

Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
«Набережночелнинский колледж искусств»



Директор

Т.В. Спирчина


2022 года

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»  
(ОУП.09)**

специальность 53.02.07 Теория музыки

Набережные Челны  
2022

Рабочая программа дисциплины разработана на основе Программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности 53.02.07 Теория музыки.

Заместитель директора по учебной работе:  М.О.Шарова  
(подпись)


Организация-разработчик: ГАПОУ «Набережночелнинский колледж искусств»

Разработчик:

Добрынина Л.В., преподаватель высшей квалификационной категории  
ГАПОУ «Набережночелнинский колледж искусств»

Рекомендована предметно-цикловой комиссией «Общеобразовательные и гуманитарные дисциплины»

Протокол № \_\_\_1\_\_\_ от «\_31\_» августа \_\_\_2022 г.

Председатель  Л.С. Рахматуллина  
(подпись)

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	стр. 4
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	6
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	14
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	15

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Основы безопасности жизнедеятельности

### 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является составной частью Программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) в соответствии с ФГОС по специальностям СПО специальность 53.02.03 Инструментальное исполнительство (по видам инструментов).

На базе приобретенных знаний и умений выпускник должен обладать

- **общими компетенциями**, проявлять способность и готовность:

**ОК 10.** Использовать в профессиональной деятельности умения и знания, полученные обучающимися в ходе освоения учебных предметов в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования.

**Планируемые личностные результаты:**

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

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

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

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

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина входит в цикл общеобразовательных дисциплин, предметная область «Базовые учебные дисциплины» и предусматривает обогащение теоретических знаний, совершенствование практических навыков, необходимых для деятельности будущих специалистов.

**1.3. Цели и задачи учебной дисциплины. Требования к результатам освоения учебной дисциплины.**

**Цель курса:**

- вооружить студентов теоретическими и практическими знаниями, умениями и навыками, необходимыми для создания безопасных и комфортных условий жизнедеятельности;

- сформировать и расширить уже имеющиеся у учащихся представления об основах безопасности жизнедеятельности;

- сформировать у студентов чувство ответственности за свои действия профессионального и социального характера.

#### **Задачи курса:**

- выработать практические навыки в принятии решений по защите населения, материальных ценностей от воздействия негативных факторов среды обитания и ликвидации их последствий;
- научить учащихся правильно действовать в условиях ликвидации опасных последствий стихийных и других бедствий, оказать необходимую помощь себе, близким и окружающим людям;
- привить учащимся сознательное и ответственное отношение к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих;
- развить в учащихся умения и навыки распознавать и оценивать опасные и вредные факторы среды обитания человека с последующим определением способов защиты от них;
- получить знания и навыки по оказанию ПМП себе и окружающим людям;
- получить знания и навыки, позволяющие уменьшить опасность для людей в ситуациях с факторами риска, которые могут возникнуть дома, в учебном заведении, на улице и в других общественных местах;
- получить знания о существующих опасных ситуациях бытового, производственного, социального характера, наиболее распространенных видах травм (физических и психических), возникающих в повседневной жизни каждого человека;
- приобрести знания о правильном здоровом образе жизни, о строении и о важнейших системах работы человеческого организма;
- выработать у учащихся устойчивые привычки здорового образа жизни.

#### **В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:**

- оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- действовать в чрезвычайных ситуациях;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;
- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

#### **знать:**

- о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- о здоровье и здоровом образе жизни;
- о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- предназначение, структуру задачи гражданской обороны.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 101 час, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 72 часа;  
самостоятельной работы обучающегося 29 часов.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b><i>Объем часов</i></b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>101</i>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>72</i>
в том числе:	
контрольные работы	<i>2</i>
дифференцированный зачет	<i>2</i>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<i>29</i>
<b><i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i></b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1 курс, 1 семестр

