

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Лысьвенский филиал федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«Пермский национальный исследовательский политехнический университет»



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

Н.В. Лобов

03 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Предмет: Основы безопасности жизнедеятельности

Форма обучения: Очная

Уровень профессионального образования: Среднее профессиональное образование

Образовательная программа: Подготовка специалистов среднего звена

Общая трудоёмкость: 70 час.

Специальность: 13.02.07 Электроснабжение (по отраслям)

Лысьва, 2020

Рабочая программа общеобразовательного учебного предмета «**Основы безопасности жизнедеятельности**» разработана на основании:

– Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации «14» декабря 2017 г. № 1216 по специальности 13.02.07 *Электроснабжение (по отраслям)*;

– Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (ФГОС СОО), утвержденного Минобрнауки России 17 мая 2012 года № 413 (с изменениями и дополнениями от 29 декабря 2014 г., 31 декабря 2015 г., 29 июня 2017 г.);

– приказа Министра обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24 февраля 2010 г. № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах»;

– Учебного плана очной формы обучения по специальности 13.02.07 *Электроснабжение (по отраслям)*, утвержденного 20.03.2020 г.

С учетом:

– Примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной ФГАУ (ФГБУ) «ФИРО» «21» июля 2015 года, протокол № 3.

Разработчик
Преподаватель I категории

П.П. Бездень

Рецензент
канд. тех. наук

Т.О. Сошина

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании предметной (цикловой) комиссии
Технических дисциплин «17» 03 2020 г., протокол № 7.

Председатель ПЦК ТД

И.В. Карпова

СОГЛАСОВАНО

Заместитель начальника УОП ПНИПУ

В.А. Голосов

1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

1.1 Область применения рабочей программы

Программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» является частью общеобразовательного учебного цикла основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования (СПО) на базе основного общего образования по программе подготовки специалистов среднего звена по специальности *13.02.07 Электроснабжение (по отраслям)* технологического профиля.

1.2 Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» относится к базовому учебному предмету из предметной области ФГОС среднего общего образования «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» и является обязательным для изучения. Предшествующим предметом является предмет, изучаемый в рамках школьной программы: Основы безопасности жизнедеятельности.

Уровень освоения учебного предмета в соответствии с ФГОС среднего общего образования базовый.

1.3 Цели и задачи учебного предмета – требования к результатам освоения учебного предмета

Цель учебного предмета - 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.

Задачи освоения учебного предмета:

- повысить уровень защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз путем проведения лекционных и практических занятий;

- снизить отрицательное влияние человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства угроз путем проведения лекционных (в т.ч. профилактических бесед) и практических занятий;

- сформировать антитеррористическое поведение студентов, выработать отрицательное отношение к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков и прочему асоциальному поведению, путем проведения лекционных занятий.

2 ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Освоение содержания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение студентами следующих результатов:

Код	Результаты
Личностные:	
<i>Л1</i>	развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз
<i>Л2</i>	готовность к служению Отечеству, его защите
<i>Л3</i>	формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности
<i>Л4</i>	исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.)
<i>Л5</i>	воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности
<i>Л6</i>	освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера
Метапредметные:	
<i>М1</i>	овладеть умениями формулировать личные понятия о безопасности
<i>М2</i>	анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций
<i>М3</i>	обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций
<i>М4</i>	выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека
<i>М5</i>	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
<i>М6</i>	формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях
<i>М7</i>	приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий
<i>М8</i>	развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение
<i>М9</i>	формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций
<i>М10</i>	формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников
<i>М11</i>	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
<i>М12</i>	формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения
<i>М13</i>	развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях

М14	освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни
М15	приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации
М16	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:	
П1	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
П2	получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз
П3	сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения
П4	сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности
П5	освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера
П6	освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека
П7	развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций
П8	формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники
П9	развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях
П10	получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки
П11	освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе
П12	владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике

3 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

3.1 Объем учебного предмета и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	70
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	70
<i>в том числе:</i>	
теоретическое обучение (<i>лекции, урок</i>)	30
практические занятия	40
лабораторные занятия	-
индивидуальный проект	-
<i>Самостоятельная работа</i>	-
Консультация	-
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета во 2 семестре</i>	-

