

Министерство образования, науки и молодёжной политики  
Забайкальского края  
Государственное профессиональное образовательное учреждение  
«Забайкальский техникум профессиональных технологий и сервиса»

**Программа**  
**учебной дисциплины**  
**ОУД.07. Основы безопасности жизнедеятельности**  
**для профессии СПО**  
**43.01.09 Повар, кондитер**

Чита  
2018

### Лист актуализации программы

| Дата обновления | Содержание обновления        | Ответственный за обновление |
|-----------------|------------------------------|-----------------------------|
| 2019г.          | Обновлений не было           | Тихонова О.А.               |
| 2020г.          | Обновлений не было           | Валенова И.А.               |
| 2021г.          | Обновлена литература в п.3.2 | Валенова И.А                |
| 2022г.          | Обновлений не было           | Валенова И.А                |
| 2023г.          | Обновлений не было           | Валенова И.А                |

**Организация разработчик:** Государственное профессиональное образовательное учреждение «Забайкальский техникум профессиональных технологий и сервиса».

**Разработчики:** Тихонова Ольга Александровна, преподаватель основ безопасности жизнедеятельности государственного профессионального образовательного учреждения «Забайкальский техникум профессиональных технологий и сервиса».

Рассмотрена на заседании цикловой комиссии государственного профессионального образовательного учреждения «Забайкальский техникум профессиональных технологий и сервиса».

Протокол № \_\_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Председатель цикловой комиссии \_\_\_\_\_

## СОДЕРЖАНИЕ

|   | стр. |
|---|------|
| <b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>                      | 5    |
| <b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>                 | 8    |
| <b>3. ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>                | 19   |
| <b>4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>           | 21   |
| <b>5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b> | 22   |

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **ОУД.07. Основы безопасности жизнедеятельности**

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

Программа учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности является частью основной профессиональной образовательной программы и разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 №413 и Письма Министерства образования и науки РФ от 17 марта 2015 № 06-259 «Рекомендации по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований Федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования» и в соответствии с примерной программой учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», 43.01.09 Повар, кондитер ТОП 50

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина входит в общеобразовательный цикл.

**1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:**

В программу включено содержание, направленное на формирование у обучающихся компетенций, необходимых для качественного освоения основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования – программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих (ППКРС). Освоение содержания учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.

ОК 11. Планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере.

***личностные:***

**Л.1.**развитие личностных, в том числе духовных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

**Л.2.**готовность к служению Отчизне, его защите;

**Л.3.**формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

**Л.4.**исключение из своей жизни вредных привычек (курение, пьянство и т.д.)

**Л.5.**воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды , личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности;

**Л.6.**освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного , техногенного и социального характера.

***метапредметные:***

**МП.1.**овладеть уровнем формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

**МП.2.**овладеть 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;

**МП.3.**формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идею, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

**МП.4.**приобретение опыта самостоятельного поиска , анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

**МП.5.**развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

**МП.6.**формирование умений взаимодействовать с окружающими , выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

**МП.7.**формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе анализа социальной информации, полученной из различных источников;

**МП.8.**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;

**МП.9.**формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, причины их возникновения и возможного последствия проектировать модели личного безопасного поведения;

**МП.10.**развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

**МП.11.**освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

**МП.12.**приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

**МП.13.**формирование установки на здоровый образ жизни;

**МП.14.**развитие необходимости физических качеств: ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

***предметные:***

**П.1.**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;

**П.2.** получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

**П.3.**сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

**П.4.**сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

**П.5.**освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

**П.6.**освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

**П.7.** развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;



**П.8.** формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

**П.9.** 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;

**П.10.** 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;

**П.11.** освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

**П.12.** 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;

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД.07. Основы безопасности жизнедеятельности

