

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

в рамках основной профессиональной образовательной программы среднего
профессионального образования по ППССЗ по специальности
49.02.01 Физическая культура.

Аннотация: Рабочая программа составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 октября 2014 № 1355, зарегистрированного Министерством юстиции от 27 октября 2014г. рег.№34956 по специальности 49.02.01 Физическая культура, учебного плана, Положения о разработке рабочих программ учебных дисциплин.

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности **49.02.01 Физическая культура.**

Организация-разработчик: ГБПОУ РО «Каменский педагогический колледж»

Разработчик: Дубинкин А.Р. преподаватель-организатор ОБЖ.

Рецензенты:

Звездунова Г.В., зам. директора по учебно-методической работе ГБПОУ РО «Каменский педагогический колледж», кандидат педагогических наук, доцент
Директор МБОУ СОШ №8 Кандалова О.И..

Программа рассмотрена на заседании ПЦК преподавателей
естественнонаучных дисциплин

Протокол №10 от 28 мая 2022 г.

Председатель ПЦК Естественнонаучных дисциплин И.Ю.Полякова.

г.Каменск-Шахтинский

2022г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальностям среднего профессионального образования (далее СПО):

49.02.01 Физическая культура.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

дисциплина входит в общеобразовательный цикл.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.

В результате изучения темы студенты должны **знать**:

- возникающие в повседневной жизни опасные ситуации природного, техногенного и социального характера и правила поведения в них, характерные для региона проживания;
- основные мероприятия гражданской обороны по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;

- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- способы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;
- индивидуальную систему здорового образа жизни для обеспечения духовного, физического и социального благополучия человека и его долголетия, профилактику вредных привычек отрицательно влияющих на здоровье человека (курение, употребление алкоголя и наркотиков, ранние половые связи и т.д.);
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- устройства и принципы действия бытовых приборов, других технических средств, а также правил их эксплуатации;
- влияние последствий опасных и чрезвычайных ситуаций на безопасность личности, общества и государства;
- методы и средства оказания первой медицинской помощи при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях;
- об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальной учебной нагрузки обучающегося **105** час, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **70** часов;

самостоятельной работы обучающегося **35** час.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	105
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	70
в том числе:	35
Практические занятия и лабораторные занятия	29
контрольные работы	6
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	35
в том числе:	
Написание рефератов, сообщений.	22
Работа с литературой, периодической печатью, законодательными актами.	13
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

Текущий контроль осуществляется на каждом уроке в форме фронтального или индивидуального устного опроса, кроссвордов, тестирования, практических и лабораторных работ.

Тематический контроль осуществляется:

- в форме письменных контрольных работ (шесть) после изучения крупных разделов курса:

- «Защита населения от чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время»;
- «Общая характеристика чрезвычайных ситуаций»;
- «Основы комплексной безопасности»;
- «Здоровый образ жизни»;
- «Выживание в условиях автономного существования»;
- «Основы военной службы».

- в форме проверки и оценки отдельных видов самостоятельных заданий, выполненных студентами во внеурочное время:

- сообщение: «Природные катастрофы XXIV.»;
- доклад на тему: «Техногенные катастрофы XXIV.»;
- доклад на тему: «Хиросима и Нагасаки»;
- сообщения: «Пожары, травмы вследствие применения пиротехники»;
- доклад на тему: «Террористические акты XX-XXIV.»;
- сообщения: «Светофор не панацея»;
- сообщения: «Ж.Д. – зона повышенной опасности»;
- реферат на тему: «Нетрадиционные методы закаливания» (по выбору студентов);
- доклад на тему: «Чтобы вода стала другом»;
- сообщения: «Когда рядом нет врача»;
- сообщения: «Неуставные отношения»;
- реферат на тему: «Уголовная ответственность военнослужащих».

Промежуточная аттестация осуществляется в форме дифференцированного зачета после изучения учебной дисциплины.

2.2. Примерный 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) (если предусмотрены)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1.	Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях.		47	
Тема 1.1. Классификация и общая характеристика чрезвычайных ситуаций.	<i>Содержание учебного материала</i>		2	
	1.	Введение.		2
	2.	Понятие о чрезвычайной ситуации.		2
	3.	Классификация и общая характеристика чрезвычайных ситуаций.		2
	Лабораторные занятия:		-	
	Практические занятия: характеристика чрезвычайных ситуаций.		1	
	Контрольные работы:		-	
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка докладов, сообщений.		3	
Тема 1.2. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	<i>Содержание учебного материала</i>		3	
	1.	Основные способы защиты населения. Виды защитных сооружений.		2
	2.	Современные средства поражения и их поражающие факторы.		2
	3.	Организация и обеспечение пожарной безопасности.		2
	Лабораторные занятия: разработка модели действий при пожаре в здании (на улице): использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.		3	
	Практические занятия: изучение первичных средств пожаротушения.		2	
	Контрольные работы: защита населения от чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время.		1	
	Самостоятельная работа обучающихся: работа с учебной литературой; подготовка докладов, сообщений.		4	
Тема 1.3. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.	<i>Содержание учебного материала</i>		5	
	1	Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия.		
	2	Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность.		
	3	Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы и направления террористической и экстремистской деятельности.		
	4	Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.		
	Лабораторные занятия:			
	Практические занятия: правила безопасного поведения при угрозе террористического акта. Действия населения при террористических актах.		2	
	Контрольные работы: основы комплексной безопасности		1	
Тема 1.4. Чрезвычайные ситуации социального характера.	Самостоятельная работа: подготовка докладов, сообщений.		2	
	<i>Содержание учебного материала</i>		3	
	1	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера. Психология поведения людей в опасных ситуациях.		3
	2	Безопасность в дорожно-транспортных ситуациях.		3
	3	Безопасное поведение в быту.		3
	Лабораторные занятия: разработка модели поведения при экстремальной ситуации в быту.		1	
	Практические занятия: правила поведения на дороге; изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.		2	
	Контрольные работы:		-	
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка докладов, сообщений.		2	