Наименование разделов и тем 1	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены) 2	Объем часов 3	Уровень освоения 4
<b>Раздел 1.</b>	<b>Введение в дисциплину «Основы безопасности жизнедеятельности»</b>		
<b>Тема 1.1.</b> Введение в предмет ОБЖ. Цели и задачи	Условия существования человечества в современном мире. Интенсивное развитие науки и техники. Научно-технический прогресс, рост благосостояния. Резкое возрастание числа неблагоприятных факторов окружающей человека среды на производстве, дома, в городе, обществе. Рост количества ЧС антропогенного и природного характера. Стремительный рост числа несчастных случаев, аварий и катастроф. Проблема здоровья человека. Ответственность каждого человека перед обществом, коллективом за свое физическое и духовное здоровье. Среда обитания человека. Основные цели и задачи ОБЖ, как науки и как учебной дисциплины.	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся: Цели и задачи ОБЖ. Повторение темы 1.1.	0,5	
<b>Раздел 2.</b>	<b>Чрезвычайные ситуации и меры безопасности</b>		
<b>Тема 2.1.</b> Чрезвычайные ситуации природного характера	Природные катаклизмы. Определение понятия «природные катаклизмы». Основные стихийные бедствия – землетрясения, наводнения, цунами, извержение вулканов, ураганы, ливни, засухи и др. Поведение человека в экстремальных ситуациях стихийного характера.	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся: Классификация ЧС природного характера. Повторение темы 2.1.	0,5	
<b>Тема 2.2.</b> Гроза и правила безопасности во время грозы	Гроза – сложное и опасное атмосферное явление. Характеристика грозы. Опасные факторы грозы. Молния – электрический разряд электрического заряда. Виды молнии: линейная, шаровая. Шаговое напряжение. Правильное поведение во время грозы дома, в городе, на природе. Определение расстояния до грозы.	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся: Правила поведения во время грозы. Повторение темы 2.2.	0,5	

<b>Тема 2.3.</b> Чрезвычайные ситуации антропогенного характера	Чрезвычайные ситуации антропогенного характера. Определение понятия. Основные виды аварий и катастроф антропогенного характера. Аварии и катастрофы на транспорте: наземный, водный, воздушный, специальный виды транспорта. Аварии и катастрофы на промышленных предприятиях и объектах. Аварии на АЭС.	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся: Классификация ЧС техногенного характера. Повторение темы 2.3.	0,5	
<b>Тема 2.4</b> Чрезвычайные ситуации социального характера	Чрезвычайные ситуации социального характера. Определение понятия. Классификация. Терроризм, как опасная угроза для отдельного субъекта, общества, государства. Определение. Виды терроризма. Цели и задачи терроризма. Правила поведения заложника.	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся: Терроризм: правила поведения заложника. Повторение темы 2.4.	1	
<b>Раздел 3.</b>	<b>Основы гражданской обороны</b>		
<b>Тема 3.1.</b> Гражданская оборона	Гражданская оборона (ГО). Определение, история создания. Первые мероприятия по защите населения и народного хозяйства. Основные задачи ГО. Защита населения от последствий ЧС военного и мирного характера. Образование Российского корпуса спасателей. Образование МЧС России, основные задачи МЧС.	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся: Задачи ГО. Повторение материала по теме 3.1.	0,5	
<b>Тема 3.2.</b> Правила поведения населения в ЧС	Правила поведения населения при угрозе нападения противника и других ЧС мирного характера. Информация о ЧС. Система оповещения населения о ЧС. Сигналы тревоги. Речевая информация. Герметизация помещения. Подготовка запасов продуктов и питьевой воды. Подготовка к эвакуации. Прибытие в эвакуационный пункт (СЭП).	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся: Домашняя аптечка, правила поведения населения во время ЧС. Повторение материала по теме 3.2.	1	
<b>Тема 3.3.</b> Средства индивидуальной защиты	Средства индивидуальной защиты (СИЗ). Средства защиты органов дыхания (противогазы, респираторы, противопыльные тканевые маски, ватно-марлевые повязки) от воздействия ОВ (отравляющие вещества), СДЯВ (сильно действующие ядовитые вещества), РВ (радиоактивные вещества). Средства защиты глаз. Средства защиты.	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся: Изготовление марлевой повязки. Повторение темы 3.3.	1	