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

| Виды учебной работы   | Объем часов |
|---|-------------|
| Максимальная учебная нагрузка (всего)                         | 72          |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)              | 72          |
| в том числе:  |             |
| практические занятия  | 8           |
| <i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i> |             |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОУД.07. Основы безопасности жизнедеятельности

| Наименование разделов и тем  | Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся   | Уровень освоения | Объем часов | Коды компетенций  |
|--|---|------------------|-------------|---|
| 1  | 2   | 4                | 5           | 6   |
| <b>Введение</b>  | Цели и задачи дисциплины, основные теоретические положения, определения терминов; актуальность и значение изучения основ безопасности жизнедеятельности.  | 1                | 2           |   |
| <b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>             |   |                  | <b>16</b>   | ОК1,ОК2,ОК3,ОК4,ОК5,ОК6,ОК7,ОК8,ОК9,Л1,Л3,Л5Л6,МП1,МП2,МП3,МП4,МП5,МП7,МП11,МП13,П1,П2,П4,П6,П8,П9. |
| <b>Тема 1.1.</b><br>Здоровье и здоровый образ жизни.                               | <b>Содержание учебного материала</b><br>Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия здоровья. ЗОЖ как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.  | 1                | 2           |   |
| <b>Тема 1.2.</b><br>Факторы, способствующие укреплению здоровья                    | <b>Содержание учебного материала</b><br>Двигательная активность, закаливание организма, занятия физической культурой, психологическая уравновешенность, режим труда и отдыха, рациональное питание, правила личной гигиены – их влияние на здоровье человека.   | 2                | 2           |   |
| <b>Тема 1.3.</b><br>Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. | <b>Содержание учебного материала</b><br>Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техно-сфера как источник негативных факторов.   | 2                | 2           |   |
| <b>Тема 1.4</b>  | <b>Содержание учебного материала.</b>   |                  | 2           |   |
| Вредные привычки.  | Вредные привычки (употребление алкоголя и наркотиков, курение) и их профилактика Курение и его влияние на здоровье человека (нервную и сердечно-сосудистую систему). Пассивное курение. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании. | 2                | 2           |   |
| <b>Тема1.5</b>   | <b>Содержание учебного материала.</b>   |                  | 2           |   |

|   |   |   |           |   |
|---|---|---|-----------|---|
| Правила и безопасность дорожного движения                                   | Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств.   | 2 |           |   |
| <b>Тема 1.6.</b><br>Репродуктивное здоровье.                                | <b>Содержание учебного материала</b>  |   | <b>2</b>  |   |
|   | Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него. ЗОЖ необходимое условие сохранения репродуктивного здоровья.  | 2 | 2         |   |
| <b>Тема 1.7</b><br>Правовые основы взаимоотношения полов.                   | <b>Содержание учебного материала.</b>   |   | <b>2</b>  |   |
|   | Брак и семья. Культура брачных отношений. Права и обязанности родителей. Основные функции семьи. Основы семейного права в РФ. Конвенция ООН «О правах ребенка».   | 2 | 2         |   |
|   | <b>Практическое занятие №1:</b><br>Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.<br>Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.  |   | 2         |   |
| <b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b> |   |   | <b>18</b> |   |
| <b>Тема 2.1.</b><br>Понятия и классификация чрезвычайных ситуаций.          | <b>Содержание учебного материала</b>  |   | <b>2</b>  | ОК1,ОК2,ОК3,ОК4,ОК5,ОК6,ОК7,ОК8,ОК9,Л1,Л3,МП1,МП2,МП3,МП4,МП5,МП7,МП9,П5,П7,П8, |
|   | Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.  | 1 | 2         |   |
| <b>Тема 2.2.</b><br>Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций.           | <b>Содержание учебного материала</b>  |   | <b>2</b>  |   |
|   | Характеристика ЧС природного, техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности в районах проживания. Правила поведения в условиях природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о ЧС согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных учреждениях, эвакуация и т.д.) | 2 | 2         |   |
| <b>Тема 2.3; 2.4</b><br>Российская система чрезвычайных ситуаций.           | <b>Содержание учебного материала</b>  | 2 | <b>2</b>  |   |

|   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|--|
| Гражданская оборона.  | Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС. РСЧС – история создания, предназначение, структура, задачи , решаемые для защиты населения от ЧС.<br>Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской оборона. Структура и органы управления гражданской обороны. Мониторинг и прогнозирование ЧС   |   | 2 |  |
| <b>Тема 2.5;2.6</b><br>Современные средства поражения.                                    | <b>Содержание учебного материала</b>  |   | 2 |  |
| Организация инженерной защиты населения   | Современные средства поражения и поражающие факторы .Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС мирного и военного времени. Эвакуация населения в условиях ЧС. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. Инженерная защита. Виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений ГО. Правила поведения в защитных сооружениях. | 2 | 2 |  |
| <b>Тема 2.7.</b><br>Аварийно-спасательные работы  | <b>Содержание учебного материала</b>  |   | 2 |  |
|   | Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах ЧС. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.   | 1 | 2 |  |
| <b>Тема 2.8.</b><br>Организации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций | <b>Содержание учебного материала</b>  |   | 2 |  |
|   | 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 ГО в общеобразовательном учреждении, ее предназначение.  | 1 | 2 |  |
| <b>Тема 2.9.</b><br>Правила безопасного поведения.  | <b>Содержание учебного материала</b>  |   | 2 |  |
|   | Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения , оказавшегося на территории военных действий.   | 2 | 2 |  |
| <b>Тема 2.10.</b><br>Государственные службы по охране здоровья и безопасности             | <b>Содержание учебного материала</b>  |   | 4 |  |
|   | МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция в Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области   | 2 | 2 |  |

