

Министерство образования, науки и молодежи Республики Крым  
Государственное бюджетное профессиональное  
образовательное учреждение Республики Крым  
«РОМАНОВСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИНДУСТРИИ ГОСТЕПРИИМСТВА»

---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Профессия: 43.01.01 Официант, бармен



г. Симферополь, 2022

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе требований:

– Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 г. № 413);

– Примерной программы общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», одобренной научно-методическим советом Центра профессионального образования ФГАУ «ФИРО» и рекомендованной для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (Протокол № 3 от 21 июля 2015г.);

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины разработана для профессии социально-экономического профиля 43.01.01 Официант, бармен, входящей в укрупненную группу специальностей 43.00.00 Сервис и туризм.

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Республики Крым «Романовский колледж индустрии гостеприимства».

Разработчики:

Галицкий К.М., педагог-организатор ОБЖ;

Никишин А.Ю., преподаватель РКИГ;

Тишин И.В., ведущий специалист ГО, преподаватель РКИГ;

РАССМОТРЕНО на заседании ЦМК общеобразовательных дисциплин

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

Председатель ЦМК \_\_\_\_\_ И.И. Насырова

УТВЕРЖДЕНО методическим советом

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

Председатель методического совета \_\_\_\_\_ М.И. Пальчук

СОГЛАСОВАНО

Заведующий отделением общеобразовательной  
подготовки \_\_\_\_\_ И.И. Насырова

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Методист \_\_\_\_\_ Я.А. Донченко

«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

© Галицкий К.М., Никишин А.Ю., Тишин И.В. – авторы-составители

## СОДЕРЖАНИЕ

	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	стр. 4
1.	ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	18
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	19

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения данной дисциплины в образовательной организации среднего профессионального образования ГБПОУ РК «Романовский колледж индустрии гостеприимства» в пределах освоения образовательной программы среднего профессионального образования на базе основного общего образования при подготовке специалистов среднего звена.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой специальности среднего профессионального образования.

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучает риски производственной, природной, социальной, бытовой, городской и других сред обитания человека как в условиях повседневной жизни, так и при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного, природного и социального характера. Данная дисциплина является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности.

Изучение дисциплины завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации обучающихся в процессе освоения ОПОП СПО с получением среднего общего образования (ППССЗ).

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

## **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы (далее ОПОП) подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по профессии СПО 43.01.01 Официант, бармен, входящей в укрупненную группу 43.00.00 Сервис и туризм.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП:** учебная дисциплина является базовой и входит в группу общеобразовательных дисциплин среднего общего образования

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

Содержание программы дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» 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 обеспечивает достижение обучающимися следующих **результатов**:

### **личностных:**

- осознающий себя гражданином и защитником великой страны;
- проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций;
- 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;
- проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда; стремящийся к формированию в сетевой среде личностно и профессионального конструктивного «цифрового следа»;
- демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России;
- проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях;
- осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах

деятельности;

- проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп; сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства;
- 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;
- заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой;
- проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры;
- принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.

**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 вырабатывать 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 программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 117 часов, в том числе:

– обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 78 часа;

– самостоятельной работы обучающегося – 39 часов.



## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	117
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	78
в том числе:	
практические занятия	17
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	38
в том числе:	
проработка конспектов занятий, учебной основной и дополнительной литературы	38
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	

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

Наименование разделов и тем	№ п/п	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Домашнее задание	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4	5	6
<b>Введение</b>	1.	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности – современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО.	О.1, с. 6-12	1	1
<b>Раздел 1.</b>	<b>Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>			<b>15</b>	
<b>Тема 1.1.</b> Здоровье и здоровый образ жизни	<b>Содержание учебного материала</b>				
	2.	Общие понятия о здоровье.	О.1, с. 20-22	1	1
	3.	Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	О.1, с.23-24	1	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Проработка конспектов занятий, учебной основной и дополнительной литературы (по вопросам к разделам и темам);	М.У. к сам.раб.	2	3
<b>Тема 1.2.</b> Факторы, способствующие укреплению здоровья	<b>Содержание учебного материала</b>				
	4.	Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха.	О.1, с. 24-31	1	1
	5.	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.	О.1, с. 32-37	1	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Проработка конспектов занятий, учебной основной и дополнительной литературы (по вопросам к разделам и темам);	М.У. к сам.раб.	2	3
<b>Тема 1.3.</b> Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	<b>Содержание учебного материала</b>				
	6.	Основные источники загрязнения окружающей среды.	Д.17, ознакомиться	1	1
	7.	Техносфера как источник негативных факторов.	Д.17, составить конспект	1	

