

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
«АЛЕКСЕЕВСКОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ УЧИЛИЩЕ»**


Утверждаю
Заместитель директора
по учебной работе
Иванова **К.Ф.Иванова/**
«21» апреля **2017 года**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОУД 09.«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ЦИКЛА
ПРОГРАММ(Ы) ПОДГОТОВКИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ
РАБОЧИХ, СЛУЖАЩИХ ПО ПРОФЕССИЯМ(ПРОФЕССИИ) 35.01.23
«ХОЗЯЙКА (ИН) УСАДЬБЫ»**

п Авангард

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ...	4
2.	СТРУКТУРА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ...	6
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	22
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	25
	

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1.1. Область применения примерной программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессии среднего профессионального образования (СПО) 35.01.23 «Хозяйка (ин) усадьбы»

Программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки) и профессиональной подготовке по профессиям начального профессионального образования технического профиля.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Примерной программы среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: предмет ОБЖ является общеобразовательным и относится к образовательной области «Физическая культура».

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

Цель дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» - вооружить будущих выпускников СПО теоретическими знаниями и практическими навыками, необходимыми для:

- разработки и реализации мер защиты человека и среды обитания от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- прогнозирования развития и оценки последствий чрезвычайных ситуаций;
- принятия решений по защите населения и территорий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и применения современных средств поражения, а также принятия мер по ликвидации их воздействий;
- выполнения конституционного долга и обязанности по защите Отечества в рядах Вооруженных сил РФ;
- своевременного оказания доврачебной помощи.

По итогам изучения курса ОБЖ выпускники должны знать

- основы здорового образа жизни и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье, вредные привычки и их профилактику;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основы безопасной жизнедеятельности в опасных и чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного происхождения;
- основные задачи РСЧС и гражданской обороны;
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности населения и порядок взаимодействия населения с этими службами;

По итогам изучения курса ОБЖ выпускники должны уметь и применять в практической деятельности и повседневной жизни:

- правильно действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;

- выполнять правила дорожного движения (в части правил, касающейся пешехода, велосипедиста, водителя мопеда);
- правильно пользоваться бытовыми приборами и инструментами, бытовыми приборами контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- соблюдать меры предосторожности и правила поведения пассажиров в общественном транспорте;
- соблюдать меры предосторожности и правила поведения в криминогенной ситуации и в местах большого скопления людей, применять элементарные способы самозащиты в конкретной ситуации криминогенного характера;
- проявлять бдительность и правильно действовать в случае угрозы террористического акта;
- правильно пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, индивидуальной медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь в неотложных случаях;
- ориентироваться на местности, подавать сигналы бедствия, добывать огонь, воду и пищу, строить укрытие (жилище) в случае вынужденного (автономного) пребывания в природной среде;
- правильно действовать в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного происхождения;
- правильно действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей, ценностей и продуктов питания в случае эвакуации населения;
- обращаться за помощью в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Требования к результатам освоения программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих:

5.1. Выпускник, освоивший ППКРС, 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, исходя из цели и способов её достижения, определённых руководителем.

ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

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 в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Организовывать собственную деятельность с соблюдением требований охраны труда и экологической безопасности.

ОК 8. Осуществлять денежные операции..

ОК 9 Добиваться соблюдения своих социально-трудовых прав в рамках закона.

ОК 10. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

5.2. Выпускник, освоивший ППКРС, должен обладать профессиональными компетенциями, соответствующими видам деятельности:

5.2.1. Уход за сельскохозяйственными животными, производство, хранение и переработка продукции животноводства в сельской усадьбе:

