**Департамент образования и науки Костромской области**

**ОГБПОУ «КОСТРОМСКОЙ КОЛЛЕДЖ БЫТОВОГО СЕРВИСА»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММа УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**одБ. 06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ**

**ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**(**технический профиль)

Профессия 11.01.08 Оператор связи

Кострома 2019 г

|  |  |
| --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  на заседании методической комиссии:  Протокол № 11  от 21.06. 2019 г.  Председатель ЦМК:  Оборина С.Б. | УТВЕРЖДАЮ  Зам. директора по УПР  Скворцова Е.В. Приказ № 205 от  «04» июля 2019г.  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  *подпись* |

Организация-разработчик: ОГБПОУ «ККБС»

Разработчик: Костенко Вячеслав Леонидович, преподаватель ОБЖ ККБС

Рабочая программа ОДБ.06 11.01.08 «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ

ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» разработана на основании Примерной программы ОУД «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» для ПОО, рекомендованной ФГАУ «ФИРО» в качестве примерной программы для реализации ОПОП СПО 11.01.08 «Оператор связи» на базе основного общего образования с получением среднего общего образования, зарегистрированной в Федеральном реестре примерных программ общеобразовательного цикла 00/00/2016

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. **Пояснительная записка……………………………………….....** | | **4** |
| **1.1** | **общая характеристика учебной дисциплины…....** | **5** | |
| **1.2** | **место учебной дисциплины в учебном плане….....** | **5** | |
| **1.3** | **результаты освоения учебной дисциплины: личностные, метапредметные, предметные…….....** | **5** | |
| 1. **содержание учебной дисциплины, тематический план с учётом профиля профессионального образования………………………………………………………….....** | | **9** |
| **2.1** | **ОБЪЕМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ....................................................................................................** | **9**  **11**  **17** |
| **2.2** | **ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....................................................................................** |
| **2.3** | **характеристика основных видов УЧЕБНОЙ деятельности студентов..........................................................** |
| 1. **учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебной дисциплины…………………………………………………………….** | | **20** |
| 1. **рекомендуемая литература………………………………….....** | | **22** |

1. **Пояснительная записка**

Рабочая программа учебной дисциплины ОДБ.06 11.01.08«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ » разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

ФГОС среднего общего образования (приказ Минобрнауки России от 29 декабря 2014г. № 1645), реализуемой в пределах освоения основой профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования;

письмом Минобрнауки России от 17.03.2015 N 06-259 «О направлении доработанных рекомендаций по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования»;

Программой подготовки рабочих специальностей (далее - ППКРС) специальности. 11.01.08, «Оператор связи»**;**

Перечнем профессий и специальностей среднего профессионального образования, утвержденным приказом Минобрнауки России от 29 октября 2013 г. N 1199;

На основании Примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» для профессиональных образовательных организаций от 2015г., рекомендованной ФГАУ «ФИРО» зарегистрированной в Федеральном реестре примерных программ общеобразовательного цикла 00/00/2016;

Примерным распределением профессий СПО и специальностей СПО по профилям профессионального образования.

Рабочая программа дисциплины включает в себя:

* пояснительную записку (общая характеристика учебной дисциплины, место дисциплины в учебном плане, результаты освоения дисциплины - личностные, метапредметные, предметные);
* содержание учебной дисциплины (тематический план с учётом профиля профессионального образования);
* характеристику основных видов деятельности студентов на уровне учебных действий (по разделам содержания учебной дисциплины);
* учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебной дисциплины;
* рекомендуемую литературу (для студентов, для преподавателей, Интернет-ресурсы).

Содержание программы «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ » направлено на достижение следующих **целей**: • повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);

• снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;

• формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения

к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;

• обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

**1.1. Общая характеристика учебной дисциплины 1.2. Место учебной дисциплины в учебном плане**

Данная дисциплина входит в общеобразовательный цикл из обязательной предметной области физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности. В структуре ППКРС учебная дисциплина в цикле общеобразовательных дисциплин является основной.

Кколичество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины: максимальной учебной нагрузки обучающегося– 108 часов, в том числе:

* обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося– 72 часов;

- самостоятельной внеаудиторной работы обучающегося– 36 часов.

Вид промежуточной аттестации –­дифференцированный зачет.

