

БПОУ ВО «Белозерский индустриально-педагогический колледж  
им. А.А. Желобовского»

**УТВЕРЖДЕНА**

Директор БПОУ ВО

«Белозерский индустриально-  
педагогический колледж

им. А. А. Желобовского»

Бибиксарова О. Г.

Приказ № 285-О от 14.09.2022 г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«ООД.13 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

основная профессиональная образовательная программа- программа

подготовки специалистов среднего звена по специальности

**46.02.01. Документационное обеспечение управления и архивоведение»**

г. Белозерск  
2022 г

Рабочая программа учебного предмета ООД.13. Основы безопасности жизнедеятельности разработана в соответствии

- федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17 мая 2012 года № 413 (с изменениями и дополнениями);

- методических рекомендаций по реализации среднего общего образования в пределах освоения образовательной программы среднего профессионального образования на базе основного общего образования, утвержденных Министерством просвещения РФ 14 апреля 2021 г.;

- рабочей программы воспитания по специальности (профессии).

Организация-разработчик: бюджетное профессиональное образовательное учреждение Вологодской области «Белозерский индустриально-педагогический колледж им. А. А. Желобовского»

Разработчик(и):

Архипов Е.Л. преподаватель БПОУ ВО «Белозерский индустриально-педагогический колледж им. А.А. Желобовского».

## СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
<b>ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА</b>	<b>4</b>
<b>1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА</b>	<b>7</b>
<b>2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА</b>	<b>19</b>
<b>3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ, В ТОМ ЧИСЛЕ С УЧЕТОМ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ</b>	<b>24</b>

# **ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ОУДБ.07ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

## **1. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Рабочая программа учебного предмета ОУДБ.07 Основы безопасности жизнедеятельности (профильный уровень) является частью основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования.

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины ОУДБ.07 Основы безопасности жизнедеятельности составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования.

Программа реализуется в пределах основной профессиональной образовательной программы и осваивается с учетом социально-экономического профиля получаемого профессионального образования.

Рабочая программа учебного предмета ОУДБ.07 Основы безопасности жизнедеятельности относится к общим учебным дисциплинам общеобразовательного учебного цикла и входит в обязательную предметную область «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС СОО.

## **2. Материально-техническое обеспечение программы учебного предмета**

Освоение программы учебного предмета ОУДБ.07 Основы безопасности жизнедеятельности предполагает наличие учебного кабинета. Помещение кабинета удовлетворяет требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов.

Оснащение учебного кабинета обеспечивается библиотечным фондом, печатными пособиями, информационными средствами, а также техническими средствами обучения, учебно-практическим и учебно-лабораторным оборудованием.

### **Оборудование учебного кабинета:**

- учебная доска;
- учебная мебель (ученические стулья и столы, рабочее место преподавателя);
- учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование;

### **Технические средства обучения:**

- компьютер;
- проектор;
- экран;
- интерактивная доска.

### **Информационные средства обучения:**

- электронные учебные издания по основным разделам курса ОБЖ;

- мультимедийные обучающие программы;
- презентации по разделам курса ОБЖ.

### **3. Учебно-методическое обеспечение**

#### **Основные источники:**

Основы безопасности жизнедеятельности. Государственная система обеспечения безопасности населения : учебное пособие для СПО / А. Н. Приешкина, М. А. Огородников, Е. Ю. Голубь, А. В. Седымов. — Саратов : Профобразование, 2020. — 76 с. — ISBN 978-5-4488-0743-5. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/92323.html> (дата обращения: 26.01.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/92323>

#### **Дополнительные источники:**

Приешкина, А. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Обеспечение здорового образа жизни и основы медицинских знаний : учебное пособие для СПО / А. Н. Приешкина. — Саратов : Профобразование, 2020. — 92 с. — ISBN 978-5-4488-0740-4. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/92324.html> (дата обращения: 26.01.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/92324>

#### **Электронные ресурсы:**

<https://www.rea.ru/ru/org/cathedries/himfizkaf/>- Безопасность жизнедеятельности  
<https://moodle.kstu.ru/mo>

d/book/tool/print/index.php?id=теоретические основы безопасности жизнедеятельности

[http://openedo.mrsu.ru/pluginfile.php/68039/mod\\_resource/content/](http://openedo.mrsu.ru/pluginfile.php/68039/mod_resource/content/)-

безопасность жизнедеятельности

#### **4. Формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся**

Текущий контроль и промежуточная аттестация осуществляются в соответствии с «Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в БПОУ ВО «Вологодский колледж технологии и дизайна».

