

Государственное профессиональное образовательное учреждение
«Кузбасский многопрофильный техникум»

Рассмотрено:

Заседание ЦМК

Протокол № _____

_____ И.С. Тимофеева

« ____ » _____ 20 ____ г.

Утверждаю:

Зам. директора по УР

ГПОУ КМТ

_____ А.Р. Анохина

« ____ » _____ 20 ____ г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
БД.09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Уровень образования: **среднее общее образование**

Форма обучения: **очная**

Специальность: **38.02.03 Операционная деятельность в логистике**

Группа: **ОД20**

Белово
2020

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) среднего общего образования по специальности: 38.02.03 - Операционная деятельность в логистике; Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций; в соответствии с учебным планом, утвержденным директором ГПОУ КМТ 01.07. 2020 г.

Составитель: преподаватель ОБЖ Бисярина Елена Николаевна.

Содержание

Пояснительная записка	4
Тематическое планирование	6
Содержание учебной дисциплин	8
Рекомендуемая литература	9
Перечень внеурочных самостоятельных работ	10
Перечень практических работ	10

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения в учреждениях среднего профессионального образования, реализующих образовательную программу среднего общего образования, при подготовке специалистов среднего звена.

Рабочая программа составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования по ОБЖ на базовом уровне, приказ № 1089 от 05.03.2004; в соответствии с учебным планом, утвержденным директором ГПОУ КМТ 01.07.2020. При составлении рабочей программы было изучено и учтено содержание Примерной программы по ОБЖ среднего профессионального образования (ФГУ ФИРО Минобрнауки России, 2008), Приказа Министерства образования и науки РФ № 427 от 19.10.2009, Приказа Министерства образования и науки РФ от 28.07.2014 № 834.

Согласно «Рекомендациям по реализации образовательной программы среднего общего образования в образовательных учреждениях среднего профессионального образования в соответствии с федеральным базисным учебным планом и примерными учебными планами для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования» (письмо Департамента государственной политики и нормативно-правового регулирования в сфере образования Минобрнауки России от 29.05.2007 № 03-1180) основы безопасности жизнедеятельности изучаются как базовый предмет в учреждениях среднего профессионального образования СПО на 1 курсе в объеме 60 часов. Из них 40 часов - обязательная аудиторная нагрузка (16 часов в первом семестре и 24 часа во втором семестре), 20 часов – внеаудиторная самостоятельная работа.

Рабочая программа ориентирована на достижение следующих целей:

- **освоение знаний** о правилах безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств), о 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; об обязанностях граждан по защите государства;
- **воспитание** ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; 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 ведения здорового образа жизни;
- **овладение умениями** соблюдать правила дорожного движения, адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья, прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода, велосипедиста, водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей), правильно действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

Основу рабочей программы составляет содержание, согласованное с требованиями федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования базового уровня.

Программа выполняет две основные функции:

- информационно-методическую, позволяющую всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития, обучающихся средствами предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»;
- организационно-планирующую, предусматривающую выделение этапов обучения, структурирование учебного материала, определение его количественных и качественных характеристик на каждом из этапов, в том числе для содержательного наполнения промежуточной аттестации обучающихся.

Основными содержательными модулями программы являются: обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья; государственная система обеспечения безопасности

населения; основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

В соответствии с Законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе» изучение раздела «Основы обороны государства и воинская обязанность» является обязательным только для лиц мужского пола. Кроме того, для обучающихся мужского пола проводятся пятидневные учебные сборы, сочетающие разнообразные формы организации теоретических и практических занятий. Военно-полевые сборы проводятся на базе образовательного учреждения с привлечением работников военного комиссариата, медицинских работников и военных инструкторов.

Для девушек в программе предусмотрен раздел «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».

В итоге, у юношей формируется адекватное представление о военной службе, развиваются качества личности, необходимые для ее прохождения; девушки получают сведения в области медицины, здорового образа жизни, оказания первой медицинской помощи при различных травмах.

Таким образом, рабочая программа предоставляет возможность реализации различных подходов к построению образовательного процесса, формированию у обучающихся системы знаний, умений, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций:

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

В программе курсивом выделен материал, который при изучении учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» контролю не подлежит.

