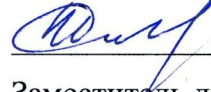


Государственное образовательное учреждение
среднего профессионального образования
Ярославской области
Угличский индустриально-педагогический колледж

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОДБ.10 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
для специальности 050141 Физическая культура

Углич
2019 г.

УТВЕРЖДАЮ:



Т.М.Смирнова

Заместитель директора

по учебной работе

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности и Примерной программы среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности (базовый уровень) для специальностей среднего профессионального образования *050146 Преподавание в начальных классах, 050141 Физическая культура, 230101 Компьютерные системы и комплексы*

Организация-разработчик: ГОУ СПО ЯО Угличский индустриально-педагогический колледж

Разработчик:

Соловьев Н.В., председатель методической цикловой комиссии дисциплин физического воспитания

Содержание

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	10
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	12

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения программы

Примерная программа учебной дисциплины является частью примерной основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальностям СПО 050146 *Преподавание в начальных классах*, 050141 *Физическая культура*, 230101 *Компьютерные системы и комплексы*.

Примерная программа учебной дисциплины может быть использована всеми образовательными учреждениями профессионального образования на территории Российской Федерации, имеющими право на реализацию основной профессиональной образовательной программы и в области дополнительного педагогического образования.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина входит в цикл общеобразовательных дисциплин (базовый уровень) – ОДБ.10.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся *должен уметь*:

- перечислить последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использовать для ликвидации возгорания;
- перечислить порядок действий населения по сигналу «Внимание всем!» и назвать минимально необходимый набор предметов, который необходимо взять с собой в случае эвакуации;
- объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
- назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приёмы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся *должен знать*:

- основные понятия здоровья и факторов, влияющих на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения;
- основы Российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан по призыву на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- особенности прохождения военной службы по призыву, по контракту и альтернативной гражданской службы;
- правовые основы прохождения военной службы по призыву;
- предназначения и задачи РСЧС;
- предназначения и задачи гражданской обороны, организацию гражданской обороны в учебном заведении.

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

максимальной учебной нагрузки студента 117 часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 78 часов;
самостоятельной работы обучающегося 39 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)	<i>117</i>
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	<i>78</i>
в том числе:	
практические занятия	<i>38</i>
контрольные работы	<i>-</i>
Самостоятельная работа студента (всего)	<i>39</i>
в том числе:	
внеаудиторная самостоятельная работа	<i>39</i>
<i>Итоговая аттестация</i>	<i>-</i>

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения	
1	2	3	4	
РАЗДЕЛ 1. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ		36		
Тема 1. Здоровье и здоровый образ жизни.	Содержание учебного материала		8	
	1	Общие понятия о здоровье.		1
	2	Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.		1
	3	Факторы, способствующие сохранению здоровья.		2
	4	Вредные привычки как факторы, разрушающие здоровье.		2
	5	Профилактика вредных привычек.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся		4	
	1	Подготовка рефератов о появлении алкоголя, табака в России		
	2	Составление режима дня		
	3	Подбор фактов из СМИ о пагубном влиянии курения, алкоголизма, наркомании		
Тема 2. Личная безопасность в повседневной жизни	Содержание учебного материала		10	
	1	Пожарная безопасность в быту		2
	2	Безопасный активный отдых на природе		2
	3	Правила и безопасность дорожного движения.		2
	4	Безопасность поведения в экологических неблагоприятных условиях.		2
	5	Безопасность поведения в условиях чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся		5	
	1	Подбор примеров периодической печати		
	2	Составление алгоритма действий при пожаре в быту		
	3	Составление памятки на тему: «Правила безопасного поведения в общественных местах»		
4	Составление буклета на тему: «ЧС техногенного и природного характера»			
5	Написание доклада на тему: «Экологическая безопасность в неблагоприятной среде»			
Тема 3. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	Содержание учебного материала		6	
	1	Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки человека к профессиональной деятельности		1
	2	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. СПИД и его профилактика		1
	3	Первая медицинская помощь при травмах и ранениях		2
	4	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и остановки сердца.	2	
Самостоятельная работа обучающихся		3		
1	Составление буклета на тему: «Первая медицинская помощь при травмах и ранениях»			
	2	Написание доклада на тему: «Информация о болезнях и их профилактика»		