3.2 Тематический план и содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающегося	Объём часов	Уровень освоения
1	2	3	4
2 семестр			
Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	Содержание учебного материала:	9	
	1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	2	1
	1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.	1	
	1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.	1	
	1.4. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.	1	
	1.5. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	1	
	1.6. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.	1	
	1.7. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	1	
	В том числе практических и лабораторных занятий:	1	
Практическое занятие № 1 Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	1	2	

Тема Государственная система обеспечения безопасности населения	2.	Содержание учебного материала:	9	
		2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций (ЧС) природного и техногенного характера.	1	1
		2.2. Характеристика ЧС природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности. Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о ЧС согласно плану образовательного учреждения.	1	
		2.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	1	
		2.4. 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	
		2.5. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях ЧС.	1	
		2.6. 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.	0,5	
		2.7. 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.	0,5	
		2.8. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. 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	0,5	
		2.9. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.	1	
	2.10. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция РФ — 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). Другие государственные службы в	0,5		

	области безопасности. Правовые основы организации защиты населения РФ от ЧС мирного времени.		
	В том числе практических и лабораторных занятий:	1	
	Практическое занятие № 2 Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. Изучение первичных средств пожаротушения. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	1	2
Тема 3. Основы обороны государства и воинская обязанность	Содержание учебного материала:	8	
	3.1. История создания Вооруженных Сил (ВС) России. Организация ВС 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 ВС РФ на современном этапе. Функции и основные задачи современных ВС РФ, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.	1	1
	3.2. Организационная структура ВС РФ. Виды и рода ВС РФ: 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 РФ, войска национальной гвардии РФ, Железнодорожные войска РФ, войска гражданской обороны МЧС РФ. Их состав и предназначение.	1	1
	3.3. Воинская обязанность. 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
	3.4. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к 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	1	2

	подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.		
	3.5. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.	1	1
	3.6. 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.	1	1
	3.7. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.	1	1
	3.8. 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. 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 ВС 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 законодательство РФ, воинские уставы и пр.	1	2
	3.9. Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие — принцип строительства ВС РФ. 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.	1	2
	3.10. Как стать офицером ВС РФ. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для ВС РФ.		1
	3.11. Боевые традиции ВС РФ. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества. Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России. Основные формы увековечения памяти воинов, связанных с днями	1	2

	воинской славы. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция ВС РФ.		
	3.12. Ритуалы ВС РФ. 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. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.		2
	В том числе практических и лабораторных занятий:	1	
	Практическое занятие № 3 Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции. Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.	1	2
Тема 4. Основы медицинских знаний	Содержание учебного материала	9	
	4.1. Понятие первой помощи (ПП). Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания ПП. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».		1
	4.2. Понятие травм и их виды. Правила ПП при ранениях. Правила наложения повязок. ПП при травмах различных областей тела. ПП при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. ПП при сотрясениях и ушибах головного мозга. ПП при переломах. ПП при электротравмах и повреждении молнией.	2	2
	4.3. ПП при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.		2
	4.4. Понятие и виды кровотечений. ПП при наружных кровотечениях. ПП при капиллярном кровотечении. ПП при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. ПП при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Признаки внутреннего кровотечения.		2
	4.5. ПП при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. ПП при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. ПП при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на человека. Признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие УФ лучей на человека.	2	1
	4.6. ПП при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.		1
	4.7. ПП при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.	2	

	4.8. ПП при отравлениях. Острое и хроническое отравление.			1					
	4.9. ПП при отсутствии сознания. Признаки обморока. ПП при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственного дыхания.			2					
	4.10. 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.			2					
	4.11. 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.		1	1					
	4.12. Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.			1					
	В том числе практических и лабораторных занятий:		2						
	Практическое занятие № 4 Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.		2	2					
Учебные сборы¹	№ п/п	Тема занятия	Количество часов					Общее кол-во часов	
			1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день		
	1	Тактическая подготовка				2	1	1	4
	2	Огневая подготовка			3		2	4	9
	3	Радиационная, химическая и биологическая защита				2			2
	4	Общевойсковые уставы		4	1	1	2		8
	5	Строевая подготовка		1		1	1	1	4
	6	Физическая подготовка		1	1	1	1	1	5
	7	Военно-медицинская подготовка			2				2
	8	Основы безопасности военной службы		2					2
	Всего		7	7	7	7	7	35	
			Итого					70	

¹ Инструкция об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах (приложение № 5, п. 44).