Основным требованием к уровню подготовки выпускников по ОБЖ является понимание взаимосвязи учебной дисциплины с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данной учебной дисциплине.

промежуточный контроль осуществляется в форме дифференцированного зачета, который проводится в виде тестовых заданий.

Обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

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

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

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

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

Рассмотрено:
Заседание ЦМК
Протокол № _____
_____ И.С. Тимофеева
« ____ » _____ 20 ____ г.

Утверждаю:
Зам. директора по УР
ГПОУ КМТ
А.Р. Анохина
« ____ » _____ 20 ____ г.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
учебной дисциплины
БД.09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
(2020-2021 уч. г.)

Специальность: 38.02.03 Операционная деятельность в логистике
Группа: ОД20

Шифр раздела, темы	Наименование разделов и тем	Количество часов				
		Объём ОП	Самостоятельная работа	обязательной аудиторной нагрузки		
				Всего с преподавателем	В том числе	
					Лекции	Практических занятия
Курс 1, 1-2 семестр						
Р – I	Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья	15	9	6	4	2
Р – 2	Государственная система обеспечения безопасности населения	14	4	10	8	2
Р -3	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	31	7	24	18	6
	Дифференцированный зачёт	2		2		
	Всего по дисциплине	60	20	40	30	10

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

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 здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.

Правила и безопасность дорожного движения, как аспект сохранения здоровья. Правила и безопасность дорожного движения. Дорожные знаки. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. Активные меры обеспечения безопасности движения. Пассивные меры обеспечения безопасности движения.

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.

Практические занятия:

Анализ воздействия факторов (курение, алкоголь, наркомания), определяющих состояние здоровья человека.

Демонстрации: Документальные фильмы Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.

Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

Гражданская оборона как составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.

Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.

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.

Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных

работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.

Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно- спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.

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 посягательств. 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.

Практические занятия:

Анализ деятельности Государственной службы по охране здоровья и безопасности граждан.

Демонстрации: Видео «Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». Видео «Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи».

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.

Ранние половые связи, и их последствия для здоровья. Инфекции, передаваемые половым путём, их профилактика. Оценивание проблем здоровья человека, на основе характеристики инфекций, передающихся половым путем и их профилактики.

Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».

Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Значение для здоровья женщины двигательной активности, психологической уравновешенности и соблюдения правил личной гигиены. Социальная роль женщины в современном обществе, её здоровье, как составляющая часть здоровья общества.

Практические занятия

Анализ факторов сохранения репродуктивного здоровья, как составляющей части здоровья человека и общества.

Анализ проблем здоровья человека, на основе характеристики инфекций, передающихся половым путем и их профилактики

Характеристика правовых основ семьи и брака.

Демонстрации: Видео «Репродуктивное здоровье». Видео «Инфекции, передаваемые половым путём, их профилактика».

Промежуточный контроль: Дифференцированный зачёт.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Основная литература:

1. Косолапова, Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности [Текст]: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования/ Е.Л.Побежимова, Н.В.Косолапова, Н.А.Прокопенко. – 3-е изд., стер. – Москва: Издательский центр «Академия», 2018. – 319 с. [1] с.- Библиогр.: с. 316-317.- 7000 экз.-ISBN 978-5-7695-9093-1.- Текст: непосредственный.
2. Арустамов, Э.А. Основы безопасности жизнедеятельности [Текст]: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования/ Э.А. Арустамов, Н.В.Косолапова, Н.А.Прокопенко, Г.В. Гуськов. – 17-е изд., стер. – Москва: Издательский центр «Академия», 2018. – 176 с. [3] с.- Библиогр.: с. 171-172.- 7000 экз.-ISBN 978-5-7695-8911-9.- Текст: непосредственный.
3. Побежимова, Е.Л. Основы безопасности жизнедеятельности [Текст]: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования/ Е.Л.Побежимова, Н.В.Косолапова, Н.А. Прокопенко. – 8-е изд., стер. – Москва: Издательский центр «Академия», 2017. – 288 с. [1] с.- Библиогр.: с. 283-284.- 5000 экз.-ISBN 978-5-7695-5288-8.- Текст: непосредственный.

