

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Туймазинский государственный юридический колледж

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

_____ Н.Н. Мухаметова

« _____ » _____ 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы безопасности жизнедеятельности

название учебной дисциплины

Общеобразовательный цикл образовательной программы среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования
(технический профиль)

ОДОБРЕНО

Зав. кафедрой

_____ А.Ш. Аглеева

СОСТАВИТЕЛЬ

Преподаватель

_____ Б.А. Барыев

Туймазы 2020 г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. Пояснительная записка	3
2. Содержание учебной дисциплины	6
3. Условия реализации учебной дисциплины	16

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Общая характеристика учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины ориентирована на получение среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой специальности среднего профессионального образования и направлена на достижение целей:

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни; государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;

- воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества;

- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;

- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

1.2 Место учебной дисциплины в учебном плане

Дисциплина входит в общеобразовательный цикл и предусматривает ресурс учебного времени в объеме 70 часов. Дисциплина входит в предметную область «Безопасность жизнедеятельности».

Вид учебной деятельности	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка	70
Обязательная аудиторная учебная нагрузка	70
в том числе:	
лабораторные работы	
практические занятия	18
индивидуальный проект	

1.3. Результаты освоения учебной дисциплины

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности обучающийся должен знать/понимать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
 - потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
 - основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
 - основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
 - состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
 - порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу; основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
 - основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
 - требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;
 - предназначение, структуру и задачи РСЧС;
 - предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
 - правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- уметь:
- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
 - владеть навыками в области гражданской обороны;
 - пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
 - оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
 - использовать приобретенные знания и умения в практической

деятельности и повседневной жизни для:

- ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Тематическое планирование

Наименование тем и/или вида учебной деятельности обучающихся	Количество учебных часов аудиторной нагрузки	Формы и методы текущего контроля и оценки учебных достижений	Наименование самостоятельной работы	Наименование домашнего задания	Количество часов самостоятельной работы
Тема 1. Общая характеристика опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; правила безопасного поведения	2	Фронтальный устный опрос	Выполнение презентаций	Чтение и анализ литературы [1] стр.12-15	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Изучение чрезвычайных ситуаций природного (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические), техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) и социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера.					
Практическая работа № 1 Оценка воздействия вредных веществ, содержащихся в воздухе	2	Практическая работа	Оформление отчета и ответы на контрольные вопросы		
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Проведение анализа влияния современного человека на окружающую среду. Оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды. Выявление патологий, которые вызывают вредные вещества, содержащиеся в окружающей среде.					

Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	2	Фронтальный устный опрос	Выполнение презентаций	Чтение и анализ литературы [1] стр.102-110	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Изучение основных положений концепции национальной безопасности Российской Федерации. Выявление основных направлений 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.					
Тема 3. Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения.	2	Фронтальный устный опрос	Выполнение презентаций	[1] стр.12-15	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Ознакомление с работой государственных служб: МЧС России, МВД РФ, Служба скорой медицинской помощи, Роспотребнадзор, Гидрометцентр России .					
Тема 4 . Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника.	2	Фронтальный устный опрос	Выполнение презентаций	[1] стр. 130-135	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Изучение характеристики правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника и меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.					
Тема 5. Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств).	2	Фронтальный устный опрос	Выполнение презентаций	Приказ Минобрнауки России от 19.10.2009 N 427)	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Изучение правил дорожного движения, дорожных знаков и дорожных ситуаций.					

Тема 6. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе	2	Фронтальный устный опрос	Выполнение презентаций	[1] стр.4-8	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах.					
Тема 7. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС).	2	Фронтальный устный опрос	Чтение и анализ литературы	[1] стр.91-99	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
История создания системы РСЧС. Цели и задачи Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС). Характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС).					
Тема 8. Гражданская оборона, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.	2	Фронтальный устный опрос	Чтение и анализ литературы	[1] стр.31-34	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Анализ основных этапов формирования гражданской обороны. Характеристика предназначения и основных функций служб гражданской обороны.					
Тема 9. Первая помощь при кровотечениях и ранениях	2	Фронтальный устный опрос	Чтение и анализ литературы	[2] стр. 49-70	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений.					