		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Проработка конспектов занятий, учебной основной и дополнительной литературы (по вопросам к разделам и темам);	М.У. к сам.раб.	2	3
<b>Тема 1.4.</b> Вредные привычки и их профилактика	<b>Содержание учебного материала</b>				
	8.	Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.	О.1, с.38-41	1	1
	9.	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.	О.1, с. 42-45	1	
	10.	Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам.	О.1, с. 45-48	1	
	11.	Профилактика наркомании.	Д. 18, ознакомиться	1	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Проработка конспектов занятий, учебной основной и дополнительной литературы (по вопросам к разделам и темам);	М.У. к сам.раб.	2	3
<b>Тема 1.5.</b> Правила и безопасность дорожного движения	<b>Содержание учебного материала</b>				
	12.	Модели поведения пешеходов, велосипедистов при организации дорожного движения.	Д.16, ознакомиться	1	1
	13.	Модели поведения водителей транспортных средств и пассажиров	Д. 17, ознакомиться	1	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Проработка конспектов занятий, учебной основной и дополнительной литературы (по вопросам к разделам и темам);	М.У. к сам.раб.	2	3
<b>Тема 1.6.</b> Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества	<b>Содержание учебного материала</b>				
	14.	Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него.	О.1, с. 48-52	1	1
	15.	Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.	О.1, с. 52-55	1	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Выполнение докладов. Темы: «Роль физической культуры в сохранении здоровья», «Пути сохранения репродуктивного здоровья общества»	М.У. к сам.раб.	2	3
<b>Тема 1.7.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>				

Правовые основы взаимоотношения полов	16.	Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».		O.1, с.55-56	1	1
Раздел 2.	Государственная система обеспечения безопасности населения				16	
Тема 2.1. Общие понятия и классификация ЧС	Содержание учебного материала				1	1
	17.	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.		O.1, с. 60-68		
Тема 2.2. Характеристика чрезвычайных ситуаций	Содержание материала				1	1
	18.	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.).		O.1, с. 68-90		
	Самостоятельная работа обучающихся			М.У. к сам.раб.	2	3
	Выполнение докладов на темы: «Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания», «Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания»					
Тема 2.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС	Содержание материала				1	1
	19.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). История ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.		O.1, с. 91-95 с. 96-98		
	Самостоятельная работа обучающихся			М.У. к сам.раб.	2	3
	Выполнение доклада на тему: «Терроризм как основная социальная опасность современности»					
Тема 2.4. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	Содержание материала				1	1
	20.	Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной.		O.1, с. 99-101		
	21.	Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.		O.1, с. 102-104	1	
	Самостоятельная работа обучающихся			М.У. к сам.раб.	2	3
Выполнение доклада на тему: «Оповещение и информирование населения об						

		пасности»				
<b>Тема 2.5.</b> Современные средства поражения и их поражающие факторы	<b>Практические занятия</b>			1	2	
	22.	Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.	О.1, с. 105-109			
	23.	Отработка нормативов по надевания противогаза и ОЗК.	О.1, с. 110-112			
<b>Тема 2.6.</b> Инженерная защита, виды защитных сооружений	<b>Содержание материала</b>			1	1	
	24.	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.	О.1, с. 113-123			
<b>Тема 2.7.</b> Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ	<b>Содержание материала</b>			1	1	
	25.	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.	О.1, с. 124-127			
<b>Тема 2.8.</b> Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций	<b>Содержание материала</b>			1	1	
	26.	Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств РФ по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.	О.1, с. 128-129			
	27.	Прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения при ЧС.	Д.13, конспект	1		
	28.	Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.	Д.14, ознакомиться	1		
	29.	Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	Д.14, сост. конспект	1		
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		М.У. к сам.раб.	2	3
		Выполнение доклада на тему: «Правовые и организационные основы обеспечения безопасности населения»				
<b>Тема 2.9.</b> Правила безопасного поведения при угрозе теракта	<b>Содержание материала</b>			1	1	
	30.	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.	О.1, с. 130			
	31.	Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.	О.1, с. 130-134			1

<b>Тема 2.10.</b> Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	<b>Содержание материала</b>			1	1
	32.	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.	О.1, с. 135-145		
<b>Раздел 3.</b>	<b>Основы обороны государства и воинская обязанность</b>			<b>21</b>	
<b>Тема 3.1.</b> История создания Вооруженных Сил России	<b>Содержание материала</b>				
	33.	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.	О.1, с. 146-155	1	1
	34.	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.	О.1, с. 146-155	1	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Выполнение доклада на тему: «Военная служба как особый вид федеральной государственной службы»	М.У. к сам.раб.	2	3
<b>Тема 3.2.</b> Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации	<b>Содержание материала</b>				
	35.	Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура.	О.1, с. 156-161	1	1
	36.	Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура.	О.1, с. 162-163	1	
	37.	Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура.	О.1, с. 164-168	1	

