

МИНИСТЕРСТВО ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Свердловской области

«Качканарский горно-промышленный колледж»



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОУД.07 «Основы безопасности жизнедеятельности»

**23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного
транспорта**

Качканар

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе
Федерального государственного образовательного стандарта по
специальности 23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт
автомобильного транспорта (базовый уровень) от 22 апреля 2014г. №383

Разработал: _____, преподаватель спец. дисциплин

Рекомендована методическим советом ГБПОУ СО «КГПК»

Протокол заседания МС № _____ от « ____ » _____ 20__ г.

Председатель МС _____

Рабочая программа 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 23.02.03 – Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта, 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 или профессии 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 "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 № 379 от 23 июля 2015г. ФГАУ «ФИРО».

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
1.1. Область применения программы учебной дисциплины	5
1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы	5
1.3. Планируемые результаты освоения учебной дисциплины	6
1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины .	11
2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	12
2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы	12
2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины	13
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	20
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	21
ПРИЛОЖЕНИЕ	24

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения программы учебной дисциплины

Программа учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности является частью программы подготовки специалистов среднего звена (далее – ППССЗ) по специальности среднего профессионального образования 23.02.03 – Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта

1.2. Место учебной дисциплины в структуре ППССЗ

Учебная дисциплина является дисциплиной общеобразовательного учебного цикла в соответствии с техническим 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 "Основы безопасности жизнедеятельности" на ступени основного общего образования.

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

Рабочая программа учебной дисциплины "Основы безопасности жизнедеятельности" имеет межпредметную связь с общеобразовательными учебными дисциплинами "Физической культуры" и "Экологии".

Изучение учебной дисциплины "Основы безопасности жизнедеятельности" завершается промежуточной аттестацией в форме *дифференциального зачета* в рамках освоения ППССЗ на базе основного общего образования.

1.3. Планируемые результаты освоения учебной дисциплины

Программа предусматривает подготовку студентов к поведению в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера во всех сферах их жизнедеятельности и предполагает формирование знаний, умений и отдельных навыков безопасного поведения в повседневной жизни и в процессе профессиональной деятельности.

Реализация программы будет способствовать привитию студентам навыков сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих; выработке умений распознавать и оценивать опасные и вредные факторы среды обитания человека и определять способы защиты от них, оказывать первую медицинскую помощь при различных видах травм.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен *уметь*:

- анализировать положительное и негативное воздействие техносферы на жизнедеятельность человека;
- правильно ориентироваться в части наиболее опасных ситуаций, в том числе в зонах повышенной криминогенной опасностью;
- выполнять мероприятия гражданской обороны (использование средств индивидуальной и коллективной защиты);
- оказывать первую медицинскую помощь при ранениях, кровотечениях, при травмах, несчастных случаях и заболеваниях, владеть приемами проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца;

–

- составить для себя режим жизнедеятельности, позволяющий повысить уровень работоспособности;
- правильно оценивать положительное воздействие систематических занятий спортом и закаливания на организм человека;
- противостоять соблазну увлечений вредными привычками;
- правильно оценивать роль рационального питания для человека;
- уметь положительно оценивать значение семьи в жизни человека;
- защитить себя от болезней, передаваемых половым путем.
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен *знать*:

- возникающие в повседневной жизни опасные ситуации природного, техногенного, социального характера и правила поведения в них;
- об организации Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС);
- о современных средствах поражения;
- об организации гражданской обороны на промышленном объекте;
- основные мероприятия гражданской обороны по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- способы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;
- влияния хозяйственной деятельности человека на атмосферу, гидросферу и биосферу;
- наиболее распространенные инфекционные заболевания, причина их возникновения, меры профилактики;
- методы и средства оказания первой медицинской помощи при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях;

-
- основные положения здорового образа жизни;
- о вредных привычках и их влиянии на здоровье человека;
- основы рационального питания и его значение для здоровья человека и его работоспособности;
- основы обороны государства и военной службы;
- боевые традиции Вооруженных сил России, государственной и военной символики Российской Федерации.

личностные результаты:

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

Изучение дисциплины направлено на формирование общих компетенций согласно ФГОС по специальности 23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта:

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), результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 92 часа, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 70 часов;
- самостоятельная работа обучающегося 22 часа.

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	92
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	70
в том числе:	
практические занятия	28
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	22
В том числе:	
изучение тем	10
написание рефератов, докладов	12
Итоговая аттестация в форме зачета.	