<b>Тема 3.4.</b> Средства коллективной защиты.	Коллективные средства защиты (КСЗ). Виды КСЗ: убежища, ПРУ (противорадиационное укрытие) щели (открытые и перекрытые). Принципы устройства КСЗ. Использование убежищ в мирное время.	2	1,2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Устройство убежища. Повторение темы 3.4.	0,5	
<b>Тема 3.5.</b> Химическое оружие	Оружие массового поражения, определение понятия. Химическое оружие. Виды отравляющих веществ. Способы заражения. Характер воздействия ОВ на человека. Признаки отравления ОВ. Правила поведения при химическом заражении. Защита населения. Выход из зоны заражения. Санитарная обработка.	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся: Биологическое оружие. Повторение темы 3.5.	1	
<b>Тема 3.6.</b> Ядерное оружие	Ядерное оружие, определение. Научное открытие А. Беккереля. Использование ядерной энергии в военных и мирных целях. Виды ядерных взрывов. Поражающие факторы ядерного взрыва: световое и тепловое излучение, ударная волна, проникающая реакция, радиоактивное заражение. Лучевая болезнь. Зоны заражения. Средства защиты. Действия населения при угрозе ядерного взрыва и в случае применения ядерного оружия.	2	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся: Поведение населения в случаях применения оружия массового поражения. Повторение материала по теме 3.6.	1	
<b>Раздел 4.</b>	<b>Основы здорового образа жизни</b>		
<b>Тема 4.1.</b> Физическое здоровье человека	Здоровье человека, определение, значение. Физическое здоровье. Критерии физического здоровья. Факторы, определяющие индивидуальное здоровье человека: биологические (наследственность), окружающая среда (природная, техногенная, социальная), служба здоровья, индивидуальный образ жизни. Этапы жизни человека. Особенности физического развития человека в подростковый период (рост и перестройка организма, физиологические изменения). Акселерация. Подростковый возраст – важнейший период в жизни человека.	2	1,2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Особенности подросткового возраста. Повторение темы 4.1.	1	
<b>Тема 4.2.</b> Здоровый образ жизни	Здоровый образ жизни. Определение и его составляющие. Причины плохого здоровья человека. Режим жизнедеятельности человека. Правильное распределение нагрузок и отдыха. Активный отдых. Физические нагрузки. Физическая культура. Рациональное питание. Закаливание организма.	2	1,2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Составляющие ЗОЖ. Повторение темы 4.2.	1	
<b>Тема 4.4.</b> Духовное здоровье	Духовное здоровье человека, определение. Критерии духовного здоровья. Нравственное здоровье. Психическое здоровье. Подростковый возраст – важный этап духовного и психического развития человека. Особенности подросткового возраста (психологическое и	2	1,2.

