тема 2.3. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны <i>Основные понятия, определения и задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Организация гражданской обороной в общеобразовательном учреждении, её предназначение.</i>	2	3	
Тема 2.4. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. <i>Организация и основное содержание АСДНР. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения.</i>	2	3	
Тема 2.5. Основные направления деятельности государственных организаций и	2	3	

	ведомств РФ по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. <i>Прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, АСДНР, обучение населения.</i>		
	Практические занятия.	10	
	Практическое занятие № 3. «Изучение современных средств поражения и их поражающих факторов».	2	
	Практическое занятие № 4. «Изучение способов оповещения и информирования населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени».	2	
	Практическое занятие № 5. «Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени».	2	
	Практическое занятие № 6. «Изучение и использование ИСЗ от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени».	2	
	Практическое занятие № 7. «Определение правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника».	2	
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.	Результаты освоения учебной дисциплины Знать: - получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз; - получение и освоение знания 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 военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки; - освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе. Уметь: - 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; - развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; Формируемые компетенции: ОК 1-8, ЛР 1, ЛР 5, ЛР 9	16	
	Содержание:	10	

	<p>Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России <i>Организация вооруженных сил Московского государства в XIV-XV веках. Военные реформы Ивана Грозного в середине XVI века. Военные реформы Петра- I, создание регулярной армии, её особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Рождение и становление Советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы РФ, основные предпосылки проведения военной реформы. Функции и основные задачи современных ВС РФ.</i></p>	2	2
	<p>Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил РФ. <i>Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск не входящие и входящие в Виды ВС РФ.</i></p>	2	3
	<p>Тема 3.3. Воинская обязанность. <i>Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учёт. Организация воинского учёта и его предназначение. Первоначальна постановка граждан на воинский учёт. Обязанности граждан по воинскому учёту. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учёт. Общие права и обязанности военнослужащих. Виды ответственности, устанавливаемой для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе: основные направления и содержание Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения АГС. Требования, предъявляемые к гражданам для прохождения АГС.</i></p>	2	3
	<p>Тема 3.4. Военнослужащий – защитник своего Отечества. <i>Основные качества личности военнослужащего: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости, конституционного строя в России, народа и Отечества, совершенное владение оружием и военной техникой.</i></p>	2	3
	<p>Тема 3.5. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. <i>Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники.</i></p>	2	2

	<i>Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку.</i>		
	Практические занятия.	6	
	Практическое занятие № 8. «Определение функций и основных задач современных Вооруженных Сил России, их роли и места в системе обеспечения национальной безопасности».	2	
	Практическое занятие № 9. «Изучение состава, воинских званий и знаков различия военнослужащих ВС РФ, ВМФ, воинских чинов казачьих войск».	2	
	Практическое занятие № 10. «Изучение видов воинской деятельности и их особенностей». «Изучение общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих».	2	
Раздел 4. Основы медицинских знаний	Результаты освоения учебной дисциплины Знать: - владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях, включая знания об основных инфекционных заболеваниях. Уметь: - развитие умения применять полученные теоретические знания на практике - формирование установки на здоровый образ жизни. Формируемые компетенции: ОК 1-8, ЛР 1, ЛР 5, ЛР 9	6	
	Содержание:	2	
	Тема 4.1. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. <i>Основные средства планирования семьи.</i> <i>Формирование основ здорового образа жизни.</i> <i>Духовность и здоровье семьи.</i>	2	
	Практические занятия.	4	
	Практическое занятие № 11. «Оказание первой медицинской помощи при травмах и ранениях».	2	
	Практическое занятие № 12. «Оказание первой медицинской помощи при кровотечениях и ожогах».	2	
	Всего учебных занятий	56	

3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета Основы безопасности жизнедеятельности.

Оборудование учебного кабинета:

- доска для письма;
- комплект настенных стендов в соответствии с планом оформления кабинета;
- комплект учебных столов и стульев;
- комплекты учебников: Основы безопасности жизнедеятельности , 10, 11 кл.; Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 кл.
- комплект учебных пособий по тематике основ военной службы, первой медицинской помощи и здорового образа жизни, гражданской обороны и защиты от ЧС природного и техногенного происхождения.
- комплект карточек для тестирования учащихся.
- комплект плакатов: «Защита в ЧС», «Пожарная безопасность», «Первая медицинская помощь», «Гражданская оборона», «Современные средства защиты», «Основы военной службы», «Здоровый образ жизни»