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)

3.3 Тематический план и содержание Учебных сборов

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Уровень освоения	Объём часов
1	2	3	4
Раздел 1 Тактическая подготовка			4
Тема 1.1 Действия солдата в бою	Содержание учебного материала:		2
	В том числе практических и лабораторных занятий:		2
	Сигналы управления в бою, способы их передачи и действия по ним. Походный, предбоевой и боевой порядок взвода. Тренировка в развертывании из походного в предбоевой и боевой порядок и обратно. Выбор места для стрельбы. Способы передвижения на поле боя	2	2
Тема 1.2 Вооружение и боевая техника	Содержание учебного материала:		2
	В том числе практических и лабораторных занятий:		2
	Вооружение и боевая техника Российской армии	2	2
Раздел 2 Огневая подготовка			9
Тема 2.1 Стрелковое оружие и ручные гранаты	Содержание учебного материала:		3
	В том числе практических и лабораторных занятий:		3
	Назначение, боевые свойства и общее устройство АК-74. Назначение частей и механизмов АК-74. Порядок чистки и смазки оружия. Требования безопасности при проведении стрельб и обращении со стрелковым оружием. Неполная разборка и сборка автомата. Назначение, ТТХ и устройство оборонительных и наступательных гранат. Требование безопасности при обращении с гранатами. Отработка действий по метанию гранаты	2	3
Тема 2.2 Основы и правила стрельбы	Содержание учебного материала:		1
	В том числе практических и лабораторных занятий:		1
	Тренировка в изготовке к бою	2	1
Темы 2.3	Содержание учебного материала:		5

Приемы и способы ведения огня из автомата по неподвижной и появляющимся целям	В том числе практических и лабораторных занятий:		5
	Электронный тир – стрельба из автомата	2	5
Раздел 3 Радиационная, химическая и биологическая защита			2
Тема 3.1 Средства индивидуальной защиты и пользование ими	Содержание учебного материала:		2
	В том числе практических и лабораторных занятий:		2
	Способы действий личного состава в условиях радиационного, химического и биологического заражения	2	2
Раздел 4 Общевоинские уставы			8
Тема 4.1 Распределение времени и внутренний распорядок в повседневной деятельности военнослужащих	Содержание учебного материала:		3
	В том числе практических и лабораторных занятий:		3
	Общие требования по размещению военнослужащих, распределению времени и повседневному порядку. Порядок, организация и проведение подъема личного состава, утренней физической зарядки, умывания, заправки постелей и утреннего осмотра	2	3
Тема 4.2 Взаимоотношения между военнослужащими	Содержание учебного материала:		5
	В том числе практических и лабораторных занятий:		5
	Командиры (начальники) и подчиненные. Старшие и младшие. Приказ (приказание), порядок его отдачи и выполнения		1
	Выполнение воинского приветствия военнослужащими и подразделениями при нахождении в строю, в помещении, в общественных местах, местах для курения. Порядок действия личного состава при посещении старшим начальником взвода, роты, находящегося на занятиях в классах, в расположении, в поле, на хозяйственных работах и т.д. Порядок ответа на приветствие командира и прощание, ответа на поздравление и благодарность	2	2
	О воинской вежливости и поведении военнослужащих. Правила поведения военнослужащих в казарме, столовой, клубе и других общественных местах		2
Раздел 5 Строевая подготовка			4
Тема 5.1 Строевые приемы и движения без оружия	Содержание учебного материала:		4
	В том числе практических и лабораторных занятий:		4
	Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Разойдись», «Отделение, в одну (две) шеренгу становись», «Разойдись». Разучивание строевой стойки по элементам. Разучивание и тренировка в выполнении строевого приема «Повороты на месте» по разделениям и в целом	2	1
	Строевой шаг. Движение руками на два счета. Обозначение шага на месте. Движение строевым шагом по разделениям на четыре и два счета. Тренировка в движении строевым шагом в темпе		1

	50-60 шагов в минуту. Движение строевым шагом в темпе 110-120 шагов в минуту	
	Движение строевым шагом. Разучивание поворотов налево, направо и кругом в движении по отделениям и в целом. Повороты в движении. Разучивание строевого приема	1
	Выполнение воинского приветствия на месте и в движении по отделениям и в целом. Выход из строя и возвращение в строй. Разучивание строевого приема «Подход к начальнику и отход от него» по отделениям и в целом	1