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся.	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Введение		4	
	<p>Содержание учебного материала 7Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определение терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности – современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении специальностей СПО.</p>	2	1
	<p>Самостоятельная работа Научно-технический прогресс и среда обитания современного человека. Техносфера как источник негативных факторов. Воздействие негативных факторов на человека и среду обитания. (написание рефератов)</p>	2	3
Раздел 1 Государственная система обеспечения безопасности населения.		28	
<p>Тема 1.1 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального происхождения.</p>	<p>Содержание учебного материала Общая характеристика опасных чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера. Классификация опасных и чрезвычайных опасных ситуаций по происхождению: природная, техногенная и социальная. Общая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, возможные последствия, принимаемые меры по их предупреждению и снижению ущерба. Защита населения, территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера; правила безопасного поведения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).</p>	1	1
<p>Тема 1.2 Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.</p>	<p>Содержание учебного материала Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения.</p>	1	2

Тема 1.3 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.	Содержание учебного материала Задачи единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Структура РСЧС. Функциональные и территориальные подсистемы. Координационные органы единой системы. Постоянно действующие органы управления единой системы. Силы и средства единой системы. Режимы функционирования.	2	1
	Самостоятельная работа Правовые и организационные основы обеспечения безопасности населения.(доклад)	2	3
Тема 1.4 Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.	Содержание учебного материала Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороны. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	1	1
Тема 1.5 Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.	Содержание учебного материала Современные средства поражения, их поражающие факторы. Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по назначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие, способы и признаки его применения. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.	1	1
	Самостоятельная работа Современные средства поражения (написание реферата)	2	3
Тема 1.6 Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.	Содержание учебного материала 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	1
	Практическое занятие 1 Планирование и организационные вопросы выполнения эвакуационных мероприятий. Защитное сооружение ГО, их предназначение, виды сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях. Эвакуация населения. Организация и проведения эвакуации. Назначение эвакуационной комиссии. Обязанности и правила поведения населения при эвакуации.	4	2

	Практическое занятие 2 Средства индивидуальной защиты, их использование в ЧС. Основные средства защиты органов дыхания и правила их использование. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Отработка порядка получения и пользования средствами индивидуальной защиты. Определение роста для ПП-5 и роста МПП и ПП-7 для себя.	4	2
Тема 1.7 Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.	Содержание учебного материала Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.	1	1
Тема 1.8 Обучение населения защите от ЧС. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, её предназначение.	Содержание учебного материала Обучение населения защите от ЧС. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, её предназначение.	1	1
Тема 1.9 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.	Содержание учебного материала Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.	2	2
	Самостоятельная работа Терроризм как основная социальная опасность современности.(реферат)	2	3
Тема 1.10 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан: МЧС России, полиция, Роспотребнадзор.	Содержание учебного материала Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России- федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба медицинской скорой помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.	2	1
Раздел 2 Основы обороны государства и воинская обязанность.		4	

Тема 2.1 Вооруженные Силы Российской Федерации – основа обороны нашего государства.	Содержание учебного материала История создания Вооруженных Сил России. Организационная структура Вооруженных Сил. Функции и основные задачи Вооруженных Сил России, их роль в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил.	1	1
Тема 2.2 Воинская обязанность и её содержание.	Содержание учебного материала Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета и его предназначение. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке на воинский учет.	1	1
Тема 2.3 Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.	Содержание учебного материала Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Дружба, войсковое товарищество – основа воинской боевой готовности частей и подразделений.	2	1
Раздел 3 Основы медицинских знаний.		30	
Тема 3.1 Понятие первой помощи. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи.	Содержание учебного материала 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».	2	1
Тема 3.2 Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях и переломах.	Содержание учебного материала Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложение повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. 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 электротравмах и повреждении молнией.	2	1
	Практическое занятие 3 Отработка правил оказания первой медицинской помощи при ранениях и переломах.	6	2
Тема 3.3 Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Первая помощь при ожогах и тепловом ударе. Первая помощь при отморожении. Первая помощь при	Содержание учебного материала Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Первая помощь при ожогах. Понятия, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термическом ожоге. Первая помощь при химическом ожоге. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегрева. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожения. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.	2	1

отравлениях.			
Тема 3.4 Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях.	Содержание учебного материала Понятие и виды кровотечений. Первая медицинская помощь при наружных кровотечениях. Первая медицинская помощь при капиллярном кровотечении. Первая медицинская помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Способы временной остановки кровотечения. Точки пальцевого прижатия артерии. Правила наложения кровоостанавливающего жгута. Переохлаждение и обморожение. Первая медицинская помощь при обморожении.	2	1
	Практическое занятие 4 Отработка правил оказания первой медицинской помощи при кровотечениях.	6	2
Тема 3.5 Первая помощь при отсутствии сознания. Первая помощь при отсутствии кровообращения.	Содержание учебного материала 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	1
	Практическое занятие 5 Изучение и освоение основных способов проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.	4	2
Тема 3.6 Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	Содержание учебного материала Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.	2	1
	Самостоятельная работа Профилактика инфекционных заболеваний. (доклад)	2	3
Раздел 4 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.		26	
Тема 4.1. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье.	Содержание учебного материала Здоровый образ жизни как средство сохранения и укрепления индивидуального здоровья. Основные критерии здоровья. Влияния окружающей среды на здоровье человека в процессе его жизнедеятельности. Общие понятия о режиме жизнедеятельности человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности.	2	1