* 1. **Результаты освоения учебной дисциплины**

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Результаты освоения учебной дисциплины** | **Требования к результатам освоения учебной дисциплины** |
| **Метапредметные** | овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности;  анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;  обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;  выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;  овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности; формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;  приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий; развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение; формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;  формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников; развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;  формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения  и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения; развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;  освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;  приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации; формирование установки на здоровый образ жизни; развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать  необходимые умственные и физические нагрузки; |
| **Предметные** | сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно  важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и  внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;  получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;  сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности; освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;  освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;  развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;  развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;  получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки; освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;  владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике |

1. **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ, ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН С УЧЁТОМ ПРОФИЛЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ.**

**2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | **Объем часов** |
| **Максимальная учебная нагрузка (всего)** | **108** |
| **Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)** | **72** |
| в том числе: |  |
| практические занятия | **44** |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа обучающегося (всего)** | **36** |
| в том числе: |  |
| работа с учебной литературой и интернет-ресурс | **40** |
| подготовка сообщений | 6 |
| проектирование модели личного безопасного поведения в ЧС | 4 |
| **Промежуточная аттестация** в форме дифференцированного зачета |  |

**2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся.** | | | | | | | | **Объем часов** | **Уровень освоения** |
| **1** | **2** | | | | | | | | **3** | **4** |
| **Введение** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **2** |  |
| 1. | | | | Актуальность изучения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» | | | | 2 | 1 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Ознакомление с нормативными документами ОБЖ. | | | | | | | | 1 | 1 |
| **Раздел 1.**  **Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья** | |  | | | | | | | **16** |  |
| **Тема 1.1.**  **Здоровье и здоровый образ жизни** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **2** |  |
| 1. | | | | Общие понятия о здоровье. Виды и критерии здоровья. Духовное, физическое и социальное благополучие личности. | | | | 2 |  |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Конспектирование текста | | | | | | | | 1 | 2 |
| **Тема 1.2.**  **Факторы, способствующие укреплению здоровья** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **4** |  |
| 1. | | | | Факторы, способствующие укреплению здоровья. | | | | 2 | 2 |
| 2. | | | | Основные составляющие здорового образа жизни: правильное питание, достаточная двигательная активность и закаливание организма, соблюдение режима труда и отдыха, соблюдение правил личной и общественной гигиены. | | | | 2 |  |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Подготовка сообщений. | | | | | | | | 1 | 2 |
| 1. | | | | Основные составляющие здорового образа жизни: безопасное экологическое поведение, безопасное поведение в повседневной жизнедеятельности. | | | | 2 | 2 |
| **Самостоятельная работа**  Чтение текста учебника | | | | | | | | 1 | 2 |
| **Тема 1.3.**  **Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **2** |  |
| 1. | | | | Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов. | | | | 2 | 2 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Работа над учебным материалом. | | | | | | | | 1 | 2 |
| **Тема 1.4.**  **Вредные привычки человека и их влияние на состояние здоровья и безопасность личности** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **4** |  |
| 1. | | | | Влияние алкоголя на здоровье и безопасность человека, его социальные последствия. | | | | 2 | 2 |
| 2. | | | | Наркомания и токсикомания, влияние их на здоровье человека. | | | | 2 |  |
| 3. | | | | Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Пассивное курение и его влияние на здоровье. | | | | 2 | 2 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Поиск необходимой информации с использованием Интернет- ресурсов | | | | | | | | 2 | 2 |
| **Тема 1.5.**  **Правила и безопасность дорожного движения** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **2** |  |
| 1. | | | | Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. | | | | 2 | 1 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Работа с учебным материалом дополнительной литературы. | | | | | | | | 1 | 1 |
| **Тема 1.6.**  **Репродуктивное здоровье человека** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **2** |  |
| 1. | | | | Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. | | | | 2 | 2 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Ответы на контрольные вопросы | | | | | | | | 1 | 2 |
| **Раздел 2.**  **Государственная система обеспечения безопасности населения** | |  | | | | | | | **18** |  |
| **Тема 2.1.**  **Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **2** |  |
| 1. | | | | Общие понятия и классификация опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера. Наиболее вероятные ЧС для г Костромы. Опасные и вредные факторы, связанные с производством по получаемой специальности, провоцирующие ЧС, их меры профилактики. | | | | 2 | 1 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Проектирование модели личного безопасного поведения в ЧС. | | | | | | | | 2 | 2 |
| **Тема 2.2.**  **Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **2** |  |
| 1. | | | | Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Наиболее вероятные ЧС для г Костромы. Модели поведения человека при возникновении таких ситуаций. | | | | 2 | 2 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Проектирование модели поведения при получении сигнала о ЧС. | | | | | | | | 2 | 3 |
