

Минобрнауки России
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Югорский государственный университет»
Сургутский нефтяной техникум (филиал) федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения высшего образования
«Югорский государственный университет»

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора СНТ

(филиала ФГБОУ ВО ЮГУ)

/ А.А.Шавырин

«10» июня 2019 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОУДб 07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

для специальностей

21.02.01 Разработка и эксплуатация нефтяных и газовых месторождений

21.02.02 Бурение нефтяных и газовых скважин

18.02.09 Переработка нефти и газа

15.02.01 Монтаж и техническая эксплуатация промышленного оборудования (по отраслям)

23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта

2019 г.


Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основании Примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной ФГАУ «ФИРО» для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования. Протокол № 3 от 21 июля 2015 г. Регистрационный номер рецензии 379 от 23 июля 2015 г.

И на основании Федерального государственного образовательного стандарта по специальностям среднего профессионального образования (далее – СПО) 21.02.01 Разработка и эксплуатация нефтяных и газовых месторождений утвержденного приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая приказ № 482; 21.02.02 Бурение нефтяных и газовых скважин утвержденного приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 30 июня приказ № 483; 18.02.09. Переработка нефти и газа утвержденного приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 19 июня приказ № 401; 15.02.01 Монтаж и техническая эксплуатация промышленного оборудования (по отраслям) утвержденного приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 17 июня приказ № 344; 23.02.03 Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта, утвержденного приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 22 апреля мая 2014 приказ № 383.

Рассмотрено и одобрено на заседании ПЦК Переработки нефти и газа №10 от 10.06.2019 г.

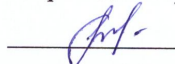
Разработчик:

Преподаватель высшей категории СНТ (филиал) ФГБОУ ВО "ЮГУ"

 Ненашева - Кручинкина Н.В..

Председатель ПЦК:

Преподаватель высшей категории СНТ (филиал) ФГБОУ ВО "ЮГУ"

 Срыбник М.А.

Информационное обеспечение рабочей программы соответствует требованиям к условиям реализации программы подготовки специалистов среднего звена

Заведующая библиотекой СНТ (филиал) ФГБОУ ВО "ЮГУ"

 Т.И. Решетникова

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 3
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	19

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ)

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС 3+ по специальностям среднего профессионального образования:

- 21.02.02** Бурение нефтяных и газовых скважин;
- 21.02.01** Разработка и эксплуатация нефтяных и газовых месторождений;
- 18.02.09** Переработка нефти и газа;
- 15.02.01** Монтаж и техническая эксплуатация промышленного оборудования (по отраслям);
- 23.02.03** Техническое обслуживание и ремонт автомобильного транспорта;

Программа учебной дисциплины может быть использована для изучения ОБЖ в учреждениях среднего профессионального образования, реализующих образовательную программу среднего (полного) общего образования, при подготовке квалифицированных рабочих и специалистов среднего звена.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

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

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

Содержание программы учебной дисциплины «ОБЖ» 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.

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»

обеспечивает достижение следующих **результатов:**

личностных:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

метапредметных:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- формирование установки на здоровый образ жизни;

-развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

предметных:

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» рассчитана в общем объеме на 105 часов: 70 часов аудиторных и 35 часов самостоятельных занятий и изучается студентами всех специальностей в соответствии с учебным планом.

На основании Приказа Минобрнауки России от 19.10.2009 № 427 «О внесении изменений в федеральный компонент государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования», утвержденный приказом

Министерства образования Российской Федерации от 5 марта 2004 г. № 1089» при разработке рабочей программы по ОБЖ в раздел 1 «Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья» внесен абзац «Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств)». Количество часов на Раздел 4 «Основы обороны государства и воинская обязанность» уменьшены.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов
Общая трудоемкость дисциплины	105
Аудиторные часы	70
Лекции	54
Практические занятия (ПЗ)	16
Семинары (С)	-
Лабораторные работы (ЛР)	-
Самостоятельная работа	35 2-ой семестр
Курсовой проект (работа)	-
Вид итогового контроля	Дифференцированный зачет