Раздел 6 Физическая подготовка			5
Тема 6.1 Гимнастика	Содержание учебного материала:		4
	В том числе практических и лабораторных занятий:		4
	Требования безопасности при проведении занятий по физической подготовке. Выполнение комплекса вольных упражнений № 1	2	1
	Выполнение комплекса вольных упражнений № 2		1
	Комплексное выполнение комплексов вольных упражнений № 1 и 2		1
Общefизическая подготовка (отжимание из положения лежа, поднимание туловища из положения лежа)	1		
Тема 6.2 Ускоренное передвижение	Содержание учебного материала:		1
	В том числе практических и лабораторных занятий:		1
	Организация занятия по ускоренному передвижению. Выполнение упражнений на бегу на 100 м и 1 км	2	1
Раздел 7 Военно-медицинская подготовка			2
Тема 7.1 Оказание первой помощи при переломах и ранениях	Содержание учебного материала:		
	В том числе практических и лабораторных занятий:		2
	Понятие первой помощи. Мероприятия первой помощи. Наложение шины, жгута, повязок	2	2
Раздел 8 Основы безопасности военной службы			1
Тема 8.1 Основные мероприятия по обеспечению безопасности военной службы	Содержание учебного материала:		1
	В том числе практических и лабораторных занятий:		1
	Комплексное занятие по ОБВС	2	1
		Итого	35
		Промежуточная аттестация	-
		ВСЕГО	35

3.4 Характеристика основных видов учебной деятельности студентов

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
Введение	Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности. Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите.
1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения	Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха. Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя. Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам. Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения. Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья.
2. Государственная система обеспечения безопасности населения	Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения. Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС. Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС. Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. 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>3. Основы обороны государства и воинская обязанность</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; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих. Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества. Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; 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>4. Основы медицинских знаний</p>	<p>Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. Характеристика основных признаков жизни. Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара. Определение основных средств планирования семьи. Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины.</p>

4 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Требования к минимальному информационному и материально-техническому обеспечению:

4.1 Специализированные лаборатории и классы

№ п.п	Помещения		Количество посадочных мест
	Название	Номер аудитории	
1	<i>Кабинет безопасности жизнедеятельности и охраны труда (лаборатория безопасности жизнедеятельности)</i>	5В	25

4.2 Основное учебное оборудование

- рабочее место преподавателя
- доска для написания мелом
- персональный компьютер с лицензионным программным обеспечением
- мультимедиа проектор
- экран
- тренажер - манекен взрослого пострадавшего (голова, торс, конечности) с выносным электрическим контроллером для отработки приемов сердечно-легочной реанимации
- тренажер - манекен взрослого пострадавшего (голова, торс, конечности) без контроллера для отработки приемов сердечно-легочной реанимации
- тренажер - манекен взрослого для отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей
- комплект шин для иммобилизации конечностей
- перевязочный средства
- аптечка оказания первой помощи
- комплекты учебно-наглядных пособий по дисциплине
- плакаты и таблицы по изучаемым темам программы
- электронный стрелковый тир
- муляжи ручных гранат

4.3 Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Смирнов, А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс; Базовый уровень [Текст] : учебник для общеобразовательных организаций / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников ; под ред. А.Т. Смирнова. - 2-е изд. - М. : Просвещение, 2015. - 351 с. : ил.
2. Косолапова, Н. В. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник для студентов сред. проф. образования / Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. - 10-е изд., стер. - Москва : КНОРУС, 2019. - 192 с. : ил. - (Среднее профессиональное образование)
3. Косолапова, Н. В. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. - 10-е изд., стер. - М. : КНОРУС, 2016. - 192 с. - (Среднее профессиональное образование).

Дополнительные источники:

1. Арустамов, Э.А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для СПО / Э.А. Арустамов. - 11-е изд., испр. - М. : ИЦ Академия, 2012. - 176 с.
2. Безопасность жизнедеятельности : учебник для СПО / Э.А. Арустамов. - 9-е изд., стер. - М. : ИЦ Академия, 2010. - 176 с.