человека.	эмоциональное состояние). Формирование положительных привычек, качеств и черт характера. Взаимоотношения подростков.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Особенности подросткового возраста. Взаимоотношения подростков. Повторение материала по теме 4.4.	1	
<b>Тема 4.5.</b> Вредные привычки человека.	Вредные привычки человека, определение. Употребление алкогольных напитков. Алкоголизм. Негативное воздействие алкоголя на организм человека. Заболевания, связанные с регулярным употреблением алкогольных напитков. Алкогольное опьянение: симптомы и последствия. Табакокурение, определение, история. Состав табака. Опасность вдыхания табачного дыма. Вредное воздействие курения на организм человека. Заболевания, связанные с курением. Пассивное курение. Борьба с табакокурением.	2	1,2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Вред табакокурения. Повторение темы 4.5.	1	
<b>Тема 4.6.</b> Употребление наркотиков. Наркомания	Принятие наркотиков. Наркотики: определение, виды наркотиков (природные, синтетические). Наркомания – серьезная и опасная болезнь. Психическая зависимость. Физическая зависимость. Адаптация организма, привыкание к наркотикам (толерантность). Воздействие наркотиков на человека (физиологическое, психическое, эмоциональное). Симптомы употребления человеком наркотиков. Личные и социальные последствия. Формирование личного негативного отношения к наркотикам. Борьба с распространением и употреблением наркотиков.	2	1,2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Признаки человека, употребляющего наркотики. Повторение темы 4.6.	1	
<b>Тема 4.7.</b> Венерические заболевания и их профилактика	Физиологические и гормональные изменения организма в подростковый период. Сексуальное влечение. Первые сексуальные переживания подростков. Причины ранних половых отношений. Понятие целомудрия. Негативное и вредное воздействие ранних половых отношений. Венерические заболевания, определение. Виды, симптомы и последствия венерических заболеваний (гонорея, сифилис, трихомониаз, хламидиоз, кандидоз, СПИД и др.). Способы заражения. Правильное половое поведение. Профилактика заболеваний: противозачаточные средства, личная гигиена и др.	2	1,2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Правильное половое поведение. Повторение материала по теме 4.7.	1	
	<b>Контрольный урок за 1-й семестр по темам разделов 1 – 4.</b>	2	
<b>Раздел 5.</b>	<b>Основы медицинских знаний и охрана здоровья</b>		

<b>Тема 5.1.</b> Скелет человека.	Скелет человека, определение, функции. Кости скелета, способы соединения костей (швы, связки, суставы). Конструкция скелета. Скелет головы – череп. Скелет туловища. Позвоночный столб. Грудная клетка. Скелет верхних конечностей. Скелет нижних конечностей. Костная ткань. Рост костей. Мышцы человека, мышечная ткань.	2	1,2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Внутренние органы человека и их функции. Повторение материала по теме 5.1.	1	
<b>Тема 5.2.</b> Травмы и ПМП.	Травма, определение. Классификация травм (поражающий фактор, локализация, степень тяжести, распространенность, механические, физические и другие травмы). Первая медицинская помощь (ПМП) – цели и задачи. Ушибы: определение, симптомы, ПМП. Раны: определение, характер ран, опасность ран, инфекционные заболевания, ПМП. Асептика. Антисептика. Правила обработки раны. Растяжение связок: определение, симптомы, ПМП. Вывихи: определение, симптомы, ПМП и др.	2	1,2.
	Самостоятельная работа: Ушибы, раны, вывихи растяжения. Правила асептики и антисептики. Повторение материала по теме 5.2.	1	
<b>Тема 5.3.</b> Переломы костей. Общие правила иммобилизации.	Переломы костей: определение, причины, виды, симптомы, осложнения. Общие правила ПМП при переломах костей. Остановка кровотечения, обработка раны, наложение стерильной повязки. Иммобилизация. Цели и задачи иммобилизации. Способы иммобилизации. Наложение шины, подручные средства. Доставка пострадавшего в лечебное учреждение. Правила транспортировки. Изготовление носилок из подручных средств.	2	1. 2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Правила наложения шины. Повторение темы 5.3.	1	
<b>Тема 5.4.</b> Виды переломов костей и ПМП.	Виды переломов костей, симптомы и ПМП. Перелом ключицы. Переломы плечевой кости, плечевого и локтевого суставов. Переломы предплечья, локтевой кости, кисти руки. Переломы голени и стопы. Перелом бедра. Перелом и повреждение коленного сустава. Перелом костей таза. Переломы грудины и ребер. Травмы головы и ПМП. Переломы позвоночника и ПМП.	2	1. 2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Виды переломов.	1	
<b>Тема 5.5.</b> Травмы головы и ПМП.	Травмы головы. Причины травм и симптомы. Последствия травм. Виды перевязок головы: чепец, шапочка Гиппократата и др. Перевязки глаза, носа. Практическое освоение темы.	2	1. 2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Ушиб головного мозга и ПМП.	0,5	

