



**МИНИСТЕРСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

«УЧИЛИЩЕ (ТЕХНИКУМ) ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА № 4»

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ МО «УОР №4»

Т.Г. Подорожная

2021 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
БД.04 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«Профессионального цикла»

основной профессиональной образовательной программы

по специальности

49.02.01 Физическая культура

по программе *углубленной* подготовки

(гуманитарного профиля)

для студентов **очной** формы обучения

(на базе основного общего образования)

го Чехов, 2021

Рабочая программа «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности **49.02.01 Физическая культура**, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.08.2014 г., № 976 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура» (зарегистрированного Министерством юстиции России 25.08.2014 № 33826)

Организация - разработчик: ГБПОУ МО «УОР №4»

Составитель:

Аладин А.В., преподаватель ГБПОУ МО «УОР №4»

Ф.И.О., должность

Рассмотрено на заседании
ПЦК гуманитарных и естественнонаучных дисциплин
протокол № 1 от 27.08 2021г.

Председатель  Ю.Л. Маслова

Согласовано на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от "27 августа" 2021 г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. Пояснительная записка	4
2. Общая характеристика учебной дисциплины	4
3 Место учебной дисциплины в учебном плане	5
4. Результаты освоения учебной дисциплины	6
5. Содержание учебной дисциплины	11
6. Тематическое планирование	15
7. Условия реализации дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»	16
8. Рекомендуемая литература	18
9. Лист изменений и дополнений, внесенных в рабочую программу	20

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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).

Содержание программы «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих **целей**:

- - повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы – совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- - снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- - формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- - обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

В современных условиях глобализации развития мировой экономики, усложнения, интенсификации и увеличения напряженности профессиональной деятельности специалистов существенно возрастает общественно-производственное значение состояния здоровья каждого человека. Здоровье становится приоритетной социальной ценностью. В связи с этим исключительную важность приобретает высокая профессиональная подготовка специалистов различного профиля к

принятию решений и действиям по предупреждению чрезвычайных ситуаций (ЧС), а при их возникновении — к проведению соответствующих мероприятий по ликвидации их негативных последствий, и прежде всего к оказанию первой помощи пострадавшим.

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучает риски производственной, природной, социальной, бытовой, городской и других сред обитания человека как в условиях повседневной жизни, так и при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного, природного и социального характера. Данная дисциплина является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности.

Основными содержательными темами программы являются: введение в дисциплину, обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья, государственная система обеспечения безопасности населения, основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний.

Изучение общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации студентов в процессе освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППССЗ).

3. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

В профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППССЗ).

В учебных планах ППССЗ место учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» — в составе общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из

обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для профессий СПО или специальностей СПО соответствующего профиля профессионального образования.

4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на формирование личностных, метапредметных и предметных результатов ФГОС среднего общего образования, общих компетенций ФГОС СПО 49.02.01 Физическая культура, а также личностных результатов реализации рабочей программы воспитания (ЛР):

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

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски, принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами, социальными партнерами.

ОК 7 Ставить цели, мотивировать, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

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

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ЛР 1. Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.

ЛР 2. Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.

ЛР 3. Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие, предупреждающий социально опасное поведение граждан.

ЛР 7. Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.

ЛР 8. Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.

ЛР 9. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

ЛР 10. Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.

ЛР 12. Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.

ЛР 13. Демонстрирующий готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности.

ЛР 15. Проявляющий гражданское отношение к профессиональной деятельности как к возможности личного участия в решении общественных, государственных, общенациональных проблем.

ЛР 16. Принимающий основы экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, применяющий опыт экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях и профессиональной деятельности.

Результаты освоения учебного предмета в соответствии с ФГОС СОО	Общие компетенции ФГОС СПО личностные результаты рабочей программы воспитания
<p>Личностные: сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважения государственных символов (герб, флаг, гимн);</p>	<p>ОК 4, ОК 6, ЛР 7, ЛР 15</p>
<p>- сформированность российской гражданской позиции как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;</p>	<p>ОК1, ОК 3, ОК 4, ОК 6, ЛР 3, ЛР 15</p>
<p>- готовность к служению Отечеству, его защите;</p>	<p>ОК 1, ОК 6, ОК 7, ЛР 1</p>
<p>- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;</p>	<p>ОК 1, ОК 3, ОК 4, ЛР 2, ЛР 3</p>
<p>- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения; способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;</p>	<p>ОК 3, ОК 6, ЛР 2, ЛР 7, ЛР 8</p>
<p>- навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего</p>	<p>ОК 3, ОК 6, ОК</p>