	3	Составление алгоритма действий при острой сердечной недостаточности		
РАЗДЕЛ 2. ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ			27	
Тема 4. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного времени	Содержание учебного материала		3	
	1	Правовые организации защиты населения РФ от чрезвычайных ситуаций мирного времени. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)		<i>1</i>
	2	Чрезвычайные ситуации природного, техногенного характера и их последствия		<i>1</i>
	3	Терроризм – угроза обществу. Действия населения при угрозе террористических актов	<i>1</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся		1	
1	Подготовка сообщений о чрезвычайных ситуациях			
Тема 5. Организация защиты населения от ЧС военного времени	Содержание учебного материала		3	
	1	Гражданская оборона, её структура и задачи		<i>1</i>
	2	Современные средства поражения и их поражающие факторы		<i>1</i>
	3	Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении	<i>1</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся		2	
1	Подготовка сообщений о современных средствах поражения			
2	Подготовка реферата на тему: «История создания ядерного, химического и бактериологического оружия»			
Тема 6. Основные мероприятия, проводимые в стране по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	Содержание учебного материала		10	
	1	Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций		<i>1</i>
	2	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени		<i>1</i>
	3	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени		<i>1</i>
	4	Средства индивидуальной защиты населения		<i>2</i>
	5	Обучение населения действиям в чрезвычайных ситуациях		<i>3</i>
	6	Организация Эвакуации населения	<i>2</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся		5	
	1	Проведение измерений по подбору противогаза		
	2	Изготовление ВМП (ватномарлевой повязки)		
	3	Тренировка в выполнении надевания противогаза		
4	Написание доклада на тему: «История изобретения противогаза»			
Тема 7. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	1	МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций	2	<i>1</i>
	2	Другие государственные службы в области безопасности		<i>1</i>
	Самостоятельная работа обучающихся		1	
1	Составление буклета по теме: «Государственные службы безопасности»			
РАЗДЕЛ 3. ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА И ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ			54	

Тема 8. Вооруженные Силы РФ – основа обороны государства	Содержание учебного материала		4	
	1	История создания Вооруженных Сил РФ		
	2	Организационная структура Вооруженных Сил РФ		
	3	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль в системе обеспечения национальной безопасности страны		
	4	Другие войска, их состав и предназначение		
	Самостоятельная работа обучающихся		2	
1	Написание докладов на тему: «История создания Вооруженных Сил России»			
Тема 9. Военная служба – особый вид Федеральной государственной службы	Содержание учебного материала		10	
	1	Правовые основы происхождения военной службы		
	2	Психологические основы подготовки к военной службе в Вооруженных Силах РФ		
	3	Военная присяга – клятва воина на верность Родине - России		
	4	Прохождение военной службы по призыву		
	5	Прохождение военной службы по контракту		
	6	Права и ответственность военнослужащих		
	7	Альтернативная военная служба		
	Самостоятельная работа обучающихся		5	
	1	Написание реферата на тему: «История создания общевойсковых уставов»		
2	Составление презентации на тему: «Военная присяга – клятва воина на верность Родине - России»			
Тема 10. Воинская обязанность.	Содержание учебного материала		6	
	1	Основные понятия о воинской обязанности		
	2	Организация воинского учёта и его предназначения		
	3	Обязательная подготовка граждан к военной службе		
	4	Добровольная подготовка граждан к военной службе		
	5	Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке на воинский учёт		
	6	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе		
	Самостоятельная работа обучающихся		3	
	1	Подготовка сообщений о чрезвычайных ситуациях		
	Тема 11. Боевые традиции Вооруженных Сил России	Содержание учебного материала		3
1		Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества		
2		Памяти поколений – дни воинской славы России		
3		Дружба и войсковое товарищество – основы боевой готовности частей и подразделений		
Самостоятельная работа обучающихся		1		
1	Составление хронологии событий по теме: « Дни воинской славы России»			

