

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Зауральский колледж физической культуры и здоровья»

**РАССМОТРЕНО**  
на заседании цикловой  
комиссии  
общеобразовательных  
дисциплин  
Протокол № \_\_\_\_\_  
от \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.  
Председатель

\_\_\_\_\_  
Н.П. Коваленко

**РЕКОМЕНДОВАНО**  
на заседании  
научно-методического  
совета

Протокол № \_\_\_\_\_  
от \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.  
Председатель

\_\_\_\_\_  
Н.С. Копылова

**УТВЕРЖДЕНО**  
Приказ № \_\_\_\_\_  
от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

И.о. директора

\_\_\_\_\_  
С.А. Аксёнов

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности**

*код и название учебной дисциплины*

общеобразовательного цикла

программы подготовки специалистов среднего звена по специальности:

**49.02.02 Адаптивная физическая культура**

*код и наименование специальности*

Рабочая программа учебной дисциплины ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) среднего общего образования, федерального государственного стандарта среднего профессионального образования (далее – СПО) по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура, рекомендациями 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 специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259), примерной программы учебной дисциплины ОДБ.08 Основы безопасности жизнедеятельности для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (далее – ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования, протокол № 3 от «21» июля 2015г., регистрационный номер рецензии №371 от «23» июля 2015г. ФГАУ «ФИРО».

Организация-разработчик: ГБПОУ «Зауральский колледж физической культуры и здоровья».

Разработчик:

1. Ларин А.А., преподаватель основ безопасности жизнедеятельности, преподаватель высшей квалификационной категории, ГБПОУ «Зауральский колледж физической культуры и здоровья».

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт программы учебной дисциплины .....	4
1.1. Область применения программы учебной дисциплины .....	4
1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы .....	4
1.3. Планируемые результаты освоения учебной дисциплины .....	4
1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины .....	6
2. Содержание учебной дисциплины .....	6
2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы .....	6
3. Тематический план и содержание учебной дисциплины .....	7

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности

*код и название учебной дисциплины*

## 1.1. Область применения программы учебной дисциплины

Программа учебной дисциплины ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности является частью общеобразовательного цикла образовательной программы СПО – программы подготовки специалистов среднего звена (далее – ППСЗ) по специальности среднего профессионального образования: 49.02.02 Адаптивная физическая культура профиля профессионального образования: гуманитарного.

## 1.2. Место учебной дисциплины в структуре ППСЗ

Учебная дисциплина является дисциплиной общеобразовательного учебного цикла в соответствии с гуманитарным профилем профессионального образования.

Учебная дисциплина относится к предметной области ФГОС среднего общего образования «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» общей из обязательных предметных областей.

Уровень освоения учебной дисциплины в соответствии с ФГОС среднего общего образования базовый.

Реализация содержания учебной дисциплины предполагает соблюдение принципа строгой преемственности по отношению к содержанию курса на ступени основного общего образования.

В то же время учебная дисциплина ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности для профессиональных образовательных организаций обладает самостоятельностью и цельностью.

Рабочая программа учебной дисциплины ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности имеет межпредметную связь с общеобразовательными учебными дисциплинами «Физическая культура», «Биология», «География» и профессиональной дисциплиной «Безопасность жизнедеятельности».

Изучение учебной дисциплины ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности завершается промежуточной аттестацией в форме дифференциального зачета в рамках освоения ППСЗ на базе основного общего образования.

## 1.3. Планируемые результаты освоения учебной дисциплины

Планируемые результаты освоения учебной дисциплины:

### **личностные результаты:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних внутренних угроз;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

### **метапредметные результаты:**

- 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 техно-

логий;

- 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 вовремя 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 результаты:**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также о 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; 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;
- 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.

#### 1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 105 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 70 часов из них:
- практические занятия 4 часа;
- самостоятельная работа обучающегося 35 часов.