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОБЖ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1 Государственная система обеспечения безопасности населения Тема 1.1 Опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера; поведение человека в этих ситуациях.			
Тема 1.1.1 Потенциальные опасности и их последствия в профессиональной деятельности	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, источники их возникновения. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабам их распространения и тяжести последствий; действия населения при их возникновении.	2	3
1.1.2 Характеристика ЧС природного характера	Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	2	3
1.1.3. Практическая работа № 1 «Изучение и отработка моделей поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера»	Изучение и отработка моделей поведения в условиях ЧС природного характера: землетрясения, наводнении, природных пожарах, грозе.	2	3
1.1.4. Практическая работа № 2 «Изучение и отработка моделей поведения в условиях ЧС техногенного характера»	Изучение и отработка моделей поведения в условиях ЧС техногенного характера: при ЧС на транспорте; при химическом и радиоактивном загрязнении среды.	2	3
1.1.5. Терроризм и меры по его предупреждению.	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий. Понятие «терроризм» и его виды; практика внимательности в повседневной жизни.	2	3
1.1.6 Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.	Роль несовершеннолетних в возникновении опасных ситуаций социального характера. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Хулиганство, грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества.	2	3

	вандализм, насилие над личностью. Виды наказаний, назначенных несовершеннолетним.		
Тема 1.2			
Способы защиты населения от оружия массового поражения			
1.2.1. Характеристики и биологического оружия. Способы защиты населения.	Радиоактивность и ее воздействие на организм. Лучевая болезнь, поражающие факторы при ядерном взрыве. Биологическое оружие – виды и способы распространения. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.	2	3
1.2.2. Характеристики химического оружия. Способы защиты населения при отравлении СДЯВ.	Виды химического оружия и его воздействие на организм, способы поведения и защиты при отравлении сильнодействующими ядовитыми веществами. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.	2	2
1.2.3. Практическая работа № 3 «Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени»	Средства защиты кожи, дыхательных путей. Использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени	2	3
Тема 1.3			
Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).			
1.3.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	2	3
1.3.2. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посятательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.	2	2
1.3.3. Принципы обеспечения работ в условиях ЧС	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.	2	2

<p>1.3.4. Понятия, основные задачи организационная структура гражданской обороны. Мероприятия проводимые ГО.</p>	<p>Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.</p>	2	2
<p>1.3.5. Практическая работа № 4 «Изучение мероприятий по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций».</p>	<p>Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.</p>	2	3
<p>1.3.6. Практическая работа № 5 « Изучение первичных средств пожаротушения» <i>Контрольный тест по теме:</i> «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях»</p>	<p>Виды огнетушителей; отработка модели поведения эвакуации во время пожара. Средства тушения пожара. Действия при возгорании одежды.</p>	2	3
	<p><i>Самостоятельные работы:</i> выполнение домашних заданий по разделу 1. <i>Примерная тематика рефератов и докладов для студентов:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Терроризм как основная социальная опасность современности. - Характеристика опасных ситуаций социального характера. Криминальная обстановка в местах проживания, правила безопасного поведения в местах повышенной криминальной опасности: рынок, общественный транспорт, подъезд дома, лифт, стадион. -История разработки биологического оружия, генетическое оружие, воздействие на организм отдельных биологических поражающих агентов (риккетсий, прионов, бактерий, вирусов и др.). - Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности. ФЗ «О защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». Полиция в Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. - Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени. – Служба скорой медицинской помощи. Другие государственные службы в области 	15	

	<p>безопасности.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания - Современные средства поражения и их поражающие факторы. - Оповещение и информирование населения об опасности. - Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения. - Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности. - МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. 		
Раздел 2. Основы медицинских знаний			
Тема 2.1. Первая медицинская помощь при несчастных случаях и заболеваниях			
<p>2.1.1. Общие правила оказания первой медицинской помощи. ПМП при инфаркте и инсульте, травматическом шоке.</p>	<p>Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации». Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление. Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Отсутствие кровообращения (остановке сердца) и клинической смерти: Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания. Подготовка пострадавшего к проведению ИВЛ. Отработка модели поведения при проведении искусственного дыхания.</p>	2	3
<p>2.1.2. - Практическая работа № 6 «Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания»</p>	<p>Признаки расстройств кровообращения и клинической смерти: Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания. Подготовка пострадавшего к проведению ИВЛ. Отработка модели поведения при проведении искусственного дыхания.</p>	2	3
<p>2.1.3. Тема 3.1.3. МПМ при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. ПМП при утоплении, заваливании землей.</p>	<p>Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.</p>	2	3
<p>2.1.4. Виды кровотечений. Практическая работа №7 «Изучение и оказание первой помощи при ранениях и кровотечениях»</p>	<p>Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа.</p>	2	3