Тема 12. Государственные и военные символы РФ	Содержание учебного материала		5	
	1	Государственные символы РФ		<i>1</i>
	2	Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы		<i>1</i>
	3	Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе		<i>1</i>
	4	Военная форма одежды		<i>1</i>
	5	Ритуалы Вооруженных Сил РФ	<i>1</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся		3	
	1	Написание докладов на тему: «Ордена и медали - почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе»		
2	Составление буклета на тему: «Государственные символы России»			
Тема 13. Военнослужащий – вооружённый защитник Отечества	Содержание учебного материала		3	
	1	Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества		<i>1</i>
	2	Военнослужащий – подчинённый, строго выполняющий Конституцию РФ, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников		<i>1</i>
	3	Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой	<i>1</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся		1	
1	Написание реферата на тему: «Военнослужащий – патриот, с честью несущий звание защитника отечества»			
Тема 14. Военно-профессиональная ориентация и подготовка специалистов для службы в Вооруженных Силах РФ	Содержание учебного материала		5	
	1	Военная доктрина РФ		<i>1</i>
	2	Законодательство РФ в области обороны		<i>1</i>
	3	Организация военно-профессиональной ориентации и военно-профессионального отбора. Военные образовательные учреждения высшего профессионального образования		<i>1</i>
	4	Правила приёма и военные образовательные учреждения высшего профессионального образования		<i>1</i>
	5	Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил РФ	<i>1</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся		3	
	1	Написание доклада на тему: «Военные образовательные учреждения и правила приема в них»		
2	Изучение законодательства в области обороны			
	3	Написание реферата на тему: «Миротворческая деятельность Вооруженных Сил РФ»		
	Итого:		117	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств)
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Безопасность жизнедеятельности»

Оборудование учебного кабинета:

- комплект учебно-методической документации;
- оборудование (тренажёр для проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких, костюм химической защиты, противогазы и др.);
- наглядные пособия (плакаты: с Российской символикой, по тактической подготовке, по огневой подготовке, по медико-санитарной подготовке, по гражданской обороне, действиям в ЧС, правила поведения в ЧС, съёмные стенды по темам курса, видеофильмы).

Технические средства обучения: DVD-плеер, телевизор.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности: учебник. – 9-е изд., стер. – М.: ИЦ Академия, 2010.
2. Михайлов Л.А. Безопасность жизнедеятельности/ под ред. Л.А. Михайлова. – 2-е изд., стер. – М.: ИЦ Академия, 2009.
3. Первая медицинская помощь. – 4-е изд. – М.: Академия, 2010.
4. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие. – 7-е изд, стер. – М.: ИЦ Академия, 2010.
5. Совместный приказ Министра обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации № 96/134 от 24.02.2010.
6. [Федеральный государственный образовательный стандарт среднего \(полного\) общего образования](#) (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413).
7. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» от 21 декабря 1994 г. № 68-ФЗ (с изменениями).
8. Федеральный закон «О противодействии терроризму» от 06 марта 2006 г. (с изменениями).
9. Федеральный закон «О радиационной безопасности населения» от 09.01.1996 N 3-ФЗ (ред. от 19.07.2011).

Дополнительные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях/ Я.Д.Вишняков [и др.]. – М., 2007.
2. Безопасность жизнедеятельности: сборник нормативных документов по подготовке учащейся молодежи в области защиты от чрезвычайных ситуаций / под общ. ред. М.М. Дзыбова – М.: ДиК, АСТ-ЛТД, 1998.
3. Безопасность жизнедеятельности: учебник для вузов / под общей редакцией Л.А.Михайлова. – М.-С-П,-Н.Новгород-Воронеж-Ростов-на Дону-Екатеринбург-Самара-Киев-Харьков-Минск: ПИТЕР, - 2005.
4. Беспятова, Н.К., Яковлев, Д.Е. Военно-патриотическое воспитание детей и подростков как средство социализации: методическое пособие. – М.: Айрис-пресс,