|  |   |   |           |  |
|--|---|---|-----------|--|
| граждан  | защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации и защиты населения РФ от ЧС мирного времени. Контрольная работа №1  |   |           |  |
|  | <b>Практическое занятие №2:</b> Изучение и отработка моделей поведения в чрезвычайных ситуациях на транспорте. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение первичных средств пожаротушения. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.  |   | 2         |  |
| <b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b> |   |   | <b>18</b> |  |
| <b>Тема 3.1.</b><br>История создания Вооруженных Сил России        | <b>Содержание учебного материала</b><br>Организация вооруженных сил Московского государства в XIV-XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы. Функции и основные задачи современных ВС РФ, их место и роль в системе обеспечения национальной безопасности. | 2 | 2         | ОК1,ОК2,ОК3,ОК4,ОК5,ОК6,ОК7,ОК8,ОК9,Л1,Л2,МП2,МП3,МП5,МП14,П2,П4,П10,П11 |
| <b>Тема 3.2.</b><br>Организационная структура Вооруженных Сил      | <b>Содержание учебного материала</b><br>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. История создания, структура и предназначение войск - ВКО; ВДВ; ФАПСИ; пограничных войск; внутренних войск; железнодорожных войск, войск ГО.   | 2 | 2         |  |
| <b>Тема 3.3;3.4;3.5</b><br>Воинская                                | <b>Содержание учебного материала</b>  | 2 | 2         |  |

|   |  |   |   |  |
|---|--|---|---|--|
| <p>обязанность.</p> <p>Основные направления направления добровольной подготовки граждан к военной службе</p> <p>Призыв на военную службу.</p> | <p>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.</p> <p>Обязательная подготовка граждан к военной службе ,ее основное содержание. Ее основные направления : занятия военно-прикладными видами спорта; обучение дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.</p> <p>Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинских частей.</p> |   | 2 |  |
| <p><b>Тема 3.6; 3.7</b></p> <p>Прохождение военной службы по контракту.</p> <p>Прохождение альтернативной гражданской службы.</p>             | <p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>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.</p> <p>Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.</p>  | 2 | 2 |  |
| <p><b>Тема 3.8</b></p> <p>Военнослужащий – защитник своего Отечества.</p>   | <p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Основные качества личности военнослужащего: 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.</p> <p>Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива. Военнослужащий – подчиненный, соблюдающий уставы ВС, конституцию РФ, приказы командиров. Особенности воинской деятельности</p>  | 2 | 2 |  |

|  |  |   |          |  |
|--|--|---|----------|--|
|  | в различных видах и родах ВС РФ. Требования воинской деятельности предъявляемые к моральным, индивидуально- психологическим и профессиональным качествам гражданина.   |   |          |  |
| <b>Тема 3.9; 3.10</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>   |   | <b>2</b> |  |
| Воинская дисциплина<br><br>Как статья офицером Российской армии.   | Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие – принцип строительства ВС РФ. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленные для военнослужащих. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу. Уголовная ответственность за преступления против военной службы.<br>Дисциплинарные взыскания для солдат и матросов. Соблюдение норм международного гуманитарного права   | 2 | 2        |  |
|  | Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.  |   |          |  |
| <b>Тема 3.11.</b><br>Боевые традиции Вооруженных Сил России        | <b>Содержание учебного материала</b>   |   | <b>2</b> |  |
|  | Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Дни воинской славы России – дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. 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. | 2 | 2        |  |
| <b>Тема 3.12.</b><br>Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. | <b>Содержание учебного материала</b>   |   | <b>4</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. 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.   | 1 | 2        |  |
|  | Контрольная работа №2  |   |          |  |