Дополнительная литература:

1. ОБЖ. Все для учителя : научно- методический журнал/ учредитель ООО «ИГ Основа». - Москва, - 2019.- Текст : непосредственный.
2. ОБЖ. Научно-методический и информационный журнал/ учредитель ЗАО Издательство «Русский журнал».- Москва, - 2017.- Текст : непосредственный.
3. ОБЖ. Информационно-методическое издание для преподавателей/ учредитель Министерство РФ по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий, Российский фонд помощи при чрезвычайных ситуациях «Защита».- Москва, - 2018.- Текст : непосредственный.

Интернет-ресурсы:

1. Суворова, Г. М. Методика обучения безопасности жизнедеятельности : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. М. Суворова, В. Д. Горичева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 212 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09079-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/437647> (дата обращения: 28.08.2019).
2. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 313 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-04629-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/433348> (дата обращения: 28.08.2019).

ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

- Практическая работа № 1.** Анализ воздействия факторов (курение, алкоголь, наркомания), определяющих состояние здоровья человека.
- Практическая работа № 2.** Анализ деятельности Государственных служб по охране здоровья и безопасности граждан.
- Практическая работа № 3.** Анализ факторов сохранения репродуктивного здоровья, как составляющей части здоровья человека и общества.
- Практическая работа № 4.** Анализ проблем здоровья человека, на основе характеристики инфекций, передающихся половым путем и их профилактики.
- Практическая работа № 5.** Характеристика правовых основ семьи и брака.

ПЕРЕЧЕНЬ ВНЕУРОЧНЫХ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАБОТ

- | | | |
|----------|--|---|
| ВСР № 1. | Проработка конспекта по теме: «Здоровье и здоровый образ жизни. Факторы, способствующие укреплению здоровья». | 2 |
| ВСР № 2. | Выполнение письменного сообщения по теме: «Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика». | 2 |
| ВСР № 3. | Выполнение реферата по теме: «ЗОЖ – основа физического и нравственного здоровья». | 5 |
| ВСР № 4. | Составление плана – конспекта по теме: «ЧС природного и техногенного характера, вероятные для нашей местности». | 2 |
| ВСР № 5 | Подготовить сообщение по теме: «Современные средства поражения и их поражающие факторы». | 2 |
| ВСР № 6 | Подготовить сообщение по теме: «Ранние половые связи, их последствия для здоровья. Инфекции, передаваемые половым путём, и их профилактика». | 3 |
| ВСР № 7 | Проработка конспекта по теме: «Основы семейного права в РФ. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребёнка». | 2 |
| ВСР № 8 | Проработка конспекта по теме: «Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем». | 2 |

Внеаудиторные самостоятельные работы по учебной дисциплине БД.09 Основы безопасности жизнедеятельности.

№ п/п	Наименование раздела, темы	Виды самостоятельных работ	Время на вып. сам. раб.	Виды контроля	Срок контроля
1.	Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья	Проработка конспекта по теме: Здоровье и здоровый образ жизни. Факторы, способствующие укреплению здоровья.	2 часа	Проверка тетради	1 семестр
2.		Выполнение письменного сообщения по теме: Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика.	2 часа	Проверка тетради, устный опрос	1 семестр
3.		Выполнение реферата по теме: ЗОЖ – основа физического и нравственного здоровья.	5 часов	Защита реферата	1 семестр

4.	Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	Составление плана – конспекта по теме: ЧС природного и техногенного характера, вероятные для нашей местности.	2 часа	Проверка тетради	2 семестр
5.		Подготовить сообщение по теме: Современные средства поражения и их поражающие факторы.	2 часа	Проверка тетради, устный опрос	2 семестр
6.	Раздел 3 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	Подготовить сообщение по теме: Ранние половые связи, их последствия для здоровья. Инфекции, передаваемые половым путём, и их профилактика.	3 часа	Проверка тетради, устный опрос	2 семестр
7.		Проработка конспекта по теме: Основы семейного права в РФ. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребёнка».	2 часа	Проверка тетради	2 семестр
8.		Проработка конспекта по теме: Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем.	2 часа	Проверка тетради	2 семестр
	Итого:		20 ч		