

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ЗАБАЙКАЛЬСКОГО КРАЯ

Государственное профессиональное образовательное учреждение

«Забайкальский государственный колледж»

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по УР


В.А.Лисовская

« 31 » августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД 06 Основы безопасности жизнедеятельности

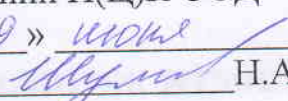
Для специальности 54.02.01 «Дизайн» (по отраслям)

Чита 2022

Программа учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности (специальностям) среднего профессионального образования (далее – СПО) для специальности 54.02.01 «Дизайн» на основе примерной программы общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») Протокол № 3 от 21 июля 2015 г.

Организация – разработчик ГПОУ «Забайкальский государственный колледж»

Разработчики Рябко Елена Ильинична, преподаватель ГПОУ «Забайкальский государственный колледж»

Рассмотрено на заседании П(Ц)К ООД
протокол № 10 от «19» июля 2022 г.
Председатель П(Ц)К  Н.А.Шумилова

ЛИСТ АКТУАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Дата обновления	Содержание обновления	Ответственный за обновление
Май 2021г	Обновлена литература Добавлен раздел: Характеристика основных видов учебной деятельности	Рябко Е.И.

СОДЕРЖАНИЕ

1 Паспорт программы учебной дисциплины	5
2 Структура и содержание учебной дисциплины	12
3 Условия реализации программы учебной дисциплины	20
4 Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	23

1 ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы безопасности жизнедеятельности

1.1 Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 54.02.01 «Дизайн» (по отраслям).

Программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании и рамках реализации программ переподготовки кадров в учреждениях СПО.

1.2 Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина относится к циклу общеобразовательных дисциплин ППССЗ.

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

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

- личностных:

Л1 - развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

Л2 - готовность к служению Отечеству, его защите;

Л3 - формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

Л4 - исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

Л5 - воспитания ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как индивидуальной и общественной

ценности;

Л6 - освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера;

- **метапредметных:**

МП1- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности;

МП2 - анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;

МП3 - обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;

МП4 - выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

МП5 - овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

МП7 - выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

МП8 - формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной

МП9 - безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

МП10 - приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбор информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

МП11 - развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

МП12 - формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

МП13 - формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

МП14 - 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;

МП15 - формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

МП16 - развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

МП17 - освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

МП18 - приобретение опыта локализации возможных опасных – ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

МП19 - 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:

П1 - сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненноважной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

П2 - получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

П3 - сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

П4 - сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

П5 - освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

П6 - освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

П7 - развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

П8 - формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

П9 - 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;

П10 - 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;

П11 - освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и

контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

П12 - 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

В результате освоения дисциплины обучающийся осваивает элементы компетенций:

<i>Шифр комп.</i>	<i>Наименование компетенций</i>	Дескрипторы (показатели сформированности)	Умения	Знания
<i>ОК 4</i>	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.	Участие в деловом общении для эффективного решения деловых задач Планирование профессиональной деятельности	Организовывать работу коллектива и команды Взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.	Психология коллектива Психология личности Основы проектной деятельности
<i>ОК 5</i>	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.	Грамотно устно и письменно излагать свои мысли по профессиональной тематике на государственном языке Проявление толерантности в рабочем коллективе	Излагать свои мысли на государственном языке Оформлять документы	Особенности социального и культурного контекста Правила оформления документов.
<i>ОК 6</i>	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения;	Понимать значимость своей профессии (специальности) Демонстрация поведения на основе общечеловеческих ценностей.	Описывать значимость своей профессии Презентовать структуру профессиональной деятельности по профессии (специальности)	Сущность гражданско-патриотической позиции Общечеловеческие ценности Правила поведения в ходе выполнения профессиональной деятельности

OK 7	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.	Соблюдение правил экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; Обеспечивать ресурсосбережение на рабочем месте	Соблюдать нормы экологической безопасности Определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по профессии (специальности)	Правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности Основные ресурсы задействованные в профессиональной деятельности Пути обеспечения ресурсосбережения.
OK 8	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержание необходимого уровня физической подготовленности.	Сохранение и укрепление здоровья посредством использования средств физической культуры Поддержание уровня физической подготовленности для успешной реализации профессиональной деятельности	Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности)	Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; Основы здорового образа жизни; Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности) Средства профилактики перенапряжения
OK 9	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.	Применение средств информатизации и информационных технологий для реализации профессиональной деятельности	Применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач Использовать современное программное обеспечение	Современные средства и устройства информатизации и Порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности
OK 10	Пользоваться профессиональной документацией на	Применение в профессиональной деятельности инструкций на государственном и иностранном языке.	Понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы	правила построения простых и сложных предложений на