<b>Тема 5.6.</b> Система кровообращения человека.	Кровообращение человека. Сердце человека, его строение и функции. Кровеносные сосуды: артерии, вены, капилляры. Кровь человека, состав и функции. Кровяные клетки и их функции: эритроциты, лейкоциты, тромбоциты. Гемоглобин. Свертывание крови. Группы крови. Кровообращение: малый и большой круги кровообращения. Работа сердца. Кровяное давление. Болезни сердца (гипертония, гипотония, инсульт геморрагический, атеросклероз, инфаркт миокарда и др.).	2	1. 2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Сердечнососудистые заболевания.	1	
<b>Тема 5.7.</b> Кровотечения и ПМП.	Кровотечение: определение, виды, симптомы и ПМП. Капиллярное кровотечение. Венозное кровотечение. Артериальное кровотечение. Способы остановки артериального кровотечения. Пальцевое прижатие. Точки прижатия поврежденной артерии. Наложение кровоостанавливающего жгута: способы и правила. Транспортировка в медицинское учреждение.	2	1. 2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Виды кровотечений и ПМП.	1	
<b>Тема 5.8.</b> Терминальные состояния. Экстренная реанимационная помощь.	Терминальные состояния: определение. Виды и симптомы терминальных состояний: преагональное состояние, терминальная пауза, агония, клиническая смерть. Признаки жизни человека. Признаки смерти человека. Биологическая смерть. Экстренная реанимационная помощь (ЭРП): определение, цели и задачи.	2	1. 2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Признаки жизни и смерти.	1	
<b>Тема 5.9.</b> ЭРП. Искусственное дыхание.	Основные этапы и действия при оказании ЭРП: диагностика, подготовительный период, реанимация. Искусственное дыхание или искусственная вентиляция легких (ИВЛ). Основные правила и приемы проведения ИВЛ. Искусственное дыхание по методу «изо рта в рот». Искусственное дыхание по методу «изо рта в нос». Возможные ошибки при проведении ИВЛ.	2	1. 2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Правила выполнения ИВЛ.	1	
<b>Тема 5.10.</b> ЭРП. Искусственный массаж сердца.	Искусственный (закрытый) массаж сердца. Основные правила и приемы проведения искусственного массажа сердца при оказании ЭРП одним и двумя спасателями. Совмещения искусственного дыхания и искусственного массажа сердца. Возможные ошибки при проведении искусственного массажа сердца.	2	1. 2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Правила выполнения искусственного массажа сердца	1	
<b>Тема 5.11.</b> Несчастные случаи бытового характера и ПМП.	Чрезвычайные ситуации бытового характера. Перегревание организма (гипертермия): определение, симптомы и ПМП. Тепловой удар: – одна из важнейших мер во время чрезвычайных ситуаций. Отморожения: определение, виды и ПМП. Утопления: определение, симптомы и ПМП.	2	1. 2.