возраста, взрослыми в образовательной, общественно-полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;	7, ЛР 2, ЛР 7, ЛР 13
- нравственное осознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;	ОК 3ЛР 2, ЛР 7, ЛР 12, ЛР 13
- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя и наркотиков;	ОК 1, ОК 3, ОК 4, ЛР 9. ЛР 16
- бережное, ответственное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь; ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни;	ОК 3, ОК 4, ОК 6, ОК 7, ОК 10, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12
Метапредметные: умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать всевозможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;	ОК 1, ОК 2, ОК 4, ОК 6, ОК 8, ЛР 14
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;	ОК 3, ОК 6, ОК 7, ЛР 9, ЛР 13
- владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;	ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5ЛР 4, ЛР 10
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;	ОК 2, ОК 4, ОК 8, ЛР 4, ЛР 10
- умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;	ОК 3, ОК 4
Предметные: сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности, как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого	ОК 1, ОК 3, ОК 4, ОК 10

фактора;	
- знание основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;	ОК 3, ОК 4
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения ;	ОК 3. ОК 4
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;	ОК 1, ОК 3, ОК 4ЛР 4, ЛР 10
- знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;	ОК 3, ОК 4, ОК 6. ОК 7, ОК 10
- знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключения из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);	ОК 3, ОК 4, ОК 6
- знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций:	ОК 2 ОК 3, ОК 6, ОК 7, ОК 8. ОК 10
- умение предвидеть возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;	ОК 3
- умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;	ОК 3, ОК 4
- знание основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;	ОК 2, ОК 3, ОК 6, ОК 8
- знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;	ОК 1, ОК 3, ОК6
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.	ОК 3, ОК 7

5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Введение

Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», 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 специальностей СПО.

1. Современное состояние и негативные факторы среды обитания

1.1. Основные понятия безопасности жизнедеятельности.

1.2. Классификация негативных факторов среды обитания.

1.3. Физические факторы среды обитания.

1.3.1. Атмосферное давление и его влияние на организм.

1.3.2. Вибрация и шум. Механические колебания. Воздействие на человека.

1.3.3. Акустические колебания. Шум. Действие шума на человека.

1.3.4. Инфразвук. Ультразвук.

1.3.5. Электромагнитные поля. Воздействие на человека статических, электрических и магнитных полей.

1.3.6. Электрический ток. Воздействие на человека электрического тока.

1.4. Химические факторы среды обитания.

1.4.1. Характеристика химических факторов.

1.4.2. Пути поступления химических веществ в организм.

1.4.3. Распределение, превращение и выделение ядов из организма.

2. Источники опасных и вредных факторов среды обитания, их идентификация и последствия воздействия на организм.

2.1. Источники негативных факторов бытовой среды.

2.2. Источники негативных факторов производственной среды.

2.3. Микроклимат и освещенность – важнейшие источники опасных и вредных факторов бытовой, производственной и окружающей среды.

3. Принципы обеспечения безопасности взаимодействия человека со средой обитания и создание рациональных условий деятельности.

3.1. Анатомо-физиологические механизмы безопасности и защиты человека от негативных воздействий.

- 3.1.1. Функции и строение нервной системы.
- 3.1.2. Головной мозг.
- 3.1.3. Высшая нервная деятельность.
- 3.1.4. Вегетативная нервная система. Значение органов чувств и анализаторов в обеспечении равновесия в системе «организм—среда».
- 3.1.5. Зрительный анализатор.
- 3.1.6. Слуховой анализатор.
- 3.1.7. Обонятельный анализатор.
- 3.1.8. Кожный анализатор.
- 3.1.9. Двигательный анализатор.
- 3.1.10. Иммунитет.
- 3.2. Физиологические основы предупреждения утомления и повышения работоспособности.
- 3.3. Создание рациональных условий деятельности.
- 3.3.1. Принципы нормирования опасных и вредных факторов.
- 3.3.2. Методы оценки опасных ситуаций при взаимодействии человека с техническими системами. Надежность. Отказ. Технический ресурс. Формализация.
- 3.3.3. Нормативные показатели безопасности технических систем. Предельно допустимый выброс. Предельно-допустимый сброс. Экологический паспорт.
- 3.3.4. Методы повышения безопасности технических систем и технологических процессов. Функциональная диагностика. Экобиозащитная техника.
- 4. Экологические основы безопасности.**
- 4.1. Человек и биосфера. Биосфера. Литосфера. Гидросфера. Атмосфера.
- 4.2. Основные понятия и задачи экологии. Экология. Среда обитания. Экологический фактор. Биogeоценоз.
- 4.3. Пути адаптации организма человека к воздействию факторов внешней среды. Адаптивный тип.
- 4.4. Взаимодействие организма и среды обитания в антропоэкологических системах. Экологическая ниша. Коэффициент биоаккумуляции. Здоровье популяции. Урбанизация. Трудоспособность. Нетрудоспособность.
- 4.5. Антропогенное воздействие на природную среду. Эрозия.