	государственно м и иностранном языках.	Ведение общения на профессиональные темы	(профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности кратко обосновывать и объяснить свои действия (текущие и планируемые) писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы	профессиональн ые темы основные общеупотребите льные глаголы (бытовая и профессиональн ая лексика) лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональн ой деятельности особенности произношения правила чтения текстов профессиональн ой направленности
--	---	---	---	--

1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 70 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 70 часов;
- самостоятельной работы обучающегося 4 часа.

2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	70
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	70
В том числе:	
Лабораторные занятия	--
Практические занятия	40
Контрольные работы	--
Курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	--
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	4
В том числе:	
План эвакуации	2
План-сетка	2
Самостоятельная работа над курсовой работой (проектом) (если предусмотрено)	---
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа студентов, курсовая работа (проект)		Объем часов	Уровень освоения	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2		3	4	
Введение	Содержание учебного материала		2		Л1, Л3, Л4, Л5, МП11, МП 12, П4, П5, П6, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8
	1	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины	2	1	
Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья			12		
Тема 1.1 Здоровье и здоровый образ жизни.	Содержание учебного материала		2		Л1, Л3, Л4, Л5, МП11, МП 12, МП15- МП19, П4, П5, П6, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8
	1	Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	2	2	
	Практические занятия		-----		
	Самостоятельная работа		-----		
Тема 1.2 Факторы, способствующие укреплению здоровья.	Содержание учебного материала		2		Л1, Л3, Л4, МП11- МП 19, П4, П5, П6, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8
	Практические занятия Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. Двигательная активность и закаливание организма. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.		2		
	Самостоятельная работа		-----		

Тема 1.3 Техносфера как источник негативных факторов.	Содержание учебного материала		2		Л1, Л3, Л4,, МП11-МП 19, П4, П5, П6, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8
	1	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	2	2	
	Практические занятия		-----		
	Самостоятельная работа		-----		
Тема 1.4 Вредные привычки	Содержание учебного материала		2		Л1, Л3, Л4, Л5, МП11, МП 12, П4, П5, П6, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8
	1	Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему.	2	2	
	Практические занятия		-----		
	Самостоятельная работа		-----		
Тема 1.5 Правила и безопасность дорожного движения	Содержание учебного материала		2		Л1, Л3, Л4, Л5, МП11 - МП 19 П4, П5, П6, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8
	Практические занятия Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.		2		
	Самостоятельная работа		-----		
Тема 1.6 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	Содержание учебного материала		2		Л1, Л3, Л4, Л5, МП11 - МП 19 П4, П5, П6, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8
	1	Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи.	2	2	
	Практические занятия		-----		
	Самостоятельная работа		-----		
Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения			22		
Тема 2.1 Общие понятия и классификация	Содержание учебного материала		6		Л6, МП1, МП2, МП3, МП4, МП5,
	1	Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной	2	2	

чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.		местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.			МП6, МП8, МП10, П1, П2, П5, П7, П9, ОК4, ОК5, ОК6, ОК7, ОК8
	Практические занятия Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.		2		
	Самостоятельная работа Выполнить план эвакуации на тему: Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).		2		
Тема 2.2 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	Содержание учебного материала		2		
	Практические занятия Изучение первичных средств пожаротушения.		2		Л6, МП1, МП2, МП3, МП4, МП5, МП6, МП8, МП10, П1, П2, П5, П7, П9, ОК4, ОК5, ОК6, ОК7, ОК8
	Самостоятельная работа.		----		
Тема 2.3 Гражданская оборона.	Содержание учебного материала		2		
	1	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной.	2	2	Л2, МП7, МП8, МП12, П2, П7, П10, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8, ОК10
	Практические занятия		----		
	Самостоятельная работа		----		
Тема 2.4 Современные средства поражения и их поражающие факторы.	Содержание учебного материала		2		
	Практические занятия Современные средства поражения и их поражающие факторы. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.		2	2	Л!-Л6, МП1, МП2, МП3, МП4, МП5, МП6, МП8, МП10, П1, П2, П5, П7, П9, ОК4, ОК5, ОК6, ОК7, ОК8
	Самостоятельная работа		----		