Тема 1.5. Чрезвычайные ситуации природного характера.	Содержание учебного материала		2	3 3
	1.	Поведение в условиях снежных заносов, буранов, лавин.		
	2.	Поведение в условиях ураганов, землетрясений, цунами.		
	Лабораторные занятия: разработка модели поведения во время стихийного бедствия.		2	
	Практические занятия: оказание реанимационной помощи при ранениях и травмах; проведение непрямого массажа сердца.		2	
	Контрольные работы: общая характеристика чрезвычайных ситуаций.		1	
	Самостоятельная работа обучающихся: работа с интернет ресурсами, журналами «ОБЖ».		2	
Раздел 2.	Гражданская оборона Российской Федерации.		10	
Тема 2.1. Общая характеристика гражданской обороны.	Содержание учебного материала		2	2
	1.	Структура и задачи Гражданской обороны.		
	2.	Силы Гражданской обороны.		
	Лабораторные занятия:		-	
	Практические занятия: правила поведения при получении сигнала о ЧС по плану образовательного учреждения.		1	
	Контрольные работы:		-	
	Самостоятельная работа обучающихся: работа с интернет ресурсами, журналами «ОБЖ».		4	
Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций РСЧС	Содержание учебного материала		1	2
	1.	Структура и задачи РСЧС.		
	Лабораторные занятия:		-	
	Практические занятия:		-	
	Контрольные работы:		-	
	Самостоятельная работа обучающихся: работа с интернет ресурсами, журналами «ОБЖ».		4	
Раздел 3.	Основы медицинских знаний.		29	
Тема 3.1. Основы здорового образа жизни.	Содержание учебного материала		3	2 3 3
	1.	Понятие о здоровом образе жизни.		
	2.	Факторы, разрушающие здоровье человека.		
	3.	Правила и виды закаливания.		
	Лабораторные занятия:		-	
	Практические занятия: составление психологического портрета человека употребляющего психоактивные вещества.		2	
	Контрольные работы:		-	
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка докладов, сообщений; работа с интернет ресурсами, журналами «ОБЖ».		4	
Тема 3.2. Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности.	Содержание учебного материала		2	2 2
	1.	Безопасность на водоёмах.		
	2.	Способы удаления инородных тел.		
	Лабораторные занятия: разработка модели поведения во время купания.		1	
	Практические занятия: оказание реанимационной помощи.		2	
	Контрольные работы: здоровый образ жизни.		1	
	Самостоятельная работа обучающихся: подготовка докладов, сообщений.		1	
Тема 3.3. Выживание в условиях автономного	Содержание учебного материала		2	2 2
	1.	Причины вынужденного автономного существования.		
	2.	Ориентирование по местным и природным признакам.		

существования.	3.	Первая медицинская помощь в условиях автономного существования.		3
		Лабораторные занятия: разработка модели поведения при потере ориентировки на местности.	1	
		Практические занятия: Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	2	
		Контрольные работы: выживание в условиях автономного существования.	1	
		Самостоятельная работа обучающихся: подготовка докладов, сообщений; работа с интернет ресурсами, журналами «ОБЖ».	2	
Раздел 4.		Основы военной службы.	19	
Тема 4.1. Организационная структура Вооруженных Сил.		<i>Содержание учебного материала</i>	7	
	1.	Воинская обязанность и военная служба граждан.		2
	2.	Призыв граждан на военную службу.		3
	3.	Правовые основы военной службы.		3
	4.	Воинская дисциплина. Её суть и значение.		2
		Лабораторные занятия: составление психологического портрета военнослужащего.	2	
		Практические занятия: Огневая подготовка.	2	
		Контрольные работы:	-	
		Самостоятельная работа обучающихся: подготовка докладов, сообщений.	2	
		<i>Содержание учебного материала</i>	2	
Тема 4.2. Основы обороны государства и воинской обязанности граждан	1.	Общевоинский устав.		3
	2.	Уголовная ответственность военнослужащих за преступления против военной службы.		2
		Лабораторные занятия	-	
		Практические занятия: решение ситуативных задач.	1	
		Контрольные работы: основы военной службы.	1	
		Самостоятельная работа обучающихся: подготовка докладов, сообщений; работа с законодательными актами.	2	
		Всего:	105	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебной дисциплины предполагает наличие учебного кабинета ОБЖ.