| **Тема 2.3.**  **Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **2** |  |
| 1. | | | | Предназначение, задачи и структура РСЧС.  Права и обязанности граждан в области защиты от ЧС. Структура РСЧС в учебном заведении. | | | | 2 | 2 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Изучение нормативных документов. | | | | | | | | 2 | 3 |
| **Тема 2.4.**  **Гражданская оборона – основная часть обороноспособности страны** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **2** |  |
| 1. | | | | Предназначение, задачи и структура ГО. Мониторинг и прогнозирование ЧС. | | | | 2 | 2 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Графическое изображение структуры ГО объекта экономики. | | | | | | | | 2 | 3 |
| **Тема 2.5.**  **Современные средства поражения и их поражающие факторы** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **2** |  |
| 1. | | | | Характеристика ОМП. Мероприятия и способы защиты населения от опасностей возникающих при ведении военных действий. Оповещение и информирование населения об опасностях. Эвакуация населения. | | | | 2 | 2 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Проектирование модели личного безопасного поведения в ЧС. | | | | | | | | 2 | 3 |
| **Тема 2.6.**  **Организация инженерной защиты населения от ЧС. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зоне ЧС** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **6** |  |
| 1. | | | | Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов мирного и военного времени ЧС. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях. | | | | 2 | 1 |
| 2. | | | | Организация и содержание аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зоне ЧС. | | | | 2 | 2 |
| 3. | | | | Санитарная обработка людей. | | | | 2 | 2 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Изучение нормативных документов. | | | | | | | | 2 | 2 |
| **Практическое занятие** | | | | | | | |  |  |
| 2. | | | | Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов ЧС. | | | | 4 | 3 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Выполнение тренировочных упражнений | | | | | | | | 1 | 3 |
| **Раздел 3.**  **Основы обороны государства и воинская обязанность** |  | | | | | | | | **30** |  |
| **Тема 3.1**  **История создания Вооруженных Сил России** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **4** |  |
| 1. | | | | | | | Военная реформа Петра 1 | 2 | 2 |
| 2. | | | | | | | Создание советских Вооруженных Сил | 2 | 2 |
|  | **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Подготовка сообщений | | | | | | | | 1 | 1 |
| **Тема 3.2**  **Организационная структура ВСРФ** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **4** |  |
| 1. | | | | | | | Виды Вооруженных Сил РФ | 2 | 2 |
| 2. | | | | | | | Войска гражданской обороны МЧС России | 2 | 2 |
|  | **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Изучение нормативных документов. | | | | | | | | 1 | 1 |
| **Тема 3.3**  **Воинская обязанность** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **4** |  |
| 1. | | | | | | | Воинский учет | 2 | 2 |
| 2. | | | | | | | Обязанности граждан по воинскому учету | 2 | 1 |
|  | **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Изучение нормативных документов. | | | | | | | | 1 | 1 |
| **Тема 3.4**  **Обязательная подготовка граждан к военной службе** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **4** |  |
| 1. | | | | | | | Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе | 2 | 1 |
| 2. | | | | | | | Добровольная подготовка граждан к военной службе | 2 | 2 |
|  | **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Конспектирование текста | | | | | | | | 1 | 1 |
| **Тема 3.5**  **Призыв на военную службу** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **4** |  |
| 1. | | | | | | | Общие обязанности военнослужащих | 2 | 2 |
| 2. | | | | | | | Размещение военнослужащих | 2 | 2 |
|  | **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Подготовка сообщений | | | | | | | | 1 | 1 |
| **Тема 3.6**  **Прохождение военной службы по контракту** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **4** |  |
| 1. | | | | | | | Основные условия прохождения службы по контракту | 2 | 1 |
| 2. | | | | | | | Сроки военной службы по контракту | 2 | 2 |
|  | **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Поиск необходимой информации с использованием Интернет- ресурсов | | | | | | | | 1 | 1 |
| **Тема 3.7**  **Альтернативная гражданская служба** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **2** |  |
| 1. | | | | | | Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы | | 2 | 1 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Поиск необходимой информации с использованием Интернет- ресурсов | | | | | | | | 1 | 1 |
| **Тема 3.8**  **Качество личности военнослужащего как защитника Отечества** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **2** |  |
| 1. | | | | | Виды воинской деятельности, их особенности | | | 2 | 1 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Ответы на вопросы | | | | | | | | 1 | 1 |
| **Тема 3.9**  **Воинская дисциплина и ответственность** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **2** |  |
| 1. | | | Общие права и обязанности военнослужащих | | | | | 2 | 2 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Изучение устава ВС РФ | | | | | | | | 1 | 2 |
| **Раздел 4.**  **Основы медицинских знаний** | |  | | | | | | | **8** |  |
| **Тема 4.1.**  **Понятие первой помощи** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **2** |  |
| 1. | | | | Перечень состояний при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. | | | | 2 | 1 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Ответы на контрольные вопросы. | | | | | | | | 1 | 2 |
| **Тема 4.2.**  **Понятие травм и их виды** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **2** |  |
| 1. | | | | Правила первой помощи: при ранениях, ушиба и переломах, сотрясениях головного мозга. | | | | 2 | 2 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Выполнение тренировочных упражнений. | | | | | | | | 1 | 2 |
| **Тема 4.3.**  **Первая помощь при синдроме длительного сдавливания и при ожогах** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **2** |  |
| 1. | | | | Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Местные и общие признаки токсикоза, основные периоды его развития. | | | | 2 | 2 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Выполнение тренировочных упражнений. | | | | | | | | 1 | 3 |
| **Тема 4.4.**  **Понятия и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях** | **Содержание учебного материала** | | | | | | | | **2** |  |
| 1. | | Понятия и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях | | | | | | 2 | 2 |
| **Практическое занятие**  Наложение кровоостанавливающих повязок. | | | | | | | | 2 |  |
| 1. | | | | Изучение и освоение приемов оказания первой помощи при кровотечениях | | | | 2 | 2 |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа**  Выполнение тренировочных упражнений | | | | | | | | 2 | 2 |
| **Обязательная аудиторная учебная нагрузка** | | | | | | | | | **72** |  |
| **Самостоятельная внеаудиторная работа** | | | | | | | | | **36** |  |
| **Всего:** | | | | | | | | | **108** |  |