|   |  |   |           |   |
|---|--|---|-----------|---|
|   | <b>Практическое занятие №3:</b> Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции. Особенности службы в армии. Изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.   |   | 2         |   |
| <b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>  |  |   | <b>18</b> |   |
| <b>Тема 4.1;4.2</b><br>Основы медицинских знаний.<br><br>Оказание первой помощи пострадавшим. | <b>Содержание учебного материала.</b><br>Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон « Об основах охраны здоровья граждан РФ». Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела, проникающих ранениях груди и брюшной полости, черепа, ушибах и сотрясениях головного мозга, при переломах, при электротравмах и повреждении молнией.   | 2 | 2         | ОК1,ОК2,ОК3,ОК4,ОК5,ОК6,ОК7,ОК8,ОК9,Л1,Л6,МП1,МП2,МП3,МП4,МП6,МП8,МП14,П1,П6,П9,П12 |
| <b>Тема 4.3</b><br>Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.                        | <b>Содержание учебного материала.</b><br>Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.   | 2 | 2         |   |
| <b>Тема 4.4;4.5</b><br>Первая помощь при кровотечениях.<br><br>Первая помощь при ожогах.      | <b>Содержание учебного материала.</b><br>Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях, капиллярном кровотечении, артериальном кровотечении, при венозном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутренних кровотечений.<br>Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах, химических ожогах, 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         |   |
| <b>Тема 4.6;4.7</b>   | <b>Содержание учебного материала.</b>  |   | 2         |   |

|   |   |   |           |  |
|---|---|---|-----------|--|
| Первая помощь при воздействии низких температур.<br><br>Первая помощь при попадании инородных тел в дыхательные пути. | Первая помощь при воздействии низких температур, последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из дыхательных путей.   | 2 | 2         |  |
| <b>Тема 4.8;4.9</b><br>Первая помощь при отравлениях.   | <b>Содержание учебного материала.</b>   |   | <b>2</b>  |  |
| Первая помощь при отсутствии сознания.  | Первая помощь при отравлениях. Острые и хронические отравления. Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при остановке сердца, основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственного дыхания. | 2 | 2         |  |
| <b>Тема 4.10</b><br>Основные инфекционные болезни.  | <b>Содержание учебного материала.</b>   |   | <b>2</b>  |  |
|   | Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. ИППП, их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.   | 2 | 2         |  |
| <b>Тема 4.11</b><br>Здоровье родителей и будущего ребенка.  | <b>Содержание учебного материала.</b>   |   | <b>2</b>  |  |
|   | Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образ жизни беременной женщины.  | 2 | 2         |  |
| <b>Тема 4.12</b><br>Основы ухода за младенцем.  | <b>Содержание учебного материала.</b>   |   | <b>4</b>  |  |
|   | Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.  | 2 | 2         |  |
|   | <b>Практическое занятие №4:</b> Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.<br>Изучение и освоение способов искусственного дыхания.  |   | 2         |  |
| <b>Всего:</b> максимальной учебной нагрузки обучающегося, в том числе:  |   |   | <b>72</b> |  |
| обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося   |   |   | <b>72</b> |  |



### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

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

Реализация программы учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета основ безопасности жизнедеятельности

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета:

- дидактический материал;
- макеты;
- учебная литература;
- количество рабочих мест – 30;
- компьютер;
- интерактивная доска;
- проектор.

## 3.2. Информационное обеспечение обучения

### Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. Косолапова Н.В, Прокопенко Н.А. «Академия» - М., 2020.

Дополнительные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности: 11-й класс: учебник для образовательных организаций. Базовый уровень. Фролов М.П. «Астрель» - М., 2014.

Интернет-ресурсы:

1. <http://обж.рф/>
2. <http://www.zdorovajaplaneta.ru/zdorovyj-obraz-zhizni-zozh/>
3. <https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%D1%D7%D1>

### **3.3. Организация образовательного процесса**

Организация образовательного процесса регламентируется учебным планом, календарным графиком учебного процесса и расписаниями занятий, которые разрабатываются учебной частью и утверждаются директором техникума, осуществляющим образовательную деятельность.

Организация образовательного процесса обеспечивает создание условий, необходимых для получения обучающимися качественного образования.

Организация учебного процесса и преподавание общеобразовательной дисциплины в современных условиях основываются на инновационных психолого-педагогических подходах и технологиях, направленных на повышение эффективности преподавания и качества подготовки обучающихся.

При работе обучающимся оказываются консультации.

### **3.4. Кадровое обеспечение образовательного процесса**

Требования к квалификации педагогических кадров: наличие высшего образования, соответствующего профилю дисциплины основы безопасности жизнедеятельности.