Оборудование учебного кабинета ОБЖ:

- рабочее место преподавателя;
- посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся);
- кровоостанавливающий жгут резиновый;
- механический жгут;
- емкость для воды;
- шины, бинты.

Технические средства обучения.

1. Ноутбук
2. Магнитофон
3. Телевизор
4. Принтер ML

3.2. Информационное обеспечение обучения:

компьютер с лицензионным программным обеспечением.
мультимедиапроектор и электронная доска.

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 10 кл. Под ред. Воробьева Ю.Л. – М., 2015.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 11 кл. Под ред. Воробьева Ю.Л. – М., 2015.
3. Топоров И.К. Основы безопасности жизнедеятельности - М.: Просвещение, 2014.

Дополнительные источники:

1. Арустанова Ю. Безопасность жизнедеятельности. - М.: Просвещение, 2020.
2. Баль Л., Баранова С. Формирование здорового образа жизни российских подростков. - М., 2020.
3. Губин М. Документы, организующие деятельность в условиях возникновения ЧС, требующих эвакуации людей. // Основы безопасности жизнедеятельности. 2019. №11.

4. Латчук В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. - М.: Дрофа, 2020.
5. Марнов В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней. - М., 2021.
6. Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях. – М.: ВЛАДОС, 2018.
7. Смирнова А. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся. – М.: Просвещение, 2019.
8. Смирнов А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. – М.: Дрофа, 2019.
9. Фролов М, Литвинов Е, Смирнов А. Основы безопасной жизнедеятельности - М., 2020.
10. Шапошников С. Российская система гражданской защиты. // Основы безопасности жизнедеятельности. 2020. №10 //.

Журналы:

1. «ОБЖ».

Интернет ресурсы:

1. Безопасность жизнедеятельности школы. – Режим доступа: <http://kuhta.clan.su/load/18-1-0-178>
2. <http://www.mchs.gov.ru/> главный сайт МЧС
3. <http://www.spas-extreme.ru/> спас - экстрим
4. <http://nak.fsb.ru/nac/main.htm>
5. Журнал МЧС.- Режим доступа: <http://school-obz.org/>

Нормативно-правовые источники:

1. Закон РСФСР «О санитарно- эпидемиологическом благополучии населения», 19.04.1991.
2. Конституция Российской Федерации.
3. Положение о Единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, утвержденное постановление Правительства Российской Федерации, 05.10.1995.
4. Постановление Правительство РФ «О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», 13.09.1996.

5. Указ президента Российской Федерации «О гражданской обороне», 08.05.1993.

6. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», 11.11.1994.

7. Федеральный закон «О промышленной безопасности опасных производственных объектов», 21.07.1997.

8. Федеральный закон «О радиационной безопасности населения», 09.01.1996.

9. Федеральный закон «О статусе военнослужащих» от 27.05.1998 N 76-ФЗ.

10. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» от 28.03.1998 N 53-ФЗ.

11. Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе» от 25.07.2002 N 113-ФЗ.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения:	
- предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников; - анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; - 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; - воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; - анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;	<i>Лабораторное занятие, практическое занятие, домашние работы;</i> <i>Практическое занятие.</i> <i>Практическое занятие, защита рефератов, защита презентаций, лабораторное занятие,</i> <i>Защита рефератов, домашние работы;</i> <i>Практическое занятие.</i>

- оказывать первую медицинскую помощь.	
Знания:	
- об опасных и чрезвычайных ситуациях; - о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; - о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; - об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; - об антитеррористическом поведении для минимизации последствий террористических актов и профилактики влияния идеологии терроризма, нацеленной на вовлечение молодёжи в экстремистскую и террористическую деятельность - о здоровом образе жизни; - об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; - о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности; - устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; - о локализации возможных	<i>Домашние работы, защита реферата</i> <i>Практическое занятие, проверка докладов;</i> <i>Практическое занятие, тестирование;</i> <i>Практическое занятие, домашняя работа, защита рефератов;</i> <i>Тестирование, домашняя работа, практическое занятие, защита проектов</i> <i>Защита рефератов, практические занятия, домашняя работа, тестирование</i> <i>Домашняя работа, практические занятия.</i> <i>Домашняя работа, практические занятия, защита рефератов.</i> <i>Защита рефератов, практические занятия, домашняя работа</i> <i>Домашняя работа, практические занятия</i>

опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации; - о составе и предназначении Вооруженных Сил Российской Федерации; - основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе.	<i>Тестовая контрольная работа, практические занятия, домашняя работа, лабораторное занятие,</i> <i>Защита рефератов.</i> <i>Тестовая контрольная работа.</i>
---	--