Текущий контроль осуществляется с целью проверки степени и качества усвоения материала в ходе его изучения в следующих формах: самостоятельные, контрольные работы, практические занятия, тесты, проекты.

Промежуточная аттестация осуществляется с целью проверки степени и качества усвоения материала по результатам изучения содержания учебного предмета в форме дифференцированного зачета.

Для текущего контроля и промежуточной аттестации создан комплект оценочных средств (КОС). КОС включает в себя материалы текущего контроля и материалы к промежуточной аттестации предназначенные для определения соответствия (или несоответствия) индивидуальных образовательных достижений основным показателям оценки результатов подготовки.

#### **5. Основные образовательные технологии**

При реализации рабочей программы используются следующие современные педагогические технологии: информационно-коммуникационные технологии, технологии разноуровневого обучения, учебного проектирования (метод проектов).

Допустимо применение дистанционных образовательных технологий. Использование платформ ZOOM, веб-сервисов Google, позволяют осуществлять онлайн обучение, в результате которого могут быть рассмотрены как теоретические вопросы, так и вопросы практического содержания, связанные с закреплением учебного материала.

## 1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА

Освоение содержания учебной дисциплины обеспечивает достижение следующих результатов:

**Личностных**, с учетом рабочей программы воспитания:

<b>Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)</b>	<b>Код личностных результатов реализации программы воспитания</b>
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.	<b>ЛР 1</b>
Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.	<b>ЛР 2</b>
Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	<b>ЛР 3</b>
Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа».	<b>ЛР 4</b>
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.	<b>ЛР 5</b>
Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.	<b>ЛР 6</b>
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	<b>ЛР 7</b>
Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и	<b>ЛР 8</b>

трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.	
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.	<b>ЛР 9</b>
Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.	<b>ЛР 10</b>
Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры.	<b>ЛР 11</b>
Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.	<b>ЛР 12</b>
<b>Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности</b>	
Выполняющий профессиональные навыки в гостиничной сфере	<b>ЛР 13</b>
Готовность обучающегося соответствовать ожиданиям работодателей; ответственный специалист, дисциплинированный, трудолюбивый, нацеленный на достижение поставленных задач, эффективно взаимодействующий с членами команды	<b>ЛР 14</b>
Соблюдающий в своей деятельности этические принципы честности, открытости, противодействия коррупции и экстремизму, уважительного отношения к результатам собственного и чужого труда	<b>ЛР 15</b>
Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию профессиональной и общественной деятельности,	<b>ЛР 16</b>
<b>Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектом Российской Федерации<sup>1</sup>(при наличии)</b>	
Готовый к профессиональному самосовершенствованию и труду на благо родного края, в целях развития Вологодской области	<b>ЛР 17</b>
Способный к самостоятельному решению вопросов жизнеустройства	<b>ЛР 18</b>
Обладающий физической выносливостью в соответствии с требованиями профессиональных компетенций	<b>ЛР 19</b>
Осознающий значимость здорового образа жизни и законопослушного поведения собственных и общественно-значимых целей	<b>ЛР 20</b>

а также

- уровень развития личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- степень готовности к служению Отечеству, его защите;
- сформированность потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- сформированность ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоенность приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- развитие логического мышления, пространственного воображения, алгоритмической культуры, критичности мышления на уровне, необходимом для будущей профессиональной деятельности, для продолжения образования и самообразования;
- овладение знаниями и умениями, необходимыми в повседневной жизни, для освоения смежных естественно-научных дисциплин и дисциплин профессионального цикла;
- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- готовность и способность к самостоятельной творческой и ответственной деятельности;
- готовность к коллективной работе, сотрудничеству со сверстниками в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

### ***метапредметных:***

#### **Регулятивные универсальные учебные действия**

- самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;
- оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;

- выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;
- организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;
- сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

### **Познавательные универсальные учебные действия**

- искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;
- критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;
- использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;
- находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;
- выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;
- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;
- менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

### **Коммуникативные универсальные учебные действия**

- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;
- при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);
- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;
- развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;
- распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

### ***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.

## **Индивидуальный проект обучающегося**

Индивидуальный проект представляет собой особую форму организации деятельности обучающихся (учебное исследование или учебный проект) в рамках освоения основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования.