Практическая работа № 2 Профилактика осложнений ран	2	Практическая работа	Оформление отчета и ответы на контрольные вопросы		
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Освоение алгоритма идентификации основных видов осложнений ран. Навыки оказания первой помощи при ранениях.					
Тема 10. Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током	2	Фронтальный устный опрос	Чтение и анализ литературы	[1] стр.70-84,89-98	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях, идентификация основных признаков теплового удара.					
Тема 11. Первая медицинская помощь при переломах и кровотечениях	2	Фронтальный устный опрос	Выполнение презентаций	Чтение и анализ литературы [1] стр.265-268, 273-278	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Освоение основных понятий при травмах опорно-двигательного аппарата, при которых оказывается первая помощь. Моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. Освоение основных понятий при травмах груди, живота и области таза, при которых оказывается первая помощь					
Практическая работа № 3 Способы оказания первой помощи при травмах опорно-двигательного аппарата	2	Практическая работа	Оформление отчета и ответы на контрольные вопросы		
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Освоение алгоритма идентификации основных видов травм опорно-двигательного аппарата. Умение оказывать первую помощь при травмах.					

Практическая работа № 4 Правила наложения стерильных повязок	2	Практическая работа	Оформление отчета и ответы на контрольные вопросы		
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Освоение алгоритма идентификации основных видов ранений и наложения стерильных повязок. Умение оказывать первую помощь при травмах.					
Тема 12. Навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца. ПМП при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника	2	Фронтальный устный опрос	Чтение и анализ литературы	[2] стр. 84-89,114-122	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Изучение характеристики основных признаков жизни. Оказание реанимации до приезда службы медицинской помощи.					
Практическая работа № 5 Способы проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца	2	Практическая работа	Оформление отчета и ответы на контрольные вопросы		
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Освоение алгоритма идентификации клинической смерти и проведения реанимации. Умение оказывать первую помощь при остановке сердца. Освоение основных понятий при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника, при которых оказывается первая помощь. Моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.					
Тема 13. Первая помощь при применении ОМП	2	Фронтальный устный опрос	Чтение и анализ литературы	[1] стр.34-53	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Освоение основных понятий при массовых поражениях, при которых оказывается первая помощь. Моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.					

Тема 14. Первая помощь при воздействии низких температур - гипотермия	2	Фронтальный устный опрос	Чтение и анализ литературы	[1] стр.281-293	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Выявление отрицательного воздействия низких температур на человека. Предупреждение развития переохлаждения. Первая помощь при воздействии низких температур.					
Практическая работа № 6 Правила оказания первой помощи при переохлаждении и обморожении	2	Практическая работа	Оформление отчета и ответы на контрольные вопросы		
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Освоение алгоритма идентификации обморожения, переохлаждения. Умение оказывать первую помощь при обморожении и переохлаждении.					
Тема 15. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика	2	Фронтальный устный опрос	Выполнение презентации	[1] стр.114-118	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Выявление потенциально опасных заболеваний для сохранения жизни и здоровья человека. Определение мер безопасности населения при массовых эпидемиях.					
Тема 16. Современные средства поражения и их поражающие факторы	2	Фронтальный устный опрос	Чтение и анализ литературы	[1] стр.34-53	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Характеристика современных средства поражения. Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Освоение моделей безопасного поведения при угрозе применения поражающих факторов современных видов оружия.					

Тема 17. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени	2	Фронтальный устный опрос	Чтение и анализ литературы	[1] стр.31-34	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Освоение моделей поведения при ЧС мирного и военного времени. Основные правила эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций.					
Тема 18. Средства индивидуальной защиты	2	Фронтальный устный опрос	Чтение и анализ литературы	[1] стр.72-90	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Освоение моделей поведения при ЧС мирного и военного времени.					
Практическая работа № 7 Использование средств индивидуальной защиты	2	Практическая работа	Оформление отчета и ответы на контрольные вопросы		
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Проведение оценки правильного выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС.					
Практическая работа № 8 Изготовление ватно-марлевой повязки	2	Практическая работа	Оформление отчета и ответы на контрольные вопросы		
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Характеристика правил безопасного поведения при выбросе хлора и аммиака. Антидоты.					
Тема 19. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций	2	Фронтальный устный опрос	Чтение и анализ литературы	[1] стр.128-130	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Изучение постановления Правительства РФ от 2 ноября 2000г. № 841 «Об утверждении Положения об организации обучения населения в области гражданской обороны. Лица, подлежащие обучению.					