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ

### ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД.07. Основы безопасности жизнедеятельности

| Результаты обучения<br>(личностные, метапредметные,<br>предметные)  | Критерии<br>оценки             | Формы и методы контроля и<br>оценки результатов обучения   |
|---|--------------------------------|--|
| <b>Предметные</b>   |                                |  |
| <b>П.1.</b> 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; | <b>Критерии:<br/>1,2,3,4,5</b> | оценка результатов создания презентаций, оценка по результатам выполнения практической работы, оценка по результатам написания реферата, оценка по результатам текущего контроля, оценка результатов устного опроса, оценка по результатам выполнения контрольной работы |
| <b>П.2.</b> получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;  | <b>Критерии:<br/>1,2,3,4,5</b> | оценка результатов создания презентаций, оценка по результатам выполнения практической работы, оценка по результатам написания реферата, оценка по результатам текущего контроля, оценка результатов устного опроса, оценка по результатам выполнения контрольной работы |
| <b>П.3.</b> сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;  | <b>Критерии:<br/>1,2,3,4,5</b> | оценка результатов создания презентаций, оценка по результатам выполнения практической работы, оценка по результатам написания реферата, оценка по результатам текущего контроля, оценка результатов устного опроса, оценка по результатам выполнения контрольной работы |
| <b>П.4.</b> сформированность представлений о  | <b>Критерии:</b>               | оценка результатов создания  |

|   |  |   |
|---|--|---|
| <p>здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;</p>   | <p><b>Критерии:</b><br/><b>1,2,4,5,6</b></p> | <p>презентаций, оценка по результатам выполнения практической работы, оценка по результатам написания реферата, оценка по результатам текущего контроля, оценка результатов устного опроса, оценка по результатам выполнения контрольной работы</p>                             |
| <p><b>П.5.</b>освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;</p>  | <p><b>Критерии:</b><br/><b>1,2,3,4,5</b></p> | <p>оценка результатов создания презентаций, оценка по результатам выполнения практической работы, оценка по результатам написания реферата, оценка по результатам текущего контроля, оценка результатов устного опроса, оценка по результатам выполнения контрольной работы</p> |
| <p><b>П.6.</b>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;</p> | <p><b>Критерии:</b><br/><b>1,2,3,4,5</b></p> | <p>оценка результатов создания презентаций, оценка по результатам выполнения практической работы, оценка по результатам написания реферата, оценка по результатам текущего контроля, оценка результатов устного опроса, оценка по результатам выполнения контрольной работы</p> |
| <p><b>П.7.</b>формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;</p>   | <p><b>Критерии:</b><br/><b>1,2,3,4,5</b></p> | <p>оценка результатов создания презентаций, оценка по результатам выполнения практической работы, оценка по результатам написания реферата, оценка по результатам текущего контроля, оценка результатов устного опроса, оценка по результатам выполнения контрольной работы</p> |



|   |  |   |
|---|--|---|
| <p><b>П.8.</b>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;</p>   | <p><b>Критерии:</b><br/><b>1,2,3,4,5</b></p> | <p>оценка результатов создания презентаций, оценка по результатам выполнения практической работы, оценка по результатам написания реферата, оценка по результатам текущего контроля, оценка результатов устного опроса, оценка по результатам выполнения контрольной работы</p> |
| <p><b>П.9.</b>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;</p> | <p><b>Критерии:</b><br/><b>1,2,3,4,5</b></p> | <p>оценка результатов создания презентаций, оценка по результатам выполнения практической работы, оценка по результатам написания реферата, оценка по результатам текущего контроля, оценка результатов устного опроса, оценка по результатам выполнения контрольной работы</p> |
| <p><b>П.10.</b>освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</p>  | <p><b>Критерии:</b><br/><b>1,2,3,4,5</b></p> | <p>оценка результатов создания презентаций, оценка по результатам выполнения практической работы, оценка по результатам написания реферата, оценка по результатам текущего контроля, оценка результатов устного опроса, оценка по результатам выполнения контрольной работы</p> |
| <p><b>П.11.</b>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;</p>   | <p><b>Критерии:</b><br/><b>1,2,3,4,5</b></p> | <p>оценка результатов создания презентаций, оценка по результатам выполнения практической работы, оценка по результатам написания реферата, оценка по результатам текущего контроля, оценка результатов устного опроса, оценка по результатам выполнения контрольной работы</p> |