Тема 2.2. Первая медицинская помощь при травмах		
2.2.1. Практическая работа № 8 «Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при различных видах травм»	Понятие травм и их виды. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах.	2
2.2.2. ПМП при электротравмах.	Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией. Общие требования к технике безопасности при работе с электрическими приборами, режущими инструментами во время работы.	2
2.2.3. ПМП при ожогах и обморожениях.	Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур на организм человека. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегрева. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отмоорожений.	2
2.2.4. ПМП при укусах животными и жалящими насекомыми.	Бешенство, клещевой энцефалит, аллергические реакции организма – возбудители, способы передачи; меры предупреждения заболеваний.	2
2.2.5. ПМП при отравлениях. Контрольный тест по теме: «Основы медицинских знаний».	Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление	2
	Самостоятельные работы: выполнение домашних заданий по разделу 2 <i>Примерная тематика рефератов и докладов для студентов:</i> - Инфекционные заболевания, эпидемии и их профилактика. - Меры профилактики производственного травматизма. - Первая помощь при острой сердечной недостаточности. - СПИД — чума XXI века.	9
Раздел 3. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		
Тема 3.1 Здоровье и здоровый образ жизни	Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для	2
		3

	здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка		
Тема 3.2. Вредные привычки и их профилактика	Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	2	3
Тема 3.3. Режим труда и отдыха	Циркадные ритмы. Сон и его гигиеническое значение. Смена видов деятельности – основа правильного отдыха организма.	2	3
Тема 3.4. Нравственность и здоровье. Репродуктивное здоровье.	Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка». Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Осложненные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Инфекции, передаваемые половым путем, их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.	2	2
3.5. Гигиена питания	Рациональное питание и его значение для здоровья. Режим питания- основа здоровья ЖКТ. Возбудители паразитарных заболеваний попадающих с пищей.	2	2
Тема 3.6 Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств).	Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	2	3

	<p>Самостоятельные работы : выполнение домашних заданий по разделу 3</p> <ul style="list-style-type: none"> - Двигательная активность и закаливание организма. - Занятия физической культурой. - Режим труда и отдыха. - Биологические ритмы и трудоспособность человека. - Социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Правовые основы об ограничении курения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. - Профилактика наркомании. - Семья в современном обществе. Семейное законодательство Российской Федерации. Брак и семья. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей 	7	
Раздел 4. Основы обороны государства и воинская обязанность.			
<p>Тема 4.1. История создания Вооруженных Сил Государственные и воинские символы.</p>	<p>История создания Вооруженных Сил России. 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. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.</p>	2	2
<p>Тема 4.2. Функции и задачи ВС РФ. Организационная структура Вооруженных Сил РФ.</p>	<p>Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение.</p>	2	2

<p>Тема 4.3. Военная обязанность. Организация воинского учета.</p>	<p>Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.</p>	2	2
<p>Тема 4.4. Военнослужащий – защитник Отечества. Боевые традиции ВС РФ.</p>	<p>Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества. Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества. 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.</p>	2	2
<p>Зачет</p>	<p>Самостоятельная работа студентов: выполнение домашних заданий по разделу 4. <i>Примерная тематика рефератов и докладов для студентов:</i> Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформы Вооруженных Сил. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Общие права и обязанности военнослужащих. Боевое Знамя воинской части - особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. <i>Самостоятельная работа.</i> Ритуал приведения к воинской присяге. Запас Вооруженных сил РФ, его предназначение. <i>Самостоятельная работа.</i> Конституция РФ и Законы "Об обороне", "О статусе военнослужащих", "О воинской обязанности и военной службе"</p>	4	3
<p>Всего:</p>		2	105

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета по ОБЖ;

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя, оборудованное персональным компьютером с лицензионным или свободным программным обеспечением, соответствующим разделам программы и подключенным к сети Internet и средствами вывода звуковой информации;

Технические средства обучения:

- мультимедиапроектор или мультимедийная доска.

Наглядные пособия:

- плакаты по ОБЖ
- тренажеры для отработки навыков оказания сердечно-легочной и мозговой реанимации с индикацией правильности выполнения действий на экране компьютера и пульте контроля управления — роботы-тренажеры типа «Гоша» и др.;
- тренажер для отработки действий при оказании помощи в воде;
- имитаторы ранений и поражений;
- образцы аварийно-спасательных инструментов и оборудования (АСИО), средств индивидуальной защиты (СИЗ): противогаз ГП-7, респиратор Р-2, защитный костюм Л-1, общевойсковой защитный костюм, общевойсковой прибор химической разведки, компас-азимут; дозиметр бытовой (индикатор радиоактивности);
- учебно-методический комплект «Факторы радиационной и химической опасности» для изучения факторов радиационной и химической опасности;
- образцы средств первой медицинской помощи: индивидуальный перевязочный пакет ИПП-1; жгут кровоостанавливающий; аптечка индивидуальная АИ-2; комплект противоожоговый; индивидуальный противохимический пакет ИПП-11; сумка санитарная; носилки плащевые;
- образцы средств пожаротушения (СП);
- макеты: встроенного убежища, быстровозводимого убежища, противорадиационного укрытия, а также макеты местности, зданий и муляжи;
- макет автомата Калашникова;
- электронный стрелковый тренажер;
- обучающие и контролирующие программы по темам дисциплины;
- комплекты технической документации, в том числе паспорта на средства