- 4.5.1. Антропогенное загрязнение атмосферы.
- 4.5.2. Антропогенное загрязнение гидросферы. Гидросфера.
- 4.5.3. Антропогенное воздействие на почву и литосферу. Почва. Гумус. Рекультивация.

5. Ликвидация последствий аварий, катастроф и стихийных бедствий.

- 5.1. Классификация чрезвычайных ситуаций (ЧС) мирного времени, терминология, статистика. Чрезвычайная ситуация (ЧС). Чрезвычайные ситуации естественного (природного) происхождения. Чрезвычайные ситуации антропогенного происхождения.
- 5.2. Основные опасности и их ликвидация при авариях на радиационно-опасных объектах (РОО).
 - 5.2.1. Мероприятия по ограничению облучения населения в условиях радиационной аварии.
- 5.3. Основные опасности и их ликвидация при авариях на химически опасных объектах (ХОО). Химически опасные объекты (ХОО).
- 5.4. Особенности аварий и катастроф на пожаро-взрывоопасных объектах. Опасные факторы пожара. Поражающие факторы взрыва. Горение. Взрыв. Зона I. Зона II. Зона III. Степень разрушения.
 - 5.4.1. Оценка пожарной опасности промышленных предприятий.
 - 5.4.2. Правила поведения при взрыве и пожаре.
- 5.5. Основные принципы предупреждения чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
- 5.6. Чрезвычайные ситуации военного времени.
 - 5.6.1. Краткая характеристика ядерного оружия и очага ядерного поражения. Ядерное оружие. Очаг ядерного поражения. Ударная волна. Световое излучение. Проникающая радиация. Электромагнитный импульс.
 - 5.6.2. Краткая характеристика химического оружия и очага химического поражения. Химическое оружие.
 - 5.6.3. Краткая характеристика биологического оружия и очага биологического поражения. Биологическое оружие. Очаг биологического поражения.
- 5.7. Основные принципы защиты населения при чрезвычайных ситуациях в мирное и военное время. Защита населения в чрезвычайных ситуациях.
 - 5.7.1. Классификация и краткая характеристика средств коллективной защиты

населения. Убежища. Противорадиационные укрытия. Укрытия простейшего типа.

5.7.2. Классификация и краткая характеристика средств индивидуальной защиты населения. Средства защиты органов дыхания.

5.7.3. Средства медицинской защиты. Радиозащитные средства. Антидот. Противобактериальные средства. Санитарная обработка.

5.7.4. Рассредоточение и эвакуация населения из опасной зоны.

6. Медицинская характеристика состояний, требующих оказания первой медицинской помощи, и методы оказания первой медицинской помощи.

6.1. Краткая медицинская характеристика ран и первая помощь при ранах.

6.1.1. Виды ран и их характеристика. Рана.

6.1.2. Клинические признаки ран. Шок.

6.1.3. Первая медицинская помощь при ранах.

6.1.4. Виды повязок и правила наложения повязок. Индивидуальный перевязочный пакет

6.1.5. Общие правила бинтования.

6.1.6. Основные типовые повязки.

6.2. Краткая медицинская характеристика кровотечений и первая помощь при кровотечениях.

6.2.1. Виды кровотечений.

6.2.2. Временная остановка кровотечения.

6.3. Краткая медицинская характеристика переломов. Переломы костей.

6.3.1. Осложнения и признаки переломов.

6.3.2. Первая медицинская помощь при переломах.

6.3.3. Основные правила иммобилизации.

6.4. Краткая медицинская характеристика ожогов и первая помощь при ожогах. Ожоги.