В том числе часов **вариативной части** учебных циклов ППСЗ: не предусмотрено.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	105
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	70
в том числе:	
практические занятия	4
Индивидуальный проект <i>(если предусмотрено)</i>	2
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	35
<b>Промежуточная аттестации</b>	<b>в форме дифференцированного зачета</b>

### 3. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»

Наименование разделов и тем	Содержание, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Введение в дисциплину.	<b>Содержание</b>	2	
	1   Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности». Цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения и понятия. Необходимость формирования безопасного мышления и поведения.	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> • Выполнение домашнего задания.	1	
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.</b>		<b>24</b>	
<b>Тема 1.1.</b> Здоровье и здоровый образ жизни.	<b>Содержание</b>	<b>8</b>	1
	1   Здоровье как основная ценность человека. Общие понятия о здоровье. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Критерии, определяющие репродуктивное здоровье человека и общества. Роль семьи в формировании репродуктивного здоровья. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Рациональное питание. Культура питания.	8	
<b>Тема 1.2.</b> Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	<b>Содержание</b>	<b>8</b>	1
	1   Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Социальные последствия употребления алкоголя. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Наркотики и наркомания, социальные последствия. Профилактика вредных привычек.	8	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся по Разделу 1.:</b> • Подготовить презентацию: «Здоровый образ жизни – основа сохранения и укрепления личного здоровья». • Подготовить реферат на тему: «Закаливание. Виды закаливания. Влияние закаливания на организм».	<b>8</b>	
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.</b>		<b>24</b>	
<b>Тема 2.1.</b> Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	1
	1   Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Потенциальные	2	

		опасности природного, техногенного и социального характера, характерные для данной местности и района проживания. Опасности и чрезвычайные ситуации, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий. Правила и рекомендации безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера и в условиях опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, для обеспечения личной безопасности.		
<b>Тема 2.2.</b> Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.	<b>Содержание</b>		<b>2</b>	1
	1	Единая государственная система предупреждения и ликвидации стихийных бедствий и чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	2	
<b>Тема 2.3.</b> Гражданская оборона.	<b>Содержание</b>		<b>8</b>	2
	1	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение.	2	
	2	Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций. Предназначение и использование сигнальных цветов, знаков безопасности, сигнальной разметки и плана эвакуации.	2	
	3	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. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения. Средства индивидуальной защиты населения.	2	
	<b>Практические занятия</b>		<b>2</b>	
1	Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	2		
<b>Тема 2.4.</b> Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации.	<b>Содержание</b>		<b>2</b>	1
	1	Способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств. Правила и рекомендации безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.	2	
<b>Тема 2.5.</b> Государственные службы по охране здоровья и	<b>Содержание</b>		<b>2</b>	1
	1	МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных си-	2	



безопасности граждан.	туаций. Полиция Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся по Разделу 2.:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Составить схему «Структура РСЧС».</li> <li>• Составить конспект ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера».</li> <li>• Подготовить реферат об опасном природном явлении (геофизическом, геологическом, метеорологическом, гидрологическом).</li> </ul>	<b>8</b>	
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.</b>		<b>21</b>	
<b>Тема 3.1.</b> История создания Вооруженных Сил Российской Федерации.	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
	1 Организация Вооруженных Сил Московского государства в XIV–XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе.	2	
<b>Тема 3.2.</b> Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации.	<b>Содержание</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
	1 Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.	2	
<b>Тема 3.3.</b> Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	<b>Содержание</b>	<b>4</b>	<b>1</b>
	1 Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. 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.	4	
<b>Тема 3.4.</b> Воинская обязан-	<b>Содержание</b>	<b>6</b>	<b>1</b>

ность.	1	Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы. Срок военной службы для военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, по контракту и для проходящих альтернативную гражданскую службу. Воинские должности и звания. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ.	6	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся по Разделу 3.:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Подготовить реферат: «Вооружение и боевая техника Сухопутных войск».</li> <li>• Подготовить сообщение: «Виды и рода войск».</li> <li>• Подготовить презентацию: «Города-герои Российской Федерации».</li> </ul>	7	
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний.</b>			30	
<b>Тема 4.1. Оказание первой помощи.</b>	<b>Содержание</b>		20	2
	1	Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации». Права, обязанности и ответственность гражданина при оказании первой помощи. Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.	2	
	2	Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при травматическом шоке. Правила и способы переноски (транспортировки) пострадавших.	4	
	3	Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.	2	
	4	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.	2	

	Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.		
5	Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.	2	
6	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, приступе стенокардии, инфаркте миокарда и внезапной остановке сердца. Первая помощь при инсульте.	2	
7	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины. Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.	4	
<b>Практические занятия</b>		<b>2</b>	
1	Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.	2	
<b>Самостоятельная работа обучающихся по Разделу 4.:</b>		<b>10</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Подготовить реферат об одной из групп инфекционных заболеваний.</li> <li>• Подготовить презентацию: «Как стать долгожителем?»</li> <li>• Подготовить презентацию: «Формирование здорового образа жизни с пеленок».</li> </ul>			
<b>Дифференцированный зачет.</b>		<b>2</b>	
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>		<b>1</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Подготовиться к дифференцированному зачёту по вопросам.</li> </ul>			
<b>Всего:</b>		<b>105</b>	

## 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «ОБЖ».

#### Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- доска классная;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебных пособий по ОБЖ;
- комплект учебно-наглядных пособий;
- плакаты;
- карточки с заданиями по темам;
- тесты;
- методические рекомендации к выполнению исследовательских работ.

#### Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедиа проектор;
- экран проекционный.

### 4.2. Информационное обеспечение

*Для студентов:*

#### *Основные источники:*

1. 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.
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (в ред. федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ) «Об образовании в Российской Федерации».
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования”».
5. Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации 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».
6. Гражданский кодекс РФ (Ч. 1) (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. – № 32 (Ч. 1). – Ст. 301.
7. Гражданский кодекс РФ (Ч. 2) (утвержден Федеральным законом от 26.01.96 № 14-ФЗ) (в ред. от 14.06.2012) // СЗ РФ. – 1996. – № 5 (Ч. 2). – Ст. 410.
8. Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. – М., 2013.
9. Аксенова М., Кузнецов С., Евлахович и др. Огнестрельное оружие. – М., 2012.
10. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник

- для сред. проф. образования. – М., 2015.
11. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред. проф. образования. – М., 2015.
  12. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений сред. проф. образования. – М., 2014.
  13. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для учреждений сред. проф. образования. – М., 2013.
  14. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное учебное издание для обучающихся по профессиям в учреждениях сред. проф. образования. – М., 2014.
  15. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное приложение к учебнику для учреждений сред. проф. образования. – М., 2014.
  16. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: электронный учебно-методический комплекс для учреждений сред. проф. образования. – М., 2014.
  17. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов сред. проф. образования. – М., 2014.
  18. Микрюков В.Ю. Основы военной службы: учебник для учащихся старших классов сред. образовательных учреждений и студентов сред. спец. учеб. заведений, а также преподавателей этого курса. – М., 2014.
  19. Микрюков В.Ю. Азбука патриота. Друзья и враги России. – М., 2013.

***Для преподавателей:***

20. Изотова М.А., Царева Т.Б. Полная энциклопедия орденов и медалей России. – М., 2008.
21. Ионина Н.А. 100 великих наград. – М., 2009.
22. Каменев А.И. Энциклопедия русского офицера. – М., 2008. Каторин Ю.Ф. Танки: иллюстрированная энциклопедия. – М., 2011. Лубченков Ю.Н. Русские полководцы. – М., 2009.

***Интернет-ресурсы:***

23. [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
24. [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).
25. [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).
26. [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ).
27. [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
28. [www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) (Books Gid. Электронная библиотека).
29. [www.globalteka.ru/index.html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).
30. [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
31. [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
32. [www.school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).
33. [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
34. [www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
35. [www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).
36. [www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность).
37. [www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения раскрываются через усвоенные знания и приобретенные умения, направленные на приобретение общих компетенций.