	Самостоятельная работа обучающихся: Отморожения, утопления.	1	
<b>Тема 5.12.</b> Несчастные случаи бытового характера и ПМП. Бытовые пожары.	Пожар в доме (помещении). Определение пожара. Причины возгорания и меры предосторожности. Поведение при пожаре. Оказание ПМП горящему человеку.	2	1. 2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Правила поведения при пожаре.	1	
<b>Тема 5.13.</b> Ожоги и ПМП.	Ожоги, определение, симптомы и ПМП. Виды ожогов. Причины ожогов. Терминальные ожоги. Химические ожоги. Оказание первой помощи при ожогах.	2	1. 2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Поражение электрическим током.	1	
<b>Тема 5.14.</b> Отравления и ПМП.	Отравления: определение, симптомы и ПМП. Пищевые и алкогольные отравления. Отравления химическими веществами. Отравления лекарственными средствами. Отравления СДЯВ. Отравления угарным, бытовым газами.	2	1. 2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Пищевые отравления и ПМП.	1	
<b>Тема 5.15.</b> Укусы животных, змей, насекомых. ПМП	Укусы домашних животных: виды, симптомы и ПМП. Укусы змей: виды, симптомы и ПМП. Укусы ос и пчел: симптомы и ПМП. Укус клеща. Клещевой энцефалит. Клещевой боррелиоз. Меры предосторожности и ПМП при укусах клещей. Укусы скорпиона: симптомы и ПМП	2	1. 2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Укусы клещей. Безопасное поведение в лесу.	1	
<b>Тема 5.16.</b> Безопасное поведение дома, на улице и в общественных местах	Правильное поведение человека в различных ситуациях, опасных для жизни и здоровья – основа безопасности каждого человека. Безопасное поведение в общественных местах. «Уличный этикет». Основные правила поведения на улице, в том числе – при возвращении домой в темное время суток, в общественном транспорте, в общественных местах, на отдыхе и др. Самозащита в различных опасных ситуациях.	4	1. 2.
	Самостоятельная работа обучающихся: Правила безопасного поведения в общественных местах.	1	
	<b>Дифференцированный зачет</b> за 2-й семестр по темам раздела 5.	2	1. 2.
	<b>Итого</b>	<b>101</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета по Основам безопасности жизнедеятельности

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- маркерная доска;
- информационные стенды;
- комплект учебно-наглядных пособий;

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- видеомаягнитофон;
- телевизор;
- DVD-плеер.

Материально-техническая база соответствует санитарным и противопожарным правилам и нормам.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

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

###### **Основные источники**

1. Безопасность жизнедеятельности: учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования/Э.А. Арустамов, Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко, Г.В. Гуськов. М., 2010
2. Основы безопасности жизнедеятельности: 9 класс: Учебник для общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов и др. М., 2003
3. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений / И.Ф. Богоявленский, Е.Н. Литвинов, С.В. Петров и др. М., 1999
4. Основы безопасной жизнедеятельности: 11 класс: Учебник для общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов и др. М., 1998

###### **Дополнительные источники**

1. Алексеев С.В., СЕНКО В.Р. Гигиена труда. М., 1988
2. Медико-санитарная подготовка учащихся. Учебник для средних заведений. М., 1988
3. Гостюшин А.В. Энциклопедия экстремальных ситуаций. М., 1994
4. Гражданская оборона. Учебник для ВТУЗов. В.Г. Атаманюк, Л.Г. Ширшев, Н.И. Акимов. М., 1989

5. Медико-санитарная подготовка учащихся средних учебных заведений: Учебник /Завьялов, Гоголев, Мордвинов и др. М., 1984
6. Краткие справочные данные о чрезвычайных ситуациях техногенного, антропогенного и природного происхождения. Ред. Перфильев В.С. – Штаб Гражданской обороны РФ. Научно-методический центр. М., 1991
7. Программа курса по ОБЖ для учащихся профессиональных учебных заведений. М., 1994
8. Учебник спасателя МЧС.: Электронная версия учебника спасателя коллектива авторов (Шойгу С.К, Кудинов С.М. и др., под общей ред. Воробьева Ю.Л.). Курган, 2000

#### **Интернет-ресурсы:**

<http://www.obj.kzn-sch150.edusite.ru/p2aa1.html>  
<http://www.lovehate.ru/opinions/32804>  
[http://ipk.kem-edu.ru/index.php?option=com\\_content&view=article&id=610%3A-1-r&catid=113%3A2011-03-22-07-15-41&Itemid=168](http://ipk.kem-edu.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=610%3A-1-r&catid=113%3A2011-03-22-07-15-41&Itemid=168)  
<http://www.grandars.ru/shkola/bezopasnost-zhiznedeyatelnosti/bezopasnost-zhiznedeyatelnosti.html>  
<http://www.niro.nnov.ru/?id=8338>  
<http://www.kontrolnaja.ru/dir/tourism/24448>  
<http://www.nipkipro.ru/kafedri-nipkipro/kafedra-ochrani-zdorovya-i-obzh/metodicheskimateriali.html>  
<http://www.knowed.ru/index.php?name=pages&op=view&id=1805>  
<http://satinoschool.narod.ru/port/metod.htm>  
<http://www.egpu.ru/lib/elib/Data/Content/128717524882968750/Default.aspx>