## 1. Оценка по результатам выполнения практической работы:

| <b>Отметка</b> | <b>Критерии оценки</b>   |
|----------------|--|
| <b>5</b>       | 1. Работа выполнена правильно в соответствии с требованиями.<br>2. Примененные литературные источники соответствуют данной теме.<br>3. Алгоритм работы не нарушен.<br>4. Правильно оформлены выводы. |
| <b>4</b>       | 1. Работа выполнена правильно, но имеются отклонения от порядка выполнения заданий.<br>2. В работе имеются незначительные ошибки.<br>3. Неправильно сделаны выводы.                                  |
| <b>3</b>       | 1. Несколько пунктов работы выполнены неверно.<br>2. Неправильно сделаны выводы.<br>3. Работа не соответствует требованиям.  |
| <b>2</b>       | 1. Обучающийся работу не выполнил.<br>2. Работа не соответствует данной теме.  |

## 2. Оценка по результатам написания реферата:

| <b>Оценка/баллы</b> | <b>Критерии оценки реферата</b>   |
|---------------------|---|
| <b>5</b>            | Содержание найденной информации полностью соответствует заданной теме, тема задания раскрыта полностью. Глубина проработки материала, грамотность и полнота использования источников, соответствие оформления реферата требованиям. |
| <b>4</b>            | Содержание найденной информации соответствует заданной теме, но в тексте имеются незначительные недостатки или тема раскрыта не полностью.  |
| <b>3</b>            | Представленный материал имеет небольшие отклонения от требований, в изложении материала нарушена логика. Содержание информационного материала по изучаемой теме представлено в недостаточно полном объеме.                          |
| <b>2</b>            | Обучающийся работу не выполнил.<br>Содержание с найденной информации не соответствует заданной теме.<br>Информационный материал имеет значительные отклонения по  |

|  |  |
|--|--|
|  | структуре.<br>Отчет выполнен и оформлен небрежно, без соблюдения установленных требований. |
|--|--|

### 3. Оценка по результатам текущего контроля (тесты):

| Оценка/баллы | Критерии оценки  |
|--------------|--|
| 5            | 1. Тест выполнен правильно.<br>2. Оформление в соответствии с требованиями.<br>3. Правильно оформлен ответ.                        |
| 4            | 1. Тест выполнен правильно, но имеются отклонения.<br>2. В решении имеются незначительные ошибки.<br>3. Неправильно записан ответ. |
| 3            | 1. Отдельные вопросы теста выполнены неверно.<br>2. Неправильно записан ответ.   |
| 2            | 1. Обучающийся работу не выполнил.   |

### 4. Оценка результатов устного опроса:

| Оценка/баллы | Критерии оценивания устного опроса   |
|--------------|--|
| 5            | Ответ полный, аргументированный, приведены факты и сделаны выводы                                      |
| 4            | Ответ полный, аргументированный, но допущены незначительные ошибки в формулировании вывода             |
| 3            | Ответ неполный, недостаточно аргументированный, допущены незначительные ошибки в формулировании вывода |
| 2            | Отсутствует ответ на вопрос  |

### 5. Оценка результатов создания презентации:

| Оценка/баллы | Критерии оценивания   |
|--------------|---|
| 5            | Содержание и оформление соответствует всем требованиям                  |
| 4            | Содержание раскрыто не полностью  |
| 3            | Допущены существенные ошибки в содержании, не достаточность наглядности |
| 2            | Содержание презентации не соответствует теме                            |

### 3. ХАРАКТЕРИСТИКИ ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

| Содержание обучения  | Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)  |
|--|--|
| Введение   | <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>  |
| 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения | <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, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя. Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.</p> <p>Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам.</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>2.<br/>Государственная система обеспечения безопасности населения</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.</p> <p>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.</p> <p>Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.</p> <p>Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности.</p> |
| <p>3. Основы обороны государства и воинская обязанность</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; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих.</p> <p>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.</p> <p>Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки.</p> <p>Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Рос-</p>   |

|                              |   |
|------------------------------|---|
| 4. Основы медицинских знаний | Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.<br>Характеристика основных признаков жизни.<br>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. |
|------------------------------|---|

## **5. ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПРОГРАММЫ В ДРУГИХ ООП**

Программа учебной дисциплины может быть использована другими образовательными учреждениями профессионального и дополнительного образования, реализующими образовательную программу среднего (полного) общего образования.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат 484f44a876c3f92256d46c117587aae4

Целостность документа подтверждена

Владелец **ГПОУ ЗабТПТиС**

Действителен с 30.11.2022 по 23.02.2024 г.