	Самостоятельная работа Факторы, способствующие укреплению здоровья. (реферат)	4	3
Тема 4.2 Режим труда и отдыха. Значения двигательной активности.	Содержание учебного материала Значения режима труда и отдыха для гармоничного развития человека. Влияния биологического ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой.	2	1
	Самостоятельная работа Организация студенческого труда и отдыха и эффективность самостоятельной работы. Роль физической культуры. (рефераты)	2	3
Тема 4.3 Влияние закаливающих процедур на организм человека.	Содержание учебного материала Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека. Правила использования факторов окружающей природной среды для закаливания. Необходимость системного выполнения закаливающих процедур.	1	1
Тема 4.4 Рациональное питание и его значение для здоровья человека. Гигиена питания.	Содержание учебного материала Рациональное питание и здоровье. Особенности питания при различных умственных и физических нагрузках. Сбалансированное питание, отдельное питание, видовое питание, основные определения и подходы. Понятия о вегетарианском, диетическом и лечебном питании. Общая характеристика режима питания и его роль в обеспечении здоровья и работоспособности человека.	1	1
	Практическое занятие 6 Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	4	2
Тема 4.5 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	Содержание учебного материала Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.	1	2
Тема 4.6 Вредные привычки, их влияния на здоровье человека. Профилактика вредных привычек.	Содержание учебного материала Вредные привычки (табакокурения, употребление алкоголя, наркотиков и токсикомания) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	1	1
	Самостоятельная работа Алкоголь и его влияние на человека. Табачный дым и его составные части.	4	3

	Пассивное курение и его влияние на человека. Наркотики и их пагубное воздействие на человека. (презентации)		
Тема 4.7 Правила и безопасность дорожного движения.	Содержание учебного материала Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	<i>1</i>	<i>1</i>
Тема 4.8 Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений.	Содержание учебного материала Семья в современном обществе. Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	<i>1</i>	<i>1</i>
	Самостоятельная работа Политика государства по поддержке семьи.(доклад)	<i>2</i>	<i>3</i>
Всего:		<i>102</i>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета БЖД; Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся; рабочее место преподавателя; комплект учебных наглядных пособий по дисциплине «ОБЖ».

Технические средства обучения: телевизор, DVD-плеер, компьютер, мультимедийный проектор, видеокассеты, DVD-диски

3.2. Информационное обеспечение

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники

1. Конституция Российской Федерации
2. Федеральные законы РФ: «Об образовании», «О гражданской обороне»,
3. «О защите населения и территорий от чрезвычайной ситуаций природного и техногенного характера»
4. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для студ. сред. учеб. заведений/ Э.А. Арустамов, Н.В.Косолапова, Н.А.Прокопенко, Г.В.Гуськов.М.: Академия, 2013-176с. ISBN 5-7695-1507-4
5. Безопасность жизнедеятельности. Учебник для студентов средних учеб. заведений/С.В.Белов, В.А.Девясилов, А.Ф.Козьяков и др.; Под. ред. С.В.Белова.- М.: Высш.шк., 2015.-343 с. ISBN 5-06-003745-2
6. Бондин В.И. Безопасность жизнедеятельности учеб. пособие / В.И. Бондин, Ю.Г. Семехин, О.Г. Бериев.-Ростов н/Д.:Академцентр, 2014-352с. ISBN 978-5-394-00380-6
7. Хван Т.А., Хван П.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб.пособие для сред. проф. образования /Т.А.Хван, П.А.Хван.- Ростов н/Д.:Феникс, 2015-381с. ISBN 078-5-222-12225-9

Дополнительные источники

1. Ястребов Г.С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф: учеб. пособие /Г.С.Ястребов.- Ростов н/Д:Феникс, 2011-416с. ISBN 5-222-02739-2
2. Алексеенко В.А., Матасова И.Ю., Основы безопасности жизнедеятельности /В.А.Алексеенко, И.Ю.Матросов.- Ростов н/Д.:Феникс, 2012-320с ISBN 5-222-02014-2

Интернет- ресурсы

<http://kuhta.clan.su> Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»