### **3.3. Требования к организации самостоятельной работы студентов**

Самостоятельная работа учащихся по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» направлена на закрепление теоретических знаний, полученных в аудитории. Учащиеся должны регулярно: выполнять письменные домашние задания; повторять пройденный на уроке материал; пользоваться справочной литературой, учебными пособиями и Интернет-ресурсами при подготовке к темам, предназначенным для самостоятельного изучения; осваивать на практике правила оказания ПМП.

Для успешного освоения необходимого объема знаний по «ОБЖ» следует рекомендовать учащимся: регулярно повторять пройденный материал; заучивать специальные термины, понятия, определения, своевременно выполнять домашние задания и задания, предназначенные для самостоятельного изучения.

## **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Контроль и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования,

выполнения обучающимися индивидуальных заданий, итоговых контрольных уроков и зачета.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<b>Умения:</b>	
Оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях;	тестирование, контрольные уроки, устный опрос;
Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;	практические занятия на закрепление теоретического материала; контрольные уроки, устный опрос;
Оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;	практические занятия на закрепление теоретического материала; контрольные уроки, устный опрос;
Владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	практические занятия на закрепление теоретического материала; контрольные уроки, устный опрос.
<b>Знания:</b>	
О безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни;	практические занятия на закрепление теоретического материала; контрольные уроки; тестирование; самостоятельная работа; устный опрос;
О государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; предназначение, структуру задачи гражданской обороны.	контрольные уроки; тестирование; самостоятельная работа; устный опрос.

### **Контроль и учет успеваемости**

С целью определения полученных теоретических знаний и практических навыков в результате изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» учебным планом предусмотрены контрольный урок (1 семестр), зачет (2 семестр).

#### **Требования к зачету и контрольному уроку**

Форма контрольного урока по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» предусматривает ответы в письменной форме. Контрольный урок проводится в учебное время, отведенное на изучение данного предмета на последнем занятии по учебному плану.

#### **4.5.4. Критерии оценивания ответов**

В критерии оценки уровня подготовки студента по дисциплине входят:

- а) уровень освоения студентом материала, предусмотренного учебной программой;
- б) уровень практических умений, продемонстрированный выпускником;
- в) уровень знаний и умений, позволяющих решать профессиональные задачи;
- г) обоснованность, четкость, краткость изложения ответов.



*Оценка «5» (отлично)* ставится выпускнику, если он исчерпывающе знает программный материал по вопросам билета, понимает и легко ориентируется в нем. При изложении вопроса оперирует основными понятиями и категориями, интегрирует знания теории и практики, знания по различным педагогическим дисциплинам. Умеет пользоваться для обоснования ответа предложенным на экзамене справочным материалом, пособиями.

Ответ строит лаконично, грамотно, в соответствии с выделенным лимитом времени на выступление, делает выводы, обобщает излагаемый материал.

Практические задания выполняет на творческом уровне.

*Оценка «4» (хорошо)* ставится выпускнику, если он знает весь требуемый программный материал, ориентируется в нем, умело связывает теорию с практикой, решает практические задачи. Ответ излагает грамотно, но в содержании допускает отдельные неточности.

*Оценка «3» (удовлетворительно)* ставится выпускнику, если он демонстрирует формальное усвоение программного материала на уровне запоминания. Ответ строит неполно, материал излагает не полностью. При решении практических задач не умеет доказательно обосновать свои суждения.

*Оценка «2» (неудовлетворительно)* ставится выпускнику, если он демонстрирует незнание большей части программного материала, имеет разрозненные, бессистемные знания, не умеет выделять главное и второстепенное, допускает ошибки в определении понятий. Материал излагает неуверенно и беспорядочно, не может применять знания для решения практических задач.