

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ**  
**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ**  
**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ**  
**«УСТЬ-ИЛИМСКИЙ ТЕХНИКУМ ОТРАСЛЕВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБПОУ ИО УИТОТ

Т.Т.Лучко

« 31 » мая 2018 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Технический профиль  
Социально – экономический профиль

**Усть-Илимск**  
**2018**

Рассмотрено на заседании  
методического объединения  
Протокол № 6  
от « 10 » мая 2018 г.  
Руководитель МО 

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана с учетом Примерной основной образовательной программы среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з) на основе Федерального государственного образовательного стандарта, примерной основной профессиональной образовательной программы и базисного учебного плана по профессиям среднего профессионального образования 23.01.03 Автомеханик, 43.01.09 Повар, кондитер, 23.01.08 Слесарь по ремонту строительных машин, 09.01.03 Мастер по обработке цифровой информации, специальности 38.02.04 Коммерция (по отраслям). Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» относится к группе общеобразовательных дисциплин среднего общего образования.

Разработчик: преподаватель - организатор ОБЖ Лучко О.Ю,  
высшая квалификационная категория

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	8
3. Условия реализации рабочей программы учебной дисциплины	18
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	21

# **I. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **Основы безопасности жизнедеятельности**

### **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины предназначена для изучения основ безопасности жизнедеятельности является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессиям СПО **23.01.03 Автомеханик, 43.01.09 Повар, кондитер, 23.01.08 Слесарь по ремонту строительных машин, 09.01.03 Мастер по обработке цифровой информации специальности 38.02.04 Коммерция (по отраслям)**

### **1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях СПО, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена. Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», в соответствии с 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 профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

### **1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины**

Содержание рабочей 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.

### **Результаты освоения учебной дисциплины**

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

#### **✓ личностных:**

- 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;

#### **✓ компетентностных:**

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 7. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

#### **✓ метапредметных:**

- 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;
  - 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;
- ✓ **предметных:**
  - 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.

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

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 108 час, в том числе:  
 обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 72 часов;  
 самостоятельная работа обучающегося 36 час.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	108
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	72
<i>в том числе:</i>	
практические работы	21
контрольные работы	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	36
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
<b>Введение</b>	1.	<b>Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»</b> , цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения 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 профессий.	<b>1</b>	2
<b>Раздел 1.</b> Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>17</b>	
	2.	<b>Здоровье и здоровый образ жизни.</b> Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	1	
	3.	<b>Факторы, способствующие укреплению здоровья.</b> Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека.	1	
	4.	<b>Режим дня, труда и отдыха.</b>	1	
	5.	<b>Практическое занятие №1 Рациональное питание и его значение для здоровья.</b> Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	1	
	6.	<b>Личная гигиена и здоровье человека.</b> Закаливание и его влияние на здоровье.	1	2
	7.	<b>Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.</b> Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.	1	
	8.	<b>Практическое занятие № 2 Основные нормативные правовые акты, определяющие правила и безопасность дорожного движения.</b> Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и	1	

		средств при организации дорожного движения.		
	9.	<b>Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Социальные последствия употребления алкоголя.</b> Снижение умственной и физической работоспособности.	1	2
	10.	<b>Курение и его влияние на состояние здоровья.</b> Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. <b>Курение и его влияние на состояние здоровья.</b>	1	
	11.	<b>Наркотики, наркомания и токсикомания.</b> Общие понятия и определения. <b>Наркотики, наркомания и токсикомания.</b> Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	1	
	12.	<b>Репродуктивное здоровье человека.</b> Репродуктивное здоровье человека как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него.	1	
	13.	<b>Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.</b> Инфекционные болезни и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья. Инфекции, передаваемые половым путем и их профилактика.	1	
	14.	<b>СПИД и его профилактика</b>	1	
	15.	<b>Правовые основы взаимоотношения полов.</b> Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».		
	16.	<b>Опасности современных молодежных хобби.</b> Модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>			
	1. Составить свой режим дня с учетом материалов лекций и интернета. 2. Подготовить реферат на тему «Вредные привычки».			
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>18</b>	<b>2</b>
	17.	<b>Классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</b> Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1	