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)

**2.3. Характеристика основных видов учебной деятельности студентов**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Содержание обучения** | | **Характеристика основных видов учебной 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 сохранения 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 | | |
| Тема 1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. | Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. | | |
| Тема 1.4. Вредные привычки человека и их влияние на состояние здоровья и безопасность личности. | Обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя.  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 человека. | Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. | | |
| Тема 1.7.  Правовые отношения полов. | Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья | | |
| **Раздел 2.**  **Государственная система обеспечения безопасности населения** | | | |
| Тема 2.1. Общие понятия и классификация опасных и чрезвычайных ситуаций. | | Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения. | |
| Тема 2.2.Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. | | Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС. Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС. | |
| Тема 2.3. РСЧС предназначение и задачи. | | 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). | |
| Тема 2.4. Гражданская оборона. | | Объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС. | |
| Тема 2.5. Современные средства поражения и их поражающие факторы. | | 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 | |
| Тема 2.6.Организация инженерной защиты населения от ЧС. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зоне ЧС. | | Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.  Раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. | |
| Тема 2.7Обучение населения защите от ЧС.  Правила безопасного поведения при угрозе и возникновении теракта.  Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. | | Характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.  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. Характеристика основных этапов создания ВС России. Анализ основных этапов военной реформы. |
| Тема 3.2  Организационная структура ВС РФ | | | Определение организационной структуры видов и родов ВС РФ |
| Тема 3.3  Воинская обязанность | | | Формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих |
| Тема 3.4  Обязательная подготовка граждан к военной службе | | | Характеристика требований воинской деятельности предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. |
| Тема 3.5  Призыв на военную службу | | | Порядок призыва, освоение основ строевой подготовки. |
| Тема 3.6  Прохождение военной службы по контракту | | | Сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту. |
| Тема 3.7  Альтернативная гражданская служба | | | Анализ условий прохождения альтернативной военной службы. |
| Тема 3.8  Качество личности военнослужащего как защитника Отечества | | | Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества. |
| Тема 3.9  Воинская дисциплина и ответственность | | | Характеристика понятий «воинская дисциплина и ответственность». |
| **Раздел 4.**  **Основы медицинских знаний** | | | |
| Тема 4.1. Понятие первой помощи. | | Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь. Характеристика основных признаков жизни. | |
| Тема 4.2. Понятие травм и их виды. | | Моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. | |
| Тема 4.3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания и при ожогах. | | Моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. | |
| Тема 4.4. Понятия и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях | | Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара. | |