Тема 20. Основы обороны государства и воинская обязанность. Защита Отечества - долг и обязанность граждан России.	2	Фронтальный устный опрос	Чтение и анализ литературы	[1] стр.167-248	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Изучение основ законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан. Ознакомление с Вооруженными Силами Российской Федерации - основой обороны государства. Изучение истории создания вооруженных сил, видов Вооруженных Сил и Родов войск. Обязательная подготовка к военной службе. Изучение требований к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности. Изучение правил первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования. Призыв на военную службу.					
Тема 21. Общие обязанности и права военнослужащих.	2	Фронтальный устный опрос	Чтение и анализ литературы	[1] стр.211-214	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Изучение порядка и особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту. Альтернативная гражданская служба. Изучение государственной и военной символики Российской Федерации, традиции и ритуалов Вооруженных Сил Российской Федерации. Выявление военно-профессиональной ориентации, основных направлений подготовки специалистов для службы в вооруженных силах Российской Федерации.					
Тема 22. Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности.	1	Фронтальный устный опрос	Чтение и анализ литературы	[1] стр.137-141	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности. Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни.					
Практическая работа № 9 Рациональное питание, расчет дневного рациона	2	Практическая работа	Оформление отчета и ответы на контрольные вопросы		
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Выявление условий обеспечения рационального питания.					

Тема 23. Факторы, влияющие на укрепление здоровья	1	Фронтальный устный опрос	Чтение и анализ литературы	[1] стр.24-38	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Определение основных факторов влияющих на укрепление здоровья.					
Тема 24. Правила личной гигиены и здоровье	1	Фронтальный устный опрос	Выполнение презентации	[1] стр.29-30	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Изучение правил ухода за кожей, волосами, зубами, одеждой, и обувью. Анализ влияния несоблюдения гигиены на здоровье человека.					
Тема 25. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека	1	Фронтальный устный опрос	Выполнение презентации	[1] стр.26-29	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
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.					
Тема 26. Правовые основы взаимоотношения полов	1	Фронтальный устный опрос	Чтение и анализ литературы	[1] стр.55-60	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Изучение условия и порядка заключения брака, прекращение брака, права несовершеннолетних детей, прав и обязанностей родителей.					

Тема 27. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	1	Фронтальный устный опрос	Чтение и анализ литературы	[1] стр.48-52	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Усвоение факторов, влияющих на здоровье Анализ влияния Моделирование социальных последствий					
Тема 28. Социальная роль женщины в современном обществе	1	Фронтальный устный опрос	Выполнение презентаций	Чтение и анализ литературы [1] стр.52-55	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Изучение законодательства о роли женщины в обществе. Проведение анализа социальной дискриминации женщин. Изучение проблемы равенства женщин в нашей стране.					
Тема 29. Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем.	1	Фронтальный устный опрос	Подготовка к зачету	[1] стр.318-330	
Характеристика основных видов деятельности обучающихся					
Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. Усвоение факторов, влияющих на здоровье. Анализ влияния. Моделирование социальных последствий.					
Всего	70				

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Учебно-методическое обеспечение

Учебно-методическое обеспечение учебной дисциплины состоит:

- Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования;
- учебно-методический комплекс учебной дисциплины;
- контрольно-оценочные материалы текущего контроля;
- контрольно-оценочные материалы итогового контроля.
- методические рекомендации по проведению практических/лабораторных работ;
- методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы.
- раздаточный материал.

3.2. Материально-техническое обеспечение

Реализация программы дисциплины требует наличия лаборатории - информационных технологий.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя.

Технические средства обучения:

- компьютер по количеству обучающихся с лицензионным программным обеспечением: Adobe Photoshop CS 2, Microsoft Office 2003, Sound Forge 8.0, Adobe Premiere CS 4, Pinnacle Studio 10, Adobe Flash 8;
- мультимедиа проектор;
- принтер.

3.3. Информационное обеспечение обучения (перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы)

Основные источники:

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред. проф. образования. — М., 2018.

Дополнительные источники:

1. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.
2. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. От 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.

3.Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.

4.Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» //СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.

5. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред. проф. образования. — М., 2018.

6. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов сред. проф. образования. — М., 2016.

7. Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. — М., 2016.

Интернет ресурсы:

1. www.dic.academic.ru (Академик. Словари и энциклопедии).

2.www.booksgid.com (Books Gid. Электронная библиотека).

3.www.globalteka.ru/index.html (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).

4.www.window.edu.ru (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).