Тема 2.5. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ	Содержание учебного материала		4		Л6, МП1, МП2, МП3, МП4, МП5, МП6, МП8, МП10, П1, П2, П5, П7, П9, ОК4, ОК5, ОК6, ОК7, ОК8
	1	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.	2	2	
	Практические занятия		----		
	Самостоятельная работа Выполнить план-сетку на тему: Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.		2		
Тема 2.6 Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.	Содержание учебного материала		2		Л6, МП1, МП2, МП3, МП4, МП5, МП6, МП8, МП10, П1, П2, П5, П7, П9, ОК4, ОК5, ОК6, ОК7, ОК8
	Практические занятия Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени		2		
	Самостоятельная работа		----		
Тема 2.7 Меры безопасности при ведении военных действий.	Содержание учебного материала		2		Л2, МП7, МП8, МП12, П2, П7, П10, П11, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8, ОК9, ОК10
	1	Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.	2	2	
	Практические занятия		----		
	Самостоятельная работа		----		
Тема 2.8 МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	Содержание учебного материала		2		Л2, МП7, МП8, МП12, П2, П7, П10, П11, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8, ОК9, ОК10
	Практические занятия Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте		2		
	Самостоятельная работа		----		

Раздел 3 Основы обороны государства и воинская обязанность			12		
Тема 3.1 История создания Вооруженных Сил России.	Содержание учебного материала		2		Л1-Л3, МП7, - МП2, П2, П7, П10- П13, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8, ОК9, ОК10
	1	Структура и предназначение, Функции и основные задачи современных Вооруженных сил РФ	2	2	
	Практические занятия		-----		
	Самостоятельная работа		-----		
Тема 3.2 Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	Содержание учебного материала		2		Л1-Л3, МП7, - МП2, П2, П7, П10- П13, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8, ОК9, ОК10
	Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение.		2	2	
	Практические занятия		-----		
	Самостоятельная работа		-----		
Тема 3.3 Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности.	Содержание учебного материала		2		Л1-Л3, МП7, - МП2, П2, П7, П10- П13, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8, ОК9, ОК10
	1	Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Обязанности граждан по воинскому учету Добровольная подготовка граждан к военной службе.	2	2	
	Практические занятия		-----		
	Самостоятельная работа		-----		
Тема 3.4 Призыв на военную службу.	Содержание учебного материала		2		Л1-Л3, МП7, - МП2, П2, П7, П10- П13, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8, ОК9, ОК10
	Практические занятия Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Прохождение военной службы по контракту. Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки. Альтернативная гражданская служба.		2	2	
	Самостоятельная работа		-----		

Тема 3.5 Качества личности военнослужащего как защитника Отечества.	Содержание учебного материала		2		
	Практические занятия Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации. Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.		2	2	Л1-Л3, МП7, - МП2, П2, П7, П10- П13, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8, ОК9, ОК10
	Самостоятельная работа		-----		
Содержание учебного материала		2			
Тема 3.6 Как стать офицером Российской армии.	1	Дни воинской славы России — Ритуалы Вооруженных Сил Боевое знамя воинской части — символ чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды	-----	2	Л1-Л3, МП7, - МП2, П2, П7, П10- П13, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8, ОК9, ОК10
	Практические занятия Дни воинской славы России — Ритуалы Вооруженных Сил Боевое знамя воинской части — символ чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды		2		
	Самостоятельная работа		-----		
	Содержание учебного материала		2		
Раздел 4 Основы медицинских знаний			22		
Тема 4.1 Понятие первой помощи.	Содержание учебного материала		6		Л1-Л3, МП13, П2, П7, П10- П13, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8, ОК9, ОК10
	Практические занятия Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела, проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа, при сотрясениях и ушибах головного мозга, переломах, при электротравмах и повреждении молнией.		6		
	Самостоятельная работа		-----		
Тема 4.2 Понятие травматического токсикоза, кровотечений, синдром длительного	Содержание учебного материала		6		Л1-Л3, МП13, П2, П7, П10- П13, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8, ОК9, ОК10
	Практические занятия Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных, капиллярном, венозном, артериальных кровотечениях. Правила наложения жгута и закрутки. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.		6		

сдавливания.	Самостоятельная работа		-----		
Тема 4.3 Основные виды и степени ожогов, воздействия низких температур.	Содержание учебного материала		6		
	Практические занятия Первая помощь при ожогах, виды и степени ожогов. Химический, термический ожог. Основные признаки теплового удара. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. Первая помощь при воздействии низких температур, помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.		6		Л1-Л3, МП13, П2, П7, П10- П13, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8, ОК9, ОК10
	Самостоятельная работа		-----		
Тема 4.4 Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	Содержание учебного материала		4		Л1-Л3, МП13, П2, П7, П10- П13, ОК4, ОК5, ОК6, ОК8, ОК9, ОК10
	1	Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний.	2	2	
	Практические занятия Ранние половые связи и их последствия для здоровья.		2		
	Самостоятельная работа		----		