6.5. Электротравма и первая медицинская помощь при электротравмах. Первая помощь при клинической смерти.

6.6. Первая медицинская помощь при шоке.

7. Правовые, нормативно-технические и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.

7.1. Экологическая безопасность.

7.2. Охрана труда.

7.3. Чрезвычайные ситуации.

6. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

При реализации содержания общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования вне зависимости от профиля профессионального образования максимальная учебная нагрузка обучающихся составляет по специальности СПО – 78 часов, из них аудиторная (обязательная) учебная нагрузка, включая практические занятия, - 44 часа; самостоятельная работа студентов – 39 часов.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Вид учебной работы	Количество часов
Аудиторные занятия. Содержание обучения	Специальности СПО
Введение	
1. Современное состояние и негативные факторы среды обитания.	14
2. Источники опасных и вредных факторов среды обитания, их идентификация и последствия воздействия на организм.	3
3. Принципы обеспечения безопасности взаимодействия человека со средой обитания и создания рациональных условий деятельности.	16
4. Экологические основы безопасности.	7
5. Ликвидация последствий аварий, катастроф и стихийных бедствий.	17
6. Медицинская характеристика состояний, требующих оказания первой медицинской помощи, и методы оказания первой медицинской помощи.	17
7. Правовые, нормативно-технические и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.	3
Итого:	77

Внеаудиторная самостоятельная работа	
Подготовка рефератов, докладов, индивидуального проекта с использованием информационных технологий, организация режима дня, труда и отдыха, рационального питания и двигательной активности и др.	39
Практическая подготовка	10
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета – 1ч.</i>	
Всего	78

7. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

В связи с особыми обстоятельствами образовательная организация при реализации программ среднего профессионального образования может применять электронное обучение и дистанционные образовательные технологии.

Образовательная организация предусматривает работу при удаленности всех субъектов образования с помощью использования систем видео-конференц-связи, через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет» и др.

Текущий контроль регулярно проводится педагогическими работниками и оценивается работа обучающихся с использованием программы для организации видеоконференцсвязи. Полученные результаты, заносятся в журналы групп согласно расписанию.

Кабинет основ безопасности жизнедеятельности (лекции и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся), оснащенный:

- посадочными местами по количеству обучающихся;
- рабочим местом преподавателя, оборудованным компьютером в сборе (процессор Asus, монитор Samsung, с лицензионным программным обеспечением (**Microsoft Windows 7**, пакет **Libreoffice 6.0**, **антивирус Касперского**) и доступом в интернет, принтером Xerox, Phaser 3260, объединёнными в локальную сеть (1 шт.);
- доской меловой, двухсторонней Boardsys;
- доской двухсторонней, магнитно-маркерной, с комплектом маркеров и губкой;

- телевизором Hyundai, оборудованным пультом дистанционного управления, разъемом для USB;
- Мобильным компьютерным классом Delta Class 14+1 в комплекте, с лицензионным программным обеспечением (**Microsoft Windows 7**, пакет **Libre office 6.0**, антивирус Касперского); с выходом в интернет;
 - **Учебно-наглядные пособия:**
 - Манекен для отработки навыков сердечно-легочной и мозговой реанимации «Максим» – 1 шт.
 - Тренажер для отработки реанимационных действий – 1 шт.
 - Таблицы (по ГО и ЧС) – 15 шт.
 - Комплект ОЗК (плащ ОП-1, чулки, перчатки) – 1 шт.
 - Комплект для лазерных стрельб по мишеням «Рубин» ИЛТ-001 «Патриот» - 1 шт.
 - ВПХР (войсковой прибор химической разведки) – 1 шт.
 - Макет ММГ АКМ – 103(74) – 1 шт.
 - Сумка санинструктора – 2 шт.
 - Гражданский противогаз ГП-7 – 5 шт.
 - Респиратор Р-2 – 8 шт.
 - Комплект плакатов «Знаки дорожного движения» - 8 шт.
 - Набор плакатов «Оказание первой неотложной помощи» - 1 шт
 - Комплект плакатов «Первичные средства поражения» (4 шт.) – 1 комплект
 - Плакат «Автомат 5,45 мм АК-74М» - шт.
 - Плакат «Структура Вооруженных Сил РФ» - 1 шт.
 - Плакаты «Осторожно! Терроризм» - 1 шт.
 - Плакаты «Военная форма одежды» (12 пл.) – 1 комплект.
 - характера» (10 пл.)- 1 комплект.
 - Плакаты «Действия населения при стихийных бедствиях» (10 пл.) – 1 комплект.
 - Плакаты «Действия населения при авариях и катастрофах техногенного Плакаты «Защита населения при стихийных бедствиях ГО» (10 шт.) – 1 комплект.
 - Плакаты «Огневая подготовка» - 1 шт.
 - Плакаты «Основы воинской службы» (10 шт.) – 1 комплект.
 - Плакаты «Служу России» - 1 шт.