Электронные ресурсы

1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам) Режим доступа: <https://windov.edu.ru>
2. Российская электронная школа Режим доступа: <https://resh.edu.ru>, авторизованный
3. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов: Режим доступа: <http://school-collection.edu.ru>
4. Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий Режим доступа: <https://www.mchs.gov.ru/>
5. Министерство Внутренних Дел Российской Федерации Режим доступа: <https://мвд.пф/>
6. Министерство обороны Российской Федерации Режим доступа: <https://www.mil.ru/>
7. Федеральная служба безопасности Российской Федерации Режим доступа: <http://www.fsb.ru/>
8. Словари и энциклопедии на Академике Режим доступа: <https://dic.academic.ru/>
9. проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны» Режим доступа: <http://pobediteli.rsu.edu.ru/>
10. Центральный музей Военно-воздушных сил Режим доступа: <https://www.cmvvs.ru/>

11. Государственные символы России. Символика и реальность. Режим доступа:
<http://simvolika.rsl.ru/index.php?f=41>

Программное обеспечение:

1. Операционная система Windows 7
2. Офисный пакет MicrosoftOffice Профессиональный плюс 2007
3. Браузеры MozillaFirefox, GoogleChrome

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. Справочно-правовая система Консультант Плюс

**5 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Результаты обучения (личностные, предметные, метапредметные)	Формы и методы контроля и оценки результатов освоения
Личностные:	
– развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	<i>Устный опрос Наблюдение и оценка выполнения практических занятий Экспертная оценка по результатам наблюдения за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебного предмета</i>
– 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:	
– овладеть умениями формулировать личные понятия о безопасности	<i>Устный опрос Тестирование Наблюдение и оценка выполнения практических занятий Экспертная оценка по результатам наблюдения за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебного предмета</i>
– 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	

<p>– 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</p>	
<p>– формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения</p>	
<p>– развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях</p>	
<p>– освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни</p>	
<p>– 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</p>	
<p>Предметные:</p>	
<p>– сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также о средствах, повышающих защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора</p>	<p><i>Устный опрос Тестирование Наблюдение и оценка выполнения практических занятий Экспертная оценка по результатам наблюдения за деятельностью обучающегося в процессе освоения учебного предмета</i></p>
<p>– получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз</p>	
<p>– сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения</p>	
<p>– сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности</p>	
<p>– освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера</p>	
<p>– освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека</p>	
<p>– развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций</p>	
<p>– формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники</p>	
<p>– развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных</p>	

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	

Фонд оценочных средств учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» приведен отдельным документом.

5 МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ИЗУЧЕНИЮ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» осуществляется в течение одного семестра.

При изучении обучающимся целесообразно выполнять следующие рекомендации:

1 изучение курса должно вестись систематически и сопровождаться составлением подробного конспекта. В конспект рекомендуется включать все виды учебной работы: материалы лекций, практических занятий на учебных сборах, самостоятельную проработку учебников и рекомендуемых источников;

2 после изучения какого-либо раздела по учебнику или материалам практических занятий учебных сборов рекомендуется по памяти воспроизвести основные термины, определения, понятия;

3 особое внимание следует уделить выполнению заданий практических занятий учебных сборов, поскольку это способствует лучшему пониманию и закреплению теоретических знаний; перед выполнением практических заданий учебных сборов необходимо изучить необходимый теоретический материал;

4 вся тематика вопросов, изучаемых самостоятельно, задается преподавателем на лекциях и практических занятиях учебных сборов, им же даются источники для более детального понимания вопросов, озвученных на лекциях.

Образовательные технологии, используемые при изучении учебного предмета

Проведение лекционных занятий по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» основывается на активном и интерактивном методах обучения, преподаватель в учебном процессе использует презентацию лекционного материала, где студенты не пассивные слушатели, а активные участники занятия.

Интерактивное обучение - это обучение, погруженное в общение. Студенты задают вопросы и отвечают на вопросы преподавателя. Такое преподавание нацелено на активизацию процессов усвоения материала и стимулирует ассоциативное мышление студентов и более полное усвоение теоретического материала.

Проведение практических занятий учебных сборов основывается на активном и интерактивном методе обучения, при котором студенты взаимодействуют не только с преподавателем, но и друг с другом. Место преподавателя в интерактивных занятиях сводится к направлению деятельности студентов на выполнение практического задания учебных сборов.

Такие методы обучения (активное и интерактивное) формируют и развивают профессиональные и общие компетенции студентов.

Лист регистрации изменений

№ п.п.	Содержание изменения	Дата, номер протокола заседания ПЦК. Подпись председателя ПЦК