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 ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ

Содержание обучения	Характеристика основных видов деятельности студентов (на уровне учебных действий)
Введение	Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности. Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите
Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	
Тема 1.1 Здоровье и здоровый образ жизни.	Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни
Тема 1.2 Факторы, способствующие укреплению здоровья.	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. Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя.
Тема 1.3 Техносфера как источник негативных факторов.	Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.
Тема 1.4 Вредные привычки	Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам.
Тема 1.5 Правила и безопасность дорожного движения	Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения.
Тема 1.6 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья.
Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения	
Тема 2.1 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.
Тема 2.2 Единая государственная система	Освоение моделей поведения в разных

предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС)
Тема 2.3 Гражданская оборона.	Характеристика предназначения и основных функций гражданской обороны в области безопасности населения.
Тема 2.4 Современные средства поражения и их поражающие факторы.	Характеристика современных средств поражения, оценка выбора индивидуальных средств защиты.
Тема 2.5. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ	Характеристика и анализ проведения аварийно-спасательных работ при возникновении ЧС в военное и мирное время: объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС.
Тема 2.6 Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.	Анализ организации гражданской обороны в ГПОУ «Забайкальский государственный колледж».
Тема 2.7 Меры безопасности при ведении военных действий.	Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.
Тема 2.8 МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	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
Раздел 3 Основы обороны государства и воинская обязанность	
Тема 3.1 История создания Вооруженных Сил России.	Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России.
Тема 3.2 Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих.
Тема 3.3 Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности.	Характеристика требований постановки на воинский учет
Тема 3.4 Призыв на военную службу.	Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской

	части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы.
Тема 3.5 Качества личности военнослужащего как защитника Отечества.	Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества.
Тема 3.6 Боевые традиции Вооруженных Сил России.	Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести.
Раздел 4 Основы медицинских знаний	
Тема 4.1 Понятие первой помощи.	Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. Характеристика основных признаков жизни.
Тема 4.2 Понятие травматического токсикоза, кровотечений, синдром длительного сдавливания.	Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара.
Тема 4.3 Основные виды и степени ожогов, воздействия низких температур.	Освоение алгоритма идентификации основных видов и степени ожогов, воздействия
Тема 4.4 Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	Освоение алгоритма идентификации основных инфекционных болезней, их классификация и профилактика

4 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета: «Безопасность жизнедеятельности», Помещение кабинета должно удовлетворять требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2. 178-02)

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий по дисциплине «ОБЖ»

Технические средства обучения:

- компьютер,
- мультимедийный проектор.

4.2 Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1 Агошков А.И. Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности : учебное пособие / Агошков А.И., Трегубенко А.Ю., Вершкова Т.И. — Москва : Проспект, 2021 — 157 с. — ISBN 978-5-392-19161-1. — URL: <https://book.ru/book/918652> (дата обращения: 01.03.2021). — Текст : электронный.

2 Айзман Р.И. Основы медицинских знаний : учебное пособие / Айзман Р.И., Омельченко И.В. — Москва : КноРус, 2021. — 243 с. — ISBN 978-5-406-08261-4. — URL: <https://book.ru/book/939290> (дата обращения: 01.03.2019). — Текст : электронный1 Безопасность жизнедеятельности: учебник для СПО / отв. ред. Я. Д. Вишняков. – 5 изд., пер. и доп. – Москва: Юрайт, 2019 – 416 с. – ISBN 978-5-9916-9735-4.

3 Безопасность жизнедеятельности: практикум: учебное пособие для СПО / отв. ред. Я. Д. Вишняков. – 5 изд., пер. и доп. – Москва: Юрайт, 2018 – 249 с. – ISBN 978-5-9916-8528-3.

4 Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для СПО / отв. ред. В. П. Соломин. – Москва: Юрайт, 2018 – 399 с. – ISBN 978-5-534-02041-0.

5 Вайнер Э.Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник / Вайнер Э.Н. — Москва : КноРус, 2021. — 307 с. — ISBN 978-5-406-05897-8. — URL: <https://book.ru/book/938049> — Текст : электронный.

6 Данилина М.В. Практикум по основам безопасности жизнедеятельности : учебное пособие / Данилина М.В. — Москва : Русайнс, 2022. — 308 с. — ISBN 978-5-4365-1238-9. — URL: <https://book.ru/book/930083> (дата обращения: 01.03.2022). — Текст : электронный.