Результаты обучения (предметные) на уровне учебных действий	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>Моделировать ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья и благополучия. Классифицировать основные признаки ЧС. Характеристики ЧС. Выявлять потенциально опасные ситуации. Моделировать поведение населения и личное в различных ЧС. Определять меры безопасного поведения при террористическом акте и захвате в заложники. Безопасное поведение Различать погоны и нашивки Воинские звания и должности. Неполную разборку и сборку АК-74 Встать на воинский учет. Общаться в коллективе сверстников, с незнакомыми сверстниками. Готовность к лишениям и трудностям военной службы. Освоить основы строевой подготовки. Различать награды и символы воинской Славы. Ритуалы ВС РФ. Соблюдать Ритуалы ВС. РФ. Символы воинской Чести и Славы. Дни Воинской Славы. Боевые традиции ВС. Призыв на военную службу. Воинская обязанность. Уставы ВС. РФ. Ответственность военнослужащего. Взыскания и поощрения. Дисциплинарный Устав, Строевой Устав ВС. РФ. Награды и символы воинской Славы. Ритуалы ВС. РФ. Символы воинской Чести и Славы. Дни Воинской Славы. Боевые традиции ВС. Понятия состояний, при которых оказывается первая помощь. Доврачебная помощь. Признаки жизни. Алгоритм идентификации кровотечений, переломов. Ожоги. Поражения эл. Током. Алгоритм оказания доврачебной помощи Определять особенности образа жизни и рационального питания беременной женщины.</p>	<p><u>Формы контроля обучения:</u> - домашние задания индивидуального характера; - подготовка и защита сообщений, рефератов, презентаций. <u>Формы оценки результативности обучения:</u> - накопительная система баллов, на основе которой выставляется итоговая отметка; - традиционная система отметок за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая отметка. <u>Методы контроля направлены на проверку умения обучающихся:</u> - отбирать и оценивать теоретический материал по предмету; - выполнять задания на творческом уровне; - осуществлять коррекцию (исправление) сделанных ошибок на уровне прежних и на новом уровне предлагаемых заданий. - работать в группе, выполняя индивидуальные и групповые задания. <u>Методы оценки результатов обучения:</u> - мониторинг роста творческой самостоятельности и навыков получения нового знания каждым обучающимся; - формирование итоговой аттестации по дисциплине в форме дифференцированного зачета.</p>

**ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АКТИВНЫХ  
И ИНТЕРАКТИВНЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ**

№ п/п	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Активные и интерактивные формы и методы обучения	Формируемые универсальные учебные действия
1.	Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни.	8	Лекция с применением видео- и аудиоматериалов	ОК 1-7
2.	Тема 1.2. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	8	Лекция с элементами эвристической беседы	ОК 1-7
3.	Тема 2.1. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.	2	Урок комбинированный с демонстрацией и обсуждением видеофильма	ОК 1-7
4.	Тема 2.2. Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.	2	Работа в малых группах с элементами поисковой деятельности	ОК 2,3,6,7
5.	Тема 2.3. Гражданская оборона.	8	Урок комбинированный с демонстрацией и обсуждением видеофильма	ОК 1-7
6.	Тема 2.4. Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации.	2	Лекция с элементами эвристической беседы	ОК 1-7
7.	Тема 2.5. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	2	Лекция с применением видео- и аудиоматериалов	ОК 1-7
8.	Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил Российской Федерации.	2	Лекция с применением видео- и аудиоматериалов	ОК 1-7
9.	Тема 3.2. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил Российской Федерации.	2	Лекция с элементами эвристической беседы	ОК 1-7
10.	Тема 3.3. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	4	Работа в малых группах с элементами поисковой деятельности	ОК 2,3,6,7
11.	Тема 3.4. Военская обязанность.	6	Работа в малых группах с элементами поисковой деятельности	ОК 2,3,6,7
12.	Тема 4.1. Оказание первой помощи.	20	Урок комбинированный с демонстрацией и обсуждением видеофильма	ОК 1-7

Код	Наименование результата обучения
ОК 1	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес
ОК 2	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество
ОК 3	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность
ОК 4	Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития
ОК 5	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности
ОК 6	Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями
ОК 7	Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.