1. **учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебной дисциплины**

Освоение программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предполагает наличия учебного кабинета основы безопасности жизнедеятельности.

Помещение кабинета основ безопасности жизнедеятельности удовлетворяет требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2. 178-02)1. Оно оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки учащихся.

В кабинете имеется техническое оборудование, при помощи которого участники образовательного процесса могут просматривать визуальную информацию по основам безопасности жизнедеятельности, создавать презентации, видеоматериалы, иные документы.

В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» входят:

• многофункциональный комплекс преподавателя;

• наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов,);

• информационно-коммуникативные средства;

• экранно-звуковые пособия;

• образцы средств индивидуальной защиты (СИЗ): противогаз ГП-7, респиратор Р-2, защитный костюм Л-1, общевойсковой защитный костюм, общевойсковой прибор химической разведки, компас-азимут; дозиметр бытовой (индикатор радиоактивности);

• учебно-методический комплект «Факторы радиационной и химической опасности» для изучения факторов радиационной и химической опасности;

• образцы средств первой медицинской помощи: индивидуальный перевязочный пакет ИПП-1; жгут кровоостанавливающий; аптечка индивидуальная АИ-2; комплект противоожоговый; индивидуальный противохимический пакет ИПП-11; сумка санитарная; носилки плащевые;

• образцы средств пожаротушения (СП);

• макет автомата Калашникова;

• учебное место для стрельбы из пневматической винтовки;

• обучающие и контролирующие программы по темам дисциплины;

• комплекты технической документации, в том числе паспорта на средства обучения, инструкции по их использованию и технике безопасности;

• библиотечный фонд.

Письмо Министерства образования и науки РФ от 24.11.2011 № МД-1552/03 «Об оснащении общеобразовательных учреждений учебным и учебно-лабораторным оборудованием».

В библиотечный фонд входят учебники, учебно-методические комплекты (УМК), обеспечивающие освоение учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», рекомендованные для использования в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования.

В процессе освоения программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» студенты имеют возможность доступа к электронным учебным материалам по основам безопасности жизнедеятельности, имеющимся в свободном доступе в сети Интернет (электронным книгам, практикумам, тестам).

1. **рекомендуемая литература**

1.Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред.проф. образования. — М., 2015.

2. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности:учебник для учреждений сред.проф. образования. — М., 2014.

3.Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов сред.проф. образования. — М., 2014.

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

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

6.Семейный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 29.12.1995

№ 223-ФЗ) (в ред. от 12.11.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 1. — Ст. 16.

7.Уголовный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 13.06.1996

8.Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»(в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998.

9.Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ.

10.Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе»

11.Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ

12. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. От 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ.

13.Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. 14.Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации»

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

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

Интернет-ресурсы

www. mchs. gov. ru (сайт МЧС РФ).

www. mvd. ru (сайт МВД РФ).

www. mil. ru (сайт Минобороны).

www. fsb. ru (сайт ФСБ РФ).

www. dic. academic. ru (Академик. Словарииэнциклопедии).

www. booksgid. com (Воокs Gid. Электроннаябиблиотека).

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

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

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

www. school. edu. ru/default. asp (Российский образовательный портал. Доступность, каче-

ство, эффективность).

www. ru/book (Электронная библиотечная система).

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

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

www. simvolika. rsl. ru (Государственные символы России.История и реальность).

www. militera. lib. ru (Военная литература).