обучения, инструкции по их использованию и технике безопасности;
- библиотечный фонд.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Печатные издания основной литературы

1) Н.В. Косолапов, Безопасность жизнедеятельности: учебник.- Москва: Академия, 2016.

2) Н.В. Косолапов, Безопасность жизнедеятельности: практикум.- Москва: Академия, 2017.

Электронные издания основной литературы, имеющиеся в электронном каталоге электронной библиотечной системы

1) Н.В. Косолапов, Безопасность жизнедеятельности: учебник.- Москва: Академия, 2015.

<http://www.academia-moscow.ru/reader/?id=165091&demo=Y>

2) Н.В. Косолапов, Безопасность жизнедеятельности: практикум.- Москва: Академия, 2014.

<http://www.academia-moscow.ru/reader/?id=168154&demo=Y>

Печатные издания дополнительной литературы

Электронные издания дополнительной литературы, имеющиеся в электронном каталоге электронной библиотечной системы

1) И.В. Васильева, Физиология питания: учебник и практикум для СПО. - Москва: Юрайт, 2016.

<https://www.biblio-online.ru/viewer/FD6C60FD-699A-4A98-B27F-93DC6A720D5D>

2) Э.А. Арустамов, Безопасность жизнедеятельности: учебник. — Москва: Дашков и К°, 2015. <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=513821>

3) Л.Ф. Маслова, Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие. – Ставрополь, СтГАУ, 2014. <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=513995>

4) Л.Л. Никифоров, Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие. - Москва: ИНФРА-М, 2014. <http://znanium.com/bookread2.php?book=392577>

Интернет-ресурсы

www.mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ). www.mvd.ru (сайт МВД)

РФ). www.mil.ru (сайт Минобороны). www.fsb.ru (сайт ФСБ РФ).
www.dic.academic.ru (Академик. Словари и энциклопедии). www.booksgid.com (Books Gid. Электронная библиотека).
www.window.edu.ru (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
www.iprbookshop.ru (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
www.school.edu.ru/default.asp (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).
www.ru/book (Электронная библиотечная система).
www.pobediteli.ru (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»). www.monino.ru (Музей Военно-Воздушных Сил).
www.simvolika.rsl.ru (Государственные символы России. История и реальность). www.militera.lib.ru (Военная литература).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Требования к результатам обучения

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> -развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз; -готовность к служению Отечеству, его защите; - потребность соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности; -исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.); ответственное отношение к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности; -освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; <p>метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умение формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека; -навыки 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; -умение воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; - умение самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий; - умение выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать 	<p>Текущий контроль:</p> <p>Устный оценочный (индивидуальный, фронтальный опрос, дебаты)</p> <p>Письменный оценочный (графический опрос, тест, самостоятельная работа, творческая работа).</p> <p>Защита докладов, рефератов, проектов, творческих работ, презентаций.</p> <p>Итоговый контроль - дифференцированный зачет.</p>

<p>право другого человека на иное мнение;</p> <ul style="list-style-type: none"> - умение взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций; - умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников; - умение 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; - умение анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения; - умение информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях; <p>освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> - опыт локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации; - установка на здоровый образ жизни; - физические качества: выносливость, сила, ловкость, гибкость, скоростные качества, достаточные для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; <p>предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние <p>человеческого фактора;</p> <ul style="list-style-type: none"> - знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз; - сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; - сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, 	
---	--

физического и социального благополучия личности;

- знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- знание 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;
- знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

умение:

- самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность в сфере безопасной жизнедеятельности;
- умение оценивать и корректировать свое поведение в окружающей среде на основе выполнения экологических требований, участвуя в проектной деятельности, учебно-исследовательской работе;
- умение отстаивать свою гражданскую позицию, осознанно осуществлять выбор пути продолжения образования или будущей профессии.