Индивидуальный проект выполняется обучающимся самостоятельно под руководством преподавателя по выбранной теме в рамках одного или нескольких изучаемых учебных предметов, курсов в любой избранной области деятельности (познавательной, практической, учебно-исследовательской, социальной, художественно-творческой, иной).

Результаты выполнения индивидуального проекта должны отражать:

– сформированность навыков коммуникативной, учебно-исследовательской деятельности, критического мышления;

– способность к инновационной, аналитической, творческой, интеллектуальной деятельности;

– сформированность навыков проектной деятельности, а также самостоятельного применения приобретенных знаний и способов действий при решении различных задач, используя знания одного или нескольких учебных предметов или предметных областей;

– способность постановки цели и формулирования гипотезы исследования, планирования работы, отбора и интерпретации необходимой информации, структурирования аргументации результатов исследования на основе собранных данных, презентации результатов.

Индивидуальный проект выполняется обучающимся в течение одного года в рамках учебного времени, специально отведенного учебным планом, и должен быть представлен в виде завершеного учебного исследования или разработанного проекта: информационного, творческого, социального, прикладного, инновационного, конструкторского, инженерного.

**Результаты изучения учебного предмета:**

Раздел	УУД		
	Предметные	Личностные	Метапредметные
<p><b>Раздел 1.</b> Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</p>	<p>- определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни.</p> <p>- усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха.</p> <p>- анализ влияния двигательной активности на здоровье человека,</p> <p>- определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя.</p> <p>- анализ влияния неблагоприятной окружающей</p>	<p>-сформированность установки на здоровый образ жизни;</p> <p>-степень развития необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;</p>	<p>-формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;</p> <p>-исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);</p>

	<p>среды на здоровье человека.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам.</li> <li>- моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения.</li> <li>- характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека.</li> <li>- моделирование ситуаций по применению правил сохранения здоровья</li> </ul>		
<p><b>Раздел 2.</b> Государственная система обеспечения безопасности населения.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.</li> <li>- Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- опыт самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;</li> <li>- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера</li> </ul>

	<p>человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.</li> <li>- Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС);</li> <li>- объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил</li> </ul>	<p>информационных технологий</p>	
--	---	----------------------------------	--

	<p>безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.</li> <li>- Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности</li> </ul>		
<p><b>Раздел 3.</b> Основы обороны государства и воинская обязанность.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика</li> <li>- основных этапов создания Вооруженных Сил России.</li> <li>- Знание области применения</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;</li> <li>-взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли;</li> <li>- владение способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;</li> <li>- готовность к служению Отечеству, его защите</li> </ul>

	<p>получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;</li> <li>- основы военной службы и обороны государства;</li> <li>- умение ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности</li> <li>- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью</li> </ul>	<p>деятельности и экстремальных условиях военной службы</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности</li> </ul>
--	--	---	---

<p><b>Раздел 4.</b>  <b>Основы</b>  <b>медицинских</b>  <b>знаний</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.</li> <li>- Характеристика основных признаков жизни.</li> <li>- Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара.</li> <li>- Определение основных средств планирования семьи.</li> <li>- Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Применять полученные теоретические знания на практике:</li> <li>-принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;</li> <li>-информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;</li> <li>– формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;</li> <li>–исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);</li> </ul>
---	--	--	---

## 2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА

### 2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

Для групп КМ, ТТ, СР, Т, ДО, портной, парикмахер

<b>Вид учебной деятельности</b>	<b>Количество часов</b>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	105
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего), в том числе:	70
лекции	35
практические занятия	35
лабораторные занятия	-
контрольные работы	-
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	35
индивидуальный учебный проект, рефераты, сообщения, конспекты и другие	
Промежуточная аттестация в форме <i>дифференцированного зачета</i>	1

## 2.2. Содержание учебного предмета

### *Введение*

ОБЖ в науке, технике, экономике, информационных технологиях и практической деятельности. Цели и задачи изучения ОБЖ при освоении профессий СПО и специальностей СПО.

### **Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья**

Вводный инструктаж. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье.

Факторы, способствующие укреплению здоровья.

Двигательная активность и закаливание организма. Режим дня, труда и отдыха.

Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.

Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Техносфера как источник негативных факторов.

Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.

Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика вредных привычек.

Правила и безопасность дорожного движения.

Роль семьи как социального института в сохранности репродуктивного здоровья. Правовые основы взаимоотношения полов.

### *Практические занятия*

Изучение факторов, способствующих укреплению здоровья человека и общества.

Составление правильного режима дня.

Составление меню рационального питания с учетом двигательной активности человека.

Профилактика вредных привычек.

Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения

### **Государственная система обеспечения безопасности населения**

#### ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.

Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.

Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.

Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. (МЧС России, Полиция, Служба скорой медицинской помощи, Роспотребнадзор).

#### *Практические занятия*

Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

Изучение первичных средств пожаротушения.

Изучение и использование средств индивидуальной и коллективной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.

Отработка модели поведения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.

### **Основы обороны государства и воинская обязанность**

История создания Вооруженных Сил России. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.

Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет.

Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе.

Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту.

История создания комплекса ГТО. Проведение и сдача нормативов комплекса «Готов к труду и обороне».

#### *Практические занятия*

Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы.

Качества личности военнослужащего как защитника Отечества.

Воинская дисциплина и ответственность.

Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

### **Основы медицинских знаний**

Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.

Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях.

Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие и виды кровотечений.

Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов.

Первая помощь при воздействии низких температур.

Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.

Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.

Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.

Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока.

Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.

Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика.

***Практические занятия***

Отработка правил оказания первой помощи при ранениях и переломах.

Отработка правил оказания первой помощи при электротравмах и ожогах.

Отработка правил оказания первой помощи при кровотечениях.

Отработка правил проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.

Профилактика инфекционных заболеваний.

### 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ, В ТОМ ЧИСЛЕ С УЧЕТОМ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Реализации воспитательного потенциала занятия (виды и формы деятельности)	
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>19</b>		
	1	Вводный инструктаж. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье.	1	ЛР1,2,7,9,12,20 Познавательная: подготовка сообщений
	2	Факторы, способствующие укреплению здоровья.	1	
	3	Двигательная активность и закаливание организма. Режим дня, труда и отдыха.	1	
	4	Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.	1	
	5	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Техносфера как источник негативных факторов.	1	
	6	Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.	1	
	7	Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика вредных привычек.	1	

	8	Правила и безопасность дорожного движения.	1	
	9	Роль семьи как социального института в сохранности репродуктивного здоровья. Правовые основы взаимоотношения полов.	1	
	<b>Практические занятия</b>		10	Практическая: Приведение доказательств
	10-11	Изучение факторов, способствующих укреплению здоровья человека и общества.  Составление правильного режима дня.	2  2	
	12-13	Составление меню рационального питания с учетом двигательной активности человека.	2	
	14-15	Профилактика вредных привычек.  Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения..	2  2	
	16-17			
	18-19			
	<b>Внеаудиторная самостоятельная работа</b>			
	1. Доклад по теме «Бытовой травматизм».		1	
	2. Сообщение по теме «Значение питания».		1	

	3. Презентация по теме «Табачный дым и его составные части».	2	
	4. Плакат по теме «Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему».	1	
	5. Доклад по теме «Пассивное курение и его влияние на здоровье».	1	
	6. Презентация по теме «Алкоголь и его влияние на здоровье человека».	1	
	7. Видеореклама по теме «Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него».	2	
<b>Раздел 2.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>19</b>	
Государственная система обеспечения безопасности населения	20 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1	<b>ЛР 1,2,3,6,10,15,18</b>
	21 Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).	1	
	22 Единая государственная система	1	

	предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).		
23	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.	1	
24	Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.	1	
25	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.	1	
26	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	<b>1</b>	
27	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.	<b>1</b>	
28	Правила безопасного поведения при угрозе	1	

		террористического акта, захвате в качестве заложника.		
	29	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. (МЧС России, Полиция, Служба скорой медицинской помощи, Роспотребнадзор).	1	
	<b>Практические занятия</b>		9	Познавательная: Лекция
	30-31	Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.	2	
	32-33	Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.	2	
	34	Изучение первичных средств пожаротушения.	1	
	35-36	Изучение и использование средств индивидуальной и коллективной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	2	
	37-38	Отработка модели поведения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.	2	

	<b>Внеаудиторная самостоятельная работа</b>			
	1. Начертить схему структуры РСЧС.			
	2. Доклад по теме «История создания РСЧС».			
	3. Сообщение по теме «Задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций».			
	4. Конспект по теме «Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий».			
	5. Презентация по теме «Структура и органы управления гражданской обороной».			
	6. Начертить виды защитных сооружений.			
	7. Доклад по теме «Правила поведения в защитных сооружениях».			
<b>Раздел 3.</b> Основы обороны государства и воинская обязанность	<b>Содержание материала</b>		11	
	39	История создания Вооруженных Сил России. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	<b>ЛР1,5,8</b>
	40	Воинская обязанность. Основные понятия о	1	

	воинской обязанности. Воинский учет.		Познавательная: Лекция
41	Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе.	1	
42	Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту.	1	
43	История создания комплекса ГТО. Проведение и сдача нормативов комплекса «Готов к труду и обороне».	1	
<b>Практические занятия</b>		6	
44.	Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы.	1	
45.	Качества личности военнослужащего как защитника Отечества:	1	
46-47.	Воинская дисциплина и ответственность.	2	
48-49.	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	2	
<b>Внеаудиторная самостоятельная работа</b>			
1.	Сообщение по теме «Способы бесконфликтного общения и саморегуляции».	1	

	2. Презентация по теме «Виды Вооруженных Сил Российской Федерации».	2	
	3. Подготовить схему «Рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск».	1	
	4. Сообщение по теме «Организация воинского учета и его предназначение».	1	
	5. Конспект по теме «Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих».	2	
	6. Эссе на тему «Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества».	1	
<b>Раздел 4.</b> Основы медицинских знаний	<b>Содержание материала</b>	20	
	50 Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.	1	<b>ЛР9</b>
	51 Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях.	1	
	52 Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие и виды кровотечений.	1	

	53	Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов.	1	
	54	Первая помощь при воздействии низких температур.	1	
	55	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.	1	
	56	Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.	1	
	57	Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока.	1	
	58	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	1	
	59	Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика.	1	
	<b>Практические занятия</b>		10	
	60-61	Отработка правил оказания первой помощи при ранениях и переломах.	2	Практическая: Отработка приемов

62-63	Отработка правил оказания первой помощи при электротравмах и ожогах.	2	
64-65	Отработка правил оказания первой помощи при кровотечениях.	2	
66-67	Отработка правил проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.	2	
68-69	Профилактика инфекционных заболеваний.	2	
<b>Внеаудиторная самостоятельная работа</b>			
1. Доклад по теме «Приемы оказания первой помощи при наружных кровотечениях».		1	
2. Плакат «Способы искусственного дыхания».		1	
3. Сообщение по теме «Интоксикация при отравлении наркотическими препаратами».		1	
4. Презентация по теме «Основные признаки и первая помощь при внутреннем кровотечении».		2	
5. Конспект по теме «Инфаркт и инсульт. Признаки,		2	

	первая помощь».		
	6. Составить таблицу или схему «Правила транспортировки пострадавших при различных видах травм».	2	
	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>1</b>	
	<b>Итого аудиторных занятий</b>	<b>70</b>	
	<b>В том числе: практических занятий</b>	<b>35</b>	
	<b>Итого самостоятельной работы</b>	<b>35</b>	
	<b>Всего часов</b>	<b>105</b>	