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- видеопроектор;
- телевизор с большим экраном;
- робот-тренажёр «Гоша-1»;
- разборные макеты автомата АК-74;
- макеты винтовки Мосина (Карабина СКС);
- винтовки пневматические МР-512 (513), ИЖ-38С;
- электронный тренажёр для обучения стрельбе из винтовки (автомата, пистолета);
- магазины к автомату и пистолету для выполнения нормативов с учебными патронами;
- стационарный и переносной тир для стрельбы из ПВ»;
- макеты ручных гранат «Ф-1», «РГД – 5»;
- комплект учебных мин;
- комплект пулек для стрельбы из пневматической винтовки;
- комплект противогазов ГП-5, ГП-7, ПДВ-7;
- комплект противогазов для определения и устранения неисправностей;
- комплект средств защиты кожи: ОЗК, Л-1;
- приборы радиационной и химической разведки и контроля: ДП-5В, ДП-22 (24), ВПХР;
- комплект медицинских средств защиты: АИ-2, ИПП-8, ИПП-9, ИПП-10;

- комплект компасов Адрианова, туристических компасов;
- комплект учебных топографических карт разного масштаба;
- комплект сигнальных флажков красного и белого (жёлтого) цвета;
- образцы средств телефонной и радиосвязи для вооруженных сил;
- укомплектованные санитарные сумки и санитарные носилки, комплект шин для иммобилизации конечностей при переломах.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники для обучающихся:

1. Федеральные законы: «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 61 ФЗ и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму»// Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. – М., 1993 – 2007.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник. 10 кл. Под редакцией Воробьёва Ю.Л. – М., 2019.
3. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник. 11 кл. Под редакцией Воробьёва Ю.Л. – М., 2019.
4. Топоров И.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10-11 кл. – М., 2005.
5. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А.. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 кл. – М., 2003.
6. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10 кл. – М., 2003.
7. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 кл. общеобразовательных учреждений. / А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, В.А.Васнев; под редакцией А.Т.Смирнова. – 8-е изд., перераб. – М., 2018.
8. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся/ (А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, Э.Н. Аюбов); под редакцией А.Т.Смирнова. – М., 2007.
9. Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для 10 – 11 кл. общеобразовательных учреждений. / А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, П.В.Ижевский; под общей редакцией А.Т.Смирнова. – 6-е издание – М., 2006.
10. Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: тестовый контроль знаний старшеклассников. 10 – 11 кл./ Смирнов А.Т., М.В.Маслов; под редакцией А.Т.Смирнова. – М., 2018.

11. Васнев А.А. Основы подготовки к военной службе: книга для учителя / В.А.Васнев, С.А.Чиненный. – М., 2002.
12. Общевоинские уставы ВС РФ. – Ростов н/Д: «Феникс», 2005.

Дополнительные источники:

1. Хван Т.А., Хван П.А. Основы безопасности жизнедеятельности, Серия «СПО». Ростов н/Д: «Феникс», 2003.
2. В.В.Марко, В.Н. Латчук, С.К.Миронов, С.Н. Вангородский. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл.; Учебник для общеобразовательных учебных заведений. – М., «Дрофа», 2001.
3. Военная доктрина Российской Федерации // Вестник военной информации. – 2000. - № 5.
4. 100 вопросов и 100 ответов о прохождении военной службы солдатами и сержантами по призыву и по контракту: Сборник. – М., 2006.
5. Армия государства Российского и защита Отечества / Под редакцией А.Т.Смирнова. – М., 2004.
6. Дуров В.А. Русские награды XVIII – начала XX в. / В.А.Дуров – 2-е изд., доп. – М., 2003.
7. Дуров В.А. Отечественные награды. / В.А.Дуров. – М., 2005.
8. Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С.В.Петров, В.Г.Бубнов. – М., 2000.
9. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. Основы медицинских знаний. Спаси и сохрани: учебное пособие для учащихся 9 – 11 кл. общеобразовательных учреждений и преподавателей – организаторов курса «ОБЖ». – М., 1997.
10. Семейный кодекс Российской Федерации (действующая редакция).
11. Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).
12. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл.: поурочные планы по учебнику А.Т.Смирнова, Б.И.Мишина, В.А.Васнева / авт.- сост. В.А.Шкенёв. – Волгоград: Учитель, 2007.
13. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл. : поурочные планы по учебнику А.Т.Смирнова, Б.И.Мишина, В.А. Васнева / авт.- сост. В.А. Шкенёв. – Волгоград: Учитель, 2006.
14. Латчук В.Н., Марков В.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл.: Методическое пособие. – М.: Дрофа, 2000.
15. Латчук В.Н., Марков В.В.. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл.: Методическое пособие. – М.: Дрофа, 2000.
16. Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества. Учебное пособие по разделу «Основы военной службы» 10 кл. – М., 2001.
16. Конвенция о правах ребенка.: Конвенция ООН. – М.: РИОР, 2007.
17. Военный энциклопедический словарь. Изд. 2-е. М.: Военное издательство, 1986 г.
18. Начальная военная подготовка: учебник для учащихся 9 – 10 кл. Под редакцией Ю.А. Науменко. – 8-е изд., испр. – М.: Просвещение, 1985.