18.	<b>Характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера Иркутской области.</b>	1	
19.	<b>Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера Иркутской области.</b>	1	
20.	<b>Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</b>	1	
21.	<b>Практическое занятие № 3 Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).</b>		
22.	<b>Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).</b> История ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	1	<b>2</b>
23.	<b>Гражданская оборона.</b> Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	1	
24.	<b>Современные средства поражения и их поражающие факторы.</b> Мероприятия по защите населения.	1	
25.	<b>Оповещение и информирование населения.</b> Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.	1	
26.	<b>Организация инженерной защиты населения.</b> 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.	1	
27.	<b>Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах от чрезвычайных ситуаций.</b> Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.	1	
28.	<b>Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.</b> Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств		

		Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.		
	29.	<b>Практическое занятие № 4</b> Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	1	
	30.	<b>Практическое занятие № 5</b> Изучение первичных средств пожаротушения.	1	
	31.	Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма Российской Федерации. Основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.	1	<b>2</b>
	32.	<b>Практическое занятие № 6</b> Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.	1	
	33.	<b>Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.</b> 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 скорой медицинской 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.	1	<b>2</b>
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 3. Выписать в тетрадь примеры ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. 4. «Терроризм как основная социальная опасность современности» - привести примеры террористических акций в рабочей тетради. 5. Современные средства поражения и их поражающие факторы,		

		составить конспект п. 31 учебник 10 кл.		
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>18</b>	
	34.	<b>История создания Вооруженных Сил России.</b> 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.	1	2
	35.	<b>Военные реформы в России.</b> 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. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.	1	2
	36.	<b>Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.</b> 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.	3	2
	37.	<b>Воинская обязанность.</b> 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.	1	2
38.	<b>Призыв на военную службу.</b> Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к	1	2	

		военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.		
	39.	<b>Прохождение военной службы по контракту.</b> 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.	1	2
	40.	<b>Альтернативная гражданская служба.</b> Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.	1	
	41.	<b>Качества личности военнослужащего как защитника Отечества.</b> Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества.	1	
	42.	<b>Военнослужащий — специалист.</b> Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования	1	

	воинских уставов, приказы командиров и начальников.		
43.	<b>Воинская дисциплина и ответственность.</b> Единначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.	1	
44.	<b>Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.</b>		
45.	<b>Военно-профессиональная деятельность:</b> порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям, особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях.	1	2
46.	<b>Боевые традиции Вооруженных Сил России.</b> Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества. Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.	1	
47.	<b>Дни воинской славы России — дни славных побед.</b> Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.	1	
48.	<b>Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.</b> Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку.	1	
49.	<b>Символы воинской чести.</b> Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.		

	50. 51.	<b>Практическое занятие № 7 Назначение Строевого устава ВС РФ.</b> Изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.		
	52. 53.	<b>Практическое занятие № 8 Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова.</b> Меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 6. Составление конспекта «Виды и рода войск Российской Федерации» гл.14, 10 кл. 7. Проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику ответы на вопросы. 8. Подготовка письменных сообщений на темы: « Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе», «Города – герои Российской Федерации».			
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>17</b>	
	54.	<b>Практическое занятие № 9 Понятие первой помощи.</b> Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».	1	
	55.	<b>Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях.</b>	1	
	56.	<b>Практическое занятие № 10 Правила наложения повязок.</b>		
	57.	<b>Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.</b>	1	2
	58.	<b>Практическое занятие № 11 Первая помощь при травмах различных областей тела.</b> Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга.	1	
	59.	<b>Практическое занятие № 12 Первая помощь при переломах.</b>	1	
	60.	<b>Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.</b> Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.	1	2
	61.	<b>Практическое занятие № 13 Понятие и виды кровотечений.</b> Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении.	1	
62.	<b>Практическое занятие № 14 Первая помощь при артериальном кровотечении.</b> Правила наложения жгута и закрутки.	1		