- Плакаты «Терроризм – угроза обществу» (10 пл.) – 1 комплект.
Плакаты «Ордена и медали России» - 1 шт.

8. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Основные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности / Т. А. Хван, П. А. Хван. – Изд. 2-е – Ростов н/Д: Феникс, 2018. – 415, (1) с.: ил. – (Среднее профессиональное образование). ISBN 978-5-222-30493-8

Дополнительные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности. Часть 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья [Электронный ресурс] /. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2013. — 112 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64965.html>

2. Основы безопасности жизнедеятельности. Часть 2 [Электронный ресурс]: учебное пособие / В.М. Дмитриев [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Тамбов: Тамбовский государственный технический университет, ЭБС АСВ, 2013. — 89 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64148.html>

3. А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников – ОБЖ.11кл. учебник СПО/2012г. изд. «Академия»

4. А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников-ОБЖ.10кл.учебник СПО/2012г.изд. «Академия»

5. Ю.Г. Сапронов Безопасность жизнедеятельности - учебное пособие 2012г.

6. А.А.Нефедов - Тактическая подготовка уч. пособ. 2011г. ООО ИЦ редакция «Военные знания».

7. А.П.Криворучко – Вооруженные силы России учебное пособие/2011г. ООО ИЦ. Редакция «Военные знания»

8. Учебное пособие - строевая подготовка/2013г. ООО ИЦ редакция «Военные знания»

9. Учебное пособие - Военная топография. ООО. ИЦ редакция «Военные знания»

10. Уставы Вооруж. силы РФ-/2011г. ООО.ИЦ. редакция «Военные знания»

11. Учебное пособие – Строевая подготовка-/2013г. ООО. ИЦ. редакция «Военные знания»

12. Квак С. – Физическая подготовка уч. пособ.-/2013г. ООО. ИЦ, редакция «Военные знания»
13. Тихонов А.Т. - Защита Отеч. Обязанность каждого гражданина /2013г ООО. ИЦ, редакция «Военные знания»
14. Истомина А. - Обеспечение пожарной безоп. на объекте./2011г.- ООО. ИЦ, редакция «Военные знания»
15. учебное пособ.- Средство защиты органов дыхания/2012г. - ООО ИЦ редакция «военные знания»
16. Блинов С.Ю. - Действия населения по предупреждению террористических акции.-/2011г.
17. Головченко Ф.Ф. - Как планировать мероприятия ГО и ЧС на объектах/ 2013г. ООО ИЦ редакция «военные знания»
18. Нарконет (12+) Периодическое издание.

Приложение 3

Форма листа регистрации дополнений и изменений в рабочей программе Лист утверждений, дополнений и изменений, внесенных в рабочую программу

по основам безопасности жизнедеятельности

2021-2022 учебный год

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу по основам безопасности жизнедеятельности одобрены на заседании предметно - цикловой комиссии _____, протокол № от « ____ » _____ 20 ____ г.

Председатель предметно - цикловой комиссии _____ /ФИО/

№ п/п	Раздел, в который вносятся изменения	Изменения и дополнения	№ страницы документа с изменениями и дополнениями	Основания	СОГЛАСОВАНИЕ:	УТВЕРЖДЕНИЕ:
					<p>СОГЛАСОВАНО: Заместитель директора по УВР ГБПОУ МО «УОР №4» _____ Е.В. Зюбина « ____ » _____ 20 ____ г.</p> <p>Методист ГБПОУ МО «УОР №4» _____ А.Н. Полянцева</p> <p>Председатель ПЦК _____ М.В. Ефимкина</p> <p>(для программ ПМ и практик) « ____ » _____ 20 ____ г.</p>	<p>УТВЕРЖДАЮ Директор ГБПОУ МО «УОР №4» _____ Т.Г. Подорожная « ____ » _____ 20 ____ г.</p>