7 Микрюков В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + еПриложение : учебник / Микрюков В.Ю. — Москва : КноРус, 2020. — 290 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-07321-6. — URL: <https://book.ru/book/932127> (дата обращения: 01.03.2022). — Текст : электронный.

8 Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для СПО / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. – 2 изд., пер. и доп. – Москва: Юрайт, 2019 – 330 с. – ISBN 978-5-534-02122-6.

9 Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни 10-11 классы: учеб. для общеобразоват. организаций: базовый уровень. – Москва: Просвещение, 2018. - ISBN 978-5-09-073207-9.

10 Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни 10-11 классы: учеб. для общеобразоват. организаций: базовый уровень / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. – 2-е изд. – Москва: Просвещение, 2018, - 256 с. - ISBN 978-5-09-036466-9.

Интернет-ресурсы:

- 1 <http://bzhde.ru>. Энциклопедия безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]. — URL
- 2 mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ).
- 3 www.mvd.ru (сайт МВД РФ).
- 4 www.mil.ru (сайт Минобороны).
- 5 www.fsb.ru (сайт ФСБ РФ).
- 6 www.pobediteli.ru (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
- 7 www.monino.ru (Музей Военно-Воздушных Сил).
- 8 www.simvolika.rsl.ru (Государственные символы России. История и реальность).
- 9 www.fcior.edu.ru (Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов).
- 10 www.dic.academic.ru (Академик. Словари и энциклопедии).
- 11 www.booksgid.com (Books Gid. Электронная библиотека).
- 12 www.globalteka.ru (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).
- 13 www.window.edu.ru (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- 14 www.st-books.ru (Лучшая учебная литература).
- 15 www.school.edu.ru (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).
- 16 www.ru/book (Электронная библиотечная система).

Дополнительные источники:

- 1 Постановление Правительства РФ от 30.12.2003г. № 794 (ред. от 16.07.09) «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций».
- 2 Постановление Правительства РФ от 11.11.2006 г. № 663 «Об утверждении положения о призыве на военную службу граждан Российской

Федерации».

3 Постановление Правительства РФ от 31.12.1999г. № 1441 (ред. 15.06.09) «Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе».

4 Справочная правовая система «Консультант плюс», «Гарант».

5 Федеральный закон от 21.12.1994г. N 68-ФЗ (ред. от 25.11.09) «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

6 Федеральный закон от 10.01.2002г. № 7-ФЗ (ред. от 14.03.09) «Об охране окружающей среды».

7 Федеральный закон от 22.07.2008г. № 123-ФЗ «Технический регламент о требованиях пожарной безопасности».

8 Федеральный закон от 28.03.1998г. № 53-ФЗ (ред. 21.12.09) «О воинской обязанности и воинской службе».

9 Косолапова Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности : учебник для сред. проф. образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. - 9-е изд., стереотип. – Москва: Издательский центр «Академия», 2014. – 336 с. - ISBN 978-5-4468-0737-6.

10 Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учеб. для общеобразоват. учреждений / В.Н. Латчук и др. – 14-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2013. – 318 с.: ил.- ISBN 978-5-358-11775-4.

11 Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учеб. для общеобразоват. организаций: базовый и профил. уровни. / под ред А.Т.

12 Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. Образования, изд-во «Просвещение» - 5-е изд., перераб. – М.: 2013 – 351 с.- ISBN 978-5-09-030512-9.

13 Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл: учеб. для общеобразоват. учреждений / В.В. Марков, В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н.

Вангородский. – 13-е изд., стереотип. – Москва : Дрофа, 2013. – 302 с.: ил. - ISBN 978-5-358-12179-9.

14 Основы безопасности жизнедеятельности: 11-й класс: учебник для общеобразоват. учреждений / М.П.Фролова и др; под ред. Ю.Л. Воробьева – Москва: АСТ, 2013 – 286 с.: ил. - ISBN 978-5-17-081351-3.

15 Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности» 2016.

16 Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности» 2017.

17 Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности» 2018.

18 Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности» 2020.

5 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1 Контроль и оценка результатов обучения

Результаты обучения (усвоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<ul style="list-style-type: none"> – 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; 	<p style="text-align: center;">Оценка результатов выполнения практической работы</p> <p style="text-align: center;">Оценка результатов выполнения тестирования</p> <p style="text-align: center;">Оценка решения индивидуальных заданий</p>

<ul style="list-style-type: none">– 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	<p>Оценка решения индивидуальных заданий</p> <p>Оценка результатов выполнения самостоятельной работы</p>
---	--