	63.	<b>Практическое занятие № 15 Первая помощь при венозном кровотечении.</b> Смешанное кровотечение.	1	
	64.	<b>Первая помощь при ожогах.</b> 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.	1	2
	65.	<b>Первая помощь при воздействии низких температур.</b> Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.	1	2
	66.	<b>Практическое занятие № 17</b> Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.	1	
	67.	<b>Первая помощь при отравлениях.</b> Острое и хроническое отравление.	1	2
	68.	<b>Практическое занятие № 18</b> Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока.	1	
	69. 70.	<b>Практическое занятие № 19</b> 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.	1	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 9. Подготовить по выбору сообщение на любую тему: «Первая помощь при обморожении», «Первая помощь при ожогах», «Первая помощь при отравлении», «Первая помощь при попадании инородных тел в дыхательные пути».		
	71. 72.	<b>Дифференцированный зачет</b>	2	
		<b>ВСЕГО:</b>	<b>72</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Материально-техническое обеспечение**

Для реализации рабочей программы учебной дисциплины имеется учебный кабинет «Основы безопасности жизнедеятельности».

##### **Оборудование учебного кабинета**

1. Общебойковой защитный комплект (ОЗК)
2. Общебойковой противогаз или противогаз ГП-7
3. Респиратор Р-2
4. Ватно-марлевая повязка
5. Противопыльная тканевая маска
6. Медицинская сумка в комплекте
7. Носилки санитарные
8. Аптечка индивидуальная (АИ-2)
9. Бинты марлевые
10. Бинты эластичные
11. Жгуты кровоостанавливающие резиновые
12. Индивидуальные перевязочные пакеты
13. Косынки перевязочные
14. Винтовки пневматические
15. Макет АКМ - 74
16. Комплект плакатов по Гражданской обороне
17. Комплект плакатов по Основам военной службы

##### **Технические средства обучения**

1. Аудио-, видео-, проекционная аппаратура.
2. Тренажёр сердечно-лёгочной реанимации (Александр 1-0,2).

## **3.2. Информационное обеспечение обучения**

### **Основные источники**

1. Н.В. Косолопова, Н.А. Прокопенко Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник/ М.: академия 2015 – 336с

### **Дополнительные источники**

1. Арустамов Э.А., Косолопова Н.В., Прокопенко Н.А. и др. Безопасность жизнедеятельности: Учебник. – М.: Издательский центр «Академия», 2011.- 176.
2. Глыбочко П.В., Николенко В.Н., Е.А. Алексеев Е.А., Карнаухов Г.М. Первая медицинская помощь: учебное пособие для студентов 5-е издание Академия 2012 – 240 с.
3. В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для общеобразовательных учреждений 10.11 кл.: М.: Дрофа 2012 – 318 с.
4. Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации. – М.: Эксмо, 2009 – 608 с.
5. Смирнов А.Т. учебники 10, 11 классы Основы безопасности жизнедеятельности просвещение 2012.
6. Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учебник для 10—11 кл. общеобразоват. учрежд. /
7. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев Основы военной службы: Учебное пособие для студентов среднего профессионального образования\ М.: академия 2006 – 240 с.
8. Экстремизм: Пособие для учащихся/ М.: Просвещение 2011 – 47 с.

### **Электронные ресурсы**

1. ОБЖ 10 класс: мультимедийный курс ОБЖ/ ИД «РАВНОВЕСИЕ» 2007.
2. Первая медицинская помощь/ ООО «Медиа Арт Паблишен» 2008.
3. Первая помощь до приезда врача: дополнительное пособие к курсу ОБЖ/ ИД «РАВНОВЕСИЕ»2006.
4. ВИЧ/ ООО «Видеостудия «КВАРТ».