<http://informic.narod.ru/obj.html> Основы безопасности жизнедеятельности

<http://Obj.ru/> Всероссийский научно-исследовательский институт по проблемам гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций <http://anty-crim.boxmail.biz>

Искусство выживания

<http://www.goodlife.narod.ru> Все о пожарной безопасности
<http://www.0-1.ru> Охрана труда. Промышленная и пожарная безопасность.
 Предупреждение чрезвычайных ситуаций
<http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь
<http://www.spas-extreme.ru> Россия без наркотиков
<http://www.rospotrebнадzor.ru> Федеральная служба по экологическому, технологическому и атомному надзору
<http://www.gosnadzor.ru> Федеральный центр гигиены и эпидемиологии
<http://www.fcgsen.ru> Охрана труда и техника безопасности
<http://www.znakcomplex.ru>
 Лига здоровья нации <http://www.ligazn.ru>
 Всероссийский форум «Здоровье нации — основа процветания России»

4. 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 (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения:	
анализировать положительное и негативное воздействие техносферы на жизнедеятельность человека;	Внеаудиторная самостоятельная работа: реферат, доклад, конспект; Оценивание самостоятельной работы; Тестирование, устный и письменный ответ, зачет
правильно ориентироваться в части наиболее опасных ситуациях, в том числе в зонах с повышенной криминогенной опасностью;	
выполнять мероприятия гражданской обороны (использовать средства индивидуальной и коллективной защиты);	
оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;	
оказывать первую медицинскую	

помощь при ранениях, кровотечениях, при травмах, несчастных случаях и заболеваниях, владеть приемами проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца;	
составить для себя режим жизнедеятельности, позволяющий повысить уровень работоспособности;	
правильно оценивать положительное воздействие систематических занятий спортом и закаливания на организм человека;	
противостоять соблазну увлечений вредными привычками;	
правильно оценивать роль рационального питания для человека;	
уметь положительно оценивать значение семьи в жизни человека;	
защитить себя от болезней, передаваемых половым путем.	
Знания:	
возникающие в повседневной жизни опасные ситуации природного, техногенного, социального характера и правила поведения в них;	опрос, внеаудиторная самостоятельная работа
о современных средствах поражения;	опрос, внеаудиторная самостоятельная работа
об организации гражданской обороны на промышленном объекте;	практические занятия
об организации Единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС	опрос, внеаудиторная самостоятельная работа
основные мероприятия гражданской обороны по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;	практические занятия
способы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;	практические занятия
влияния хозяйственной деятельности человека на атмосферу, гидросферу и биосферу;	опрос, внеаудиторная самостоятельная работа
наиболее распространенные инфекционные заболевания, причина их возникновения, меры	опрос, внеаудиторная самостоятельная работа

профилактики;	
методы и средства оказания первой медицинской помощи при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях;	практические занятия, опрос, внеаудиторная самостоятельная работа
основные положения здорового образа жизни и личной гигиены;	опрос, внеаудиторная самостоятельная работа, контрольная работа
о вредных привычках и их влиянии на здоровье человека.	опрос, внеаудиторная самостоятельная работа, контрольная работа
основы обороны государства и военной службы	опрос, внеаудиторная самостоятельная работа
боевые традиции Вооруженных Сил России, государственной и военной Символики Российской Федерации	опрос, внеаудиторная самостоятельная работа
основы рационального питания и его роль в обеспечении здоровья и работоспособности человека	практическое занятие

**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 1.2 Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	2	Изучение и закрепление материала на интерактивной лекции (лекция с разбором конкретной ситуации, проблемная лекция)	ОК 3., ОК 4., О ОК 3., ОК 4., ОК 5., ОК 8.К 5., ОК 8.
2.	Тема 3.2 Основы медицинских знаний и охраны здоровья	2	Изучение и закрепление материала на интерактивной лекции (лекция с разбором конкретной ситуации, проблемная лекция)	ОК 3., ОК 4., ОК 5., ОК 8.
3.	Тема 4.1 Здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье	2	Изучение и закрепление материала на интерактивной лекции (лекция – беседа, лекция – дискуссия)	ОК 3., ОК 4., ОК 5., ОК 8.
4.	Тема 4.6 Вредные привычки и их влияние на здоровье человека. Профилактика вредных привычек	2	Изучение и закрепление материала на интерактивной лекции (лекция - беседа, лекция – дискуссия)	ОК 3., ОК 4., ОК 5., ОК 8.
5.	Тема 4.7 Правила и безопасность дорожного движения	2	Изучение и закрепление материала на интерактивной лекции (лекция с разбором конкретной ситуации)	ОК 3., ОК 4., ОК 5., ОК 8.