Основные источники для преподавателей:

Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных федеральными конституционными законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ) // СЗ РФ. — 2009. — № 4. — Ст. 445.

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (в ред. федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ) «Об образовании в Российской Федерации».

Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).

Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования”».

Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования».

Гражданский кодекс РФ (Ч. 1) (утвержден Федеральным законом от 30.11.94 № 51-ФЗ (в ред. от 11.02.2013, с изм. и доп. от 01.03.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 32 (Ч. 1). — Ст. 3301.

Гражданский кодекс РФ (Ч. 2) (утвержден Федеральным законом от 26.01.96 № 14-ФЗ) (в ред. от 14.06.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 5 (Ч. 2). — Ст. 410.

Гражданский кодекс РФ (Ч. 3) (утвержден Федеральным законом от 26.11.01 № 146-ФЗ) (в ред. от 05.06.2012) // СЗ РФ. — 2001. — № 49. — Ст. 4552.

Гражданский кодекс РФ (Ч. 4) (утвержден Федеральным законом от 18.12.06 № 230-ФЗ) (в ред. от 08.12.2011) // СЗ РФ. — 2006. — № 52 (Ч. 1). — Ст. 5496.

Семейный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 29.12.1995 № 223-ФЗ) (в ред. от 12.11.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 1. — Ст. 16.

Уголовный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 13.06.1996 № 63-ФЗ) (в ред. от 07.12.2011 ; с изм. и доп., вступающими в силу с 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 25. — Ст. 2954.

Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.

Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.

Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2011. — № 47.

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2012.

Приказ министра обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.02.2010 № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» (зарегистрировано Минюстом России 12.04.2010, регистрационный № 16866).

Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. — М., 2012.

Косолапова Н.В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2013.

Митяев А. Книга будущих командиров. — М., 2010.

Назарова Е.Н., Жиллов Ю.Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.

Общевойсковые уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2013.

Справочники, энциклопедии

Изотова М.А., Царева Т.Б. Полная энциклопедия орденов и медалей России. — М., 2008.

Ионина Н.А. 100 великих наград. — М., 2009.

Каменев А.И. Энциклопедия русского офицера. — М., 2008.

Каторин Ю. Ф. Танки: иллюстрированная энциклопедия. — М., 2011.

Лубченков Ю.Н. Русские полководцы. — М., 2009.

Интернет-ресурсы

www.mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ). www.mvd.ru

(сайт МВД РФ). www.mil.ru (сайт Минобороны).

www.fsb.ru (сайт ФСБ РФ).

www.dic.academic.ru (Академик. Словари и энциклопедии).

www.booksgid.com (Boo Gid. Электронная библиотека).

www.globalteka.ru/index.html (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).

www.window.edu.ru (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).

www.iprbookshop.ru (Электронно-библиотечная система IPRbooks).

www.pobediteli.ru (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).

www.monino.ru (Музей Военно-Воздушных Сил).

www.simvolika.rsl.ru (Государственные символы России. История и реальность). www.militera.lib.ru (Военная литература).

4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты освоения учебной дисциплины	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз; -готовность к служению Отечеству, его защите; -формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности; -исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.); -воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности; -освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; 	<ul style="list-style-type: none"> - проверка и оценка устных выступлений по предлагаемым темам; - устные и фронтальные опросы по изучаемым темам; - тестирование по разделам 1-4;
<p>метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -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 	<p>Текущий контроль в форме:</p> <ul style="list-style-type: none"> Устного и письменного опроса по разделам 1-4; Самостоятельной работы с учебниками; Решения ситуационных задач при изучении 1-4 разделов Демонстрация практических действий по применению полученных навыков; Выполнение практических заданий при изучение раздела 1 (надевание противогаза) Выступление с сообщениями и презентациями по разделам 1-4. <p>Промежуточная аттестация в форме:</p>

человека;

- 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;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и

Дифференцированного зачета в тестовой форме- 4 варианта.

вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

-формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

-развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

-освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

-приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

-формирование установки на здоровый образ жизни;

-развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• предметные:

-сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также о средствах, повышающих защищенность личности, общества и государства

Текущий контроль в форме:

Устного и письменного опроса по разделам 1-4;

Самостоятельной работы с учебниками;

Решения ситуационных задач

при изучении 1-4 разделов

Демонстрация практических действий по применению полученных навыков;

Выполнение практических заданий при изучении раздела 1 (надевание противогаза)

от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- 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;
- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об

Выступление с сообщениями и презентациями по разделам 1-4.

Промежуточная аттестация в форме:

Дифференцированного зачета в тестовой форме- 4 варианта.

обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

-освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

-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;