	38.	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 Росси. Их состав и предназначение.	О.1, с. 169-171	1	
<b>Тема 3.3.</b> Воинская обязанность	<b>Содержание материала</b>				
	39.	Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету.	О.1, с. 172-177	1	2
	40.	Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.	О.1, с. 172-177	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		М.У. к сам.раб.	2	3
	Выполнение докладов на темы: «Патриотизм и верность воинскому долгу», «Дни воинской славы России»				
<b>Тема 3.4.</b> Обязательная подготовка граждан к военной службе	<b>Содержание материала</b>				
	41.	Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта. Обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.	О.1, с. 178	1	2
<b>Тема 3.5.</b> Призыв на военную службу	<b>Содержание материала</b>				
	42.	Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.	О.1, с. 179-187	1	2
<b>Тема 3.6.</b>	<b>Содержание материала</b>				

Прохождение военной службы по контракту	43.	Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.	О.1, с. 192-203	1	2		
Тема 3.7. Альтернативная гражданская служба	Содержание материала			1	2		
	44.	Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.	О.1, с. 204-210				
Тема 3.8. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества	Содержание материала			1	2		
	45.	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. Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности.	Д. 19, составить конспект				
	46.	Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.	Д.12, составить конспект	1			
		Самостоятельная работа обучающихся		М.У. к сам.раб.		2	3
		Выполнение доклада на тему: «Символы воинской чести»					
Тема 3.9. Воинская дисциплина и ответственность	Содержание материала			1	2		
	47.	Единоначалие – принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).	О.1, с. 217-216				



	48.	Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.	О.1, с. 211-213	1	2	
<b>Тема 3.10.</b> Как стать офицером Российской армии	<b>Содержание материала</b>			1	2	
	49.	Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.	О.1, с. 224-234			
<b>Тема 3.11.</b> Боевые традиции Вооруженных Сил России	<b>Содержание материала</b>			1	2	
	50.	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.	О.1, с. 235-238			
	51.	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.	Д.23, составить конспект	1	3	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	М.У. к сам.раб.	2		
		Выполнение доклада на тему: Дни воинской славы России«»				
<b>Тема 3.12.</b> Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	<b>Содержание материала</b>			1	2	
	52.	Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	О.1, с. 239-242			
	53.	Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки	О.1, с. 243-253	1	3	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		М.У. к сам.раб.		2
		Выполнение докладов на темы: «Города – герои Российской Федерации», «Города воинской славы России»				

Раздел 4.	Основы медицинских знаний			20	
Тема 4.1. Понятие первой помощи	Содержание материала			1	2
	54.	Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни.	О.1, с. 254		
	55.	Общие правила оказания первой помощи.	Д. 17, сост. конспект		
Тема 4.2. Понятие травм и их виды	Содержание материала			1	2
	56.	Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов.	О.1, с. 258-260		
	57.	Первая помощь при травмах различных областей тела.	О.1, с. 257		
		Самостоятельная работа обучающихся	М.У. к сам.раб.	2	3
		Выполнение доклада на тему: «Оказание первой помощи при бытовых травмах»			
Тема 4.3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания	Содержание материала			1	2
	58.	Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.	О.1, с. 271-273		
Тема 4.4. Понятие и виды кровотечений	Содержание материала			1	2
	59.	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.	О.1, с. 273-277		
	60.	Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения. Изучение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. Освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	О.1, с. 273-277		
Тема 4.5. Первая помощь при ожогах	Содержание материала			1	2
	61.	Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.	О.1, с. 278-289		
Тема 4.6. Первая помощь при воздействии низких	Содержание материала			1	2
	62.	Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений	О.1, с. 290-292		