- ПК 1.1. Планировать сельскохозяйственные работы в сельской усадьбе.
- ПК 1.2. Выполнять механизированные и немеханизированные работы по уходу за сельскохозяйственными животными в сельской усадьбе.
- ПК 1.3. Вести технологический процесс приготовления и раздачи кормов с использованием сельскохозяйственных машин и оборудования.
- ПК 1.4. Осуществлять доение коров с соблюдением необходимых зоогигиенических и ветеринарных требований.
- ПЕ 1.5. Проводить подготовку продукции животноводства к реализации или использованию.
- ПК 1.6. Осуществлять переработку молока в сельской усадьбе.
- ПК 1.7. Осуществлять переработку мяса в сельской усадьбе.
- 5.2.2. Производство, хранение и переработка продукции растениеводства в сельской усадьбе:
- ПК 2.1. Планировать работы в садк, огороде, плодовом питомнике.
- ПК 2.2. Выращивать сельскохозяйственные культуры в сельской усадьбе в открытом и закрытом грунте в соответствии с агро технологиями.
- ПК 2.3. Проводить уборку и первичную обработку урожая сельскохозяйственных культур.
- ПК 2.4. Хранить продукцию растениеводства в сельской усадьбе.
- ПК 2.5. Проводить подготовку продукции растениеводства к реализации или использованию.
- ПК 2.6. Заготавливать плоды, ягоды, овощи, грибы.
- 5.2.3. Кулинарное приготовление пищи и контроль качества блюд:
- ПК 3.1. Составлять однодневный и перспективный заказ на продукты в соответствии с потребностями лиц, проживающих в сельской усадьбе.
- ПК 3.2. Подготавливать к работе и убирать рабочее место, помещение, оборудование для приготовления пищи.
- ПК 3.3. Выбирать и обрабатывать качественное сырьё для приготовления пищи и напитков средней сложности с учётом их энергетической ценности.
- ПК 3.4. Приготавливать горячие, холодные блюда, закуски, напитки и изделия из теста.
- ПК 3.5. Порционировать и подготавливать блюда для подачи.
- ПК 3.6. Готовить помещение для приёма пищи, сервировать стол.
- 5.2.4. Ведение оперативного учёта имущества, обязательств, финансовых и хозяйственных операций в сельской усадьбе:
- ПК 4.1. Проводить учёт объёма готовой продукции, расходов сырья, материалов, топлива, энергии, потребляемых в сельскохозяйственном производстве сельской усадьбы.
- ПК 4.2. Проводить учёт приобретённой продукции по отраслям.
- ПК 4.3. Анализировать хозяйственно-финансовую деятельность сельской усадьбы.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины: максимальная учебная нагрузка обучающегося 108 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 72 часов; самостоятельной работы обучающегося 36 часов.

2. СТРУКТУРА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	108
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	72
в том числе:	
практические занятия	14
контрольные работы	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	36
Тематика внеаудиторной самостоятельной работы: 1. Выполнение моделей: структуры организации гражданской обороны на промышленном объекте в соответствии с получаемой специальностью. 2. Выполнение практических заданий на отработку навыков оказания первой помощи при ранениях. 3. Подготовка сообщений на темы: - Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности по получаемой специальности, принципы и меры снижения вероятности их реализации, устранения их последствий. - Опасные ситуации мирного времени. Терроризм. - Применение получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы. 4. Подготовка рефератов на темы: - «Возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций на производстве, их устранение (в соответствии с выбранной профессией)»; - Военно-учетные специальности, родственные полученной профессии. - Моя профессия в армии РФ. - Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные профессиям НПО 5. Подготовка презентаций на темы: - Применение первичных средств пожаротушения. - Производственные травмы и оказание первой медицинской помощи.	
Итоговая аттестация в форме зачета	

2.2. Пояснительная записка

Курс ОБЖ направлен на ознакомление учащихся с общими характеристиками различных чрезвычайных ситуаций, их последствиями, а также на приобретение ими знаний и умений по защите жизни и здоровья в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций.

В процессе изучения данного курса учащиеся ознакомятся с организацией Российской системы защиты населения от последствий чрезвычайных ситуаций, получат необходимые знания об обороне государства и о воинской обязанности граждан, приобретут практические навыки по гражданской обороне, оказанию само- и взаимопомощи и знания по основам здорового образа жизни.

При реализации программы основное внимание обращается на выработку у обучающихся психологической устойчивости поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях, бережного отношения к себе и окружающей среде.

Структурно программа курса ОБЖ состоит из трёх содержательных линий: безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях; основы медицинских знаний и здорового образа жизни; основы военной службы.

Программа ориентирована на достижение следующих целей:

- освоение знаний 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;
- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;
- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;
- воспитание ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни;
- использование приобретенных знаний и умений для решения практических задач повседневной жизни.

Курс ОБЖ является естественным продолжением аналогичного курса основной школы и соответствует курсу ОБЖ для 10-11-х классов, но ввиду специфики профессионального образования имеет свои особенности.

В соответствии с ФГОС третьего поколения обязательной частью профессионального цикла является изучение дисциплины «Безопасность жизнедеятельности». 70% аудиторных часов данного