### **Интернет ресурсы**

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_140174/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/)
2. Федеральный закон об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации [http://www.consultant.ru/document/Cons\\_doc\\_LAW\\_121895/](http://www.consultant.ru/document/Cons_doc_LAW_121895/)
3. Первая помощь <https://yandex.ru/video/search?text=первая+помощь+при+поражении+э.л.+током&redircnt=1477315029.1>
4. Первая помощь <https://yandex.ru/video/search?p=1&filmId=FUyoWZJ1Cx8&text=ппп%20при%20ожогах&redircnt=1477315398.1>

5. Первая помощь <https://yandex.ru/video/search?text=первая+помощь+при+утоплении&redircnt=1477315538.1>
6. Первая помощь <https://yandex.ru/video/search?text=понятие%20о%20превой%20%20по%20мощи>
7. Первая помощь <https://yandex.ru/video/search?text=сердечно-легочная+реанимация&redircnt=1477315621.1>
8. <https://yandex.ru/video/search?text=художественный%20фильм%20офицеры%20Осмотреть%20онлайн%20бесплатно%20в%20хорошем%20качестве&path=wizard&parent-reqid=1458264476572524-676852274145151703760484-sas1-1346&filmId=rvi-5i49UXI&redircnt=1477315670.1>

### **Методическое обеспечение**

1. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, М.В. Маслов Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль 10-11: М.: Просвещение 2010 – 159 с.
2. Н.И. Хромов Основы безопасности жизнедеятельности. Проектирование образовательного процесса/ М.: Просвещение, 2013 – 80с.
3. Н.И. Хромов Основы безопасности жизнедеятельности: Методика проведения практических занятий по основам военной службы 10-11/ М.: Дрофа, 2011 – 127 с.
4. Раздаточный материал.
5. Инструкционные карты к практическим занятиям.
6. Дидактический материал: схемы, таблицы и т.п.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Содержание обучения	Результаты освоения основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Введение</b>	<p>Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности.</p> <p>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.</p>	Оценка результатов устного опроса.
<b>1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения</b>	<p>Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни.</p> <p>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.</p> <p>Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека</p> <p>Обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя. Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам.</p> <p>Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.</p> <p>Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения.</p> <p>Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека.</p> <p>Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья.</p>	<p>Оценка результатов составления конспектов.</p> <p>Оценка результатов составления конспектов.</p> <p>Оценка выполнения самостоятельной работы №1</p> <p>Оценка результатов составления конспектов.</p> <p>Оценка выполнения самостоятельной работы № 2.</p> <p>Оценка результатов устного опроса.</p> <p>Оценка результатов выполнения практического занятия № 2.</p> <p>Оценка результатов выполнения контрольной работы № 1.</p>

<p><b>2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b></p>	<p>Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.</p> <p>Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.</p> <p>Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС; объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС;</p> <p>раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени;</p> <p>характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.</p> <p>Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.</p> <p>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</p>	<p>Оценка результатов устного опроса.</p> <p>Оценка результатов устного опроса.</p> <p>Оценка результатов выполнения практического занятия № 4, 5.</p> <p>Оценка результатов устного опроса.</p> <p>Оценка результатов выполнения практического занятия № 6</p> <p>Оценка результатов выполнения заданий по вопросам после параграфа.</p> <p>Оценка результатов выполнения заданий по вопросам после параграфа.</p>
<p><b>3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b></p>	<p>Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России.</p> <p>Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации;</p> <p>формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих.</p>	<p>Оценка результатов выполнения заданий по вопросам после параграфа.</p> <p>Оценка результатов выполнения самостоятельной работы № 6</p>

	<p>Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту.</p> <p>Анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы.</p> <p>Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества.</p> <p>Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»;</p> <p>освоение основ строевой подготовки. Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести</p>	<p>Оценка результатов выполнения заданий по вопросам после параграфа.</p> <p>Оценка результатов выполнения самостоятельной работы № 7</p> <p>Оценка результатов выполнения заданий по вопросам после параграфа.</p> <p>Оценка результатов выполнения практического занятия № 8</p> <p>Оценка результатов выполнения практического занятия № 7</p>
<p><b>4. Основы медицинских знаний</b></p>	<p>Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь.</p> <p>Моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.</p> <p>Характеристика основных признаков жизни.</p> <p>Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара.</p>	<p>Оценка результатов выполнения практического занятия № 9.</p> <p>Оценка результатов выполнения практических занятий № 10,11, 12,17,18, 19</p> <p>Оценка результатов устного опроса.</p> <p>Оценка результатов выполнения практических занятий № 13, 14,15,16.</p>
		<p><b>Форма оценки</b> результативности обучения: дифференцированный зачет.</p>