температур						
<b>Тема 4.7.</b> Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути	<b>Содержание материала</b>			1	2	
	63.	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.	О.1, с. 293-294			
<b>Тема 4.8.</b> Первая помощь при отравлениях	<b>Содержание материала</b>			1	2	
	64.	Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.	О.1, с. 295-296			
<b>Тема 4.9.</b> Первая помощь при отсутствии сознания	<b>Содержание материала</b>			1	2	
	65.	Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти.	О.1, с. 297-300			
	66.	Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.	О.1, с. 297-300	1		
<b>Тема 4.10.</b> Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика	<b>Содержание материала</b>					
	67-68.	Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.	О.1, с. 301-313	1 1	2	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>		М.У. к сам.раб.	3	3
		Выполнение доклада на тему: Профилактика инфекционных заболеваний. СПИД – чума 21 века.				
<b>Тема 4.11.</b> Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка	<b>Содержание материала</b>			1 1	2	
	69-70.	Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.	О.1, с. 314-322			
<b>Тема 4.12.</b> Основы ухода за младенцем	<b>Содержание материала</b>			1 1	2	
	71-72.	Физиологические особенности развития новорожденных детей. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.	О.1, с. 323-329			
	73-74.	Основные мероприятия по уходу за младенцами. Ежедневный уход за новорожденным.	О.1, с.327	1 1		
	75-	Еженедельный уход за новорожденным.	О.1, с.328-329	1		

	76.				
		<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	М.У. к сам.раб.	3	3
		Выполнение докладов на темы: «Рождение ребенка – высшее чудо на Земле», «Политика государства по поддержке семьи»			
<b>Промежуточная аттестация</b>	77- 78	<b>Дифференцированный зачет</b>		<b>2</b>	<b>3</b>
<b>Всего</b>				<b>78</b>	

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 программы учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Основы безопасности жизнедеятельности».

### Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- помещение для рационального размещения и хранения учебного оборудования;
- учебники;
- комплект учебно-наглядных пособий;
- методические разработки уроков и внеклассных мероприятий.

Технические средства обучения:

- переносной мультимедиа-проектор;
- ноутбук.

### 3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы, Интернет-ресурсов.

### Основные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования / Н.В.Косолапова, Н.А.Прокопченко. – 6-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2019. – 368 с. – ISBN 978-5-4468-7894-9

Дополнительные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности / Т.А.Хван, П.А.Хван. – Изд. 2-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2018. – ISBN 978-5-222-30493-8

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.school-obz.org/> - Интернет журнал ОБЖ. Основы Безопасности Жизнедеятельности. Журнал МЧС России
2. [http://window.edu.ru/window/catalog?p\\_rubr=2.1.15](http://window.edu.ru/window/catalog?p_rubr=2.1.15) - Каталог по основам безопасности жизнедеятельности единого окна доступа к образовательным ресурсам
3. <http://shkolazhizni.ru/tag/%E1%E5%E7%E8%E9%F0%F1%ED%EE%F1%F2%FC/> - Статьи по теме «Безопасность» на сайте «ШколаЖизни.ру»
4. <http://www.rusedu.info/Article958.html> - Егоров Б.В. Методические рекомендации для учителя ОБЖ по использованию ИКТ
5. <http://www.fireevacuation.ru/pravila-povedeniya.php> - Правила поведения при различных экстремальных ситуациях, связанных с пожаром

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

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, дифференцированного зачета.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Основные показатели оценки результата</b>
<b>личностные</b>	
развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;	- демонстрация 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;	- демонстрация готовности к служению Отечеству, его защите;
формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;	- осознание потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);	- демонстрация исключения 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;	- демонстрация 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;	- демонстрация приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
<b>метапредметные</b>	
овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности;	- формулирование личных понятий о безопасности;
анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;	- учет всех факторов при анализе причин возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;	- анализировать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;
выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;	- анализ причинно-следственных связей 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;	- способность 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	- способность умения воспринимать и

перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;	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;	- способность 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;	- демонстрация 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;	- демонстрация 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;	- оценка опасности возникновения 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;	- демонстрация умения применять полученные теоретические знания на практике;
принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;	- способность принимать обоснованные решения и вырабатывать 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;	- анализ явления и события природного, техногенного и социального характера, выявления причины их возникновения и определение возможных последствий, проектирование модели личного безопасного поведения;
развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;	- способность 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;	- демонстрация 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;	- демонстрация локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

формирование установки на здоровый образ жизни;	- демонстрация способности вести здоровый образ жизни;
развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;	- демонстрация необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;
<b>предметные</b>	
сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;	- демонстрация культуры безопасности жизнедеятельности, культуры экологической безопасности;
получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;	- понимание 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;	- отрицание 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;	- демонстрация способности вести здоровый образ жизни;
освоение знания о распространенных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;	- понимание сущности опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;	- демонстрация способности вести здоровый образ жизни;
развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;	- демонстрация знания основных мер защиты 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;	- анализ факторов, которые могут привести к возникновению опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также различным информационным источникам;
развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать	- демонстрация умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного



модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;	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;	- понимание 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;	- понимание 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;	- понимание 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;	- демонстрация способности оказывать первую помощь пострадавшим