2006. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф/ под ред. Л.А.Михайлова. – М., 2008.
5. Бубнов, В.Г., Бубнова, Н.В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для уч-ся 9-11 классов общеобразовательных учреждений и преподавателей-организаторов Основы безопасности жизнедеятельности. – М.: АСТ-ЛТД, 1997.
 6. Гостюшин А.В. Энциклопедия экстремальных ситуаций. – М., 1994.
 7. Емельянов В.М. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях/ В.М.Емельянов, В.Н.Коханов, П.А.Некрасов. – М., 2004.
 8. Кривошеев Д.А. Экология и безопасность жизнедеятельности/ Д.А.Кривошеев, Л.А.Муравей, Н.Н.Роева. – М., 2000.
 9. Марков, В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб заведений. – М.: Академия, 2001.
 10. Михайлов Л.А. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и защита от них/ Л.А.Михайлов, В.П.Соломин. – СПб., 2008.
 11. Можейко, И.В. Государственная символика России. (История и современность): наглядное пособие. – М.: ЦНСО, 2003.
 12. Основы противодействия терроризму/ под ред. Я.Д.Вишнякова. – М., 2006.
 13. Репин Ю.В. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях: учебное пособие для студентов педагогических университетов по специальности «Безопасность жизнедеятельности». – Екатеринбург, 2000.
 14. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. – М.: АРКТИ, 2005.
 15. Тен, Е.Е. Основы медицинских знаний. – М.: Академия, 2009.

Журналы:

1. Основы безопасности жизнедеятельности
2. Военные знания

Интернет-ресурсы:

Безопасность. Образование. Человек. – www.bezopasnost.edu66.ru
Безопасность жизнедеятельности – www.bezhede.ru

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – перечислить последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использовать для ликвидации пожара 	<ul style="list-style-type: none"> – контрольная работа; – оценка решения ситуационных задач; – проверка и оценка схем и других видов самостоятельной работы
<ul style="list-style-type: none"> – перечислить порядок действий населения по сигналу «Внимание всем!» и назвать набор предметов, которые необходимо взять с собой в случае эвакуации 	<ul style="list-style-type: none"> – проверка и оценка памяток; – защита результатов самостоятельной работы; – презентация результатов самостоятельной работы
<ul style="list-style-type: none"> – объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера 	<ul style="list-style-type: none"> – защита схем действий на практических занятиях; – проверка и оценка составленных алгоритмов действий; – презентация результатов самостоятельной работы
<ul style="list-style-type: none"> – назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях 	<ul style="list-style-type: none"> – контрольная работа; – проверка и оценка сочинений на тему выживания; – презентация результатов самостоятельной работы; – взаимопроверка и самооценка
<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основные понятия здоровья и факторов, влияющих на него 	<ul style="list-style-type: none"> – контрольная работа; – защита презентаций; – проверка и оценка рефератов; – презентация режима дня
<ul style="list-style-type: none"> – потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания 	<ul style="list-style-type: none"> – проверка и оценка алгоритмов действий, памяток; – презентация буклетов; – проверка и оценка рефератов и докладов; – контрольная работа
<ul style="list-style-type: none"> – основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения 	<ul style="list-style-type: none"> – контрольная работа; – проверка и оценка результатов самостоятельной работы;

	– устный и письменный опрос
– основы Российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан	– проверка и оценка рефератов; – презентация буклетов; взаимопроверка и самооценка; – контрольная работа
– состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации	– презентация буклетов; – защита презентаций; – устный и письменный опрос; – проверка и оценка рефератов и докладов
– основные права и обязанности граждан по призыву на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе	– презентация буклетов; – защита презентаций; – устный и письменный опрос; – проверка и оценка рефератов и докладов
– особенности прохождения военной службы по призыву, по контракту и альтернативной гражданской службы	– презентация буклетов; – защита презентаций; – устный и письменный опрос; – проверка и оценка рефератов и докладов
– правовые основы прохождения военной службы по призыву	– письменный и устный опрос; – взаимопроверка и самооценка
– предназначение и задачи РСЧС	– защита результатов самостоятельной работы; – устный и письменный опрос; – защита презентаций
– предназначение и задачи гражданской обороны, организацию гражданской обороны в учебном заведении	– устный и письменный опрос; – проверка и оценка рефератов и докладов
	Итоговый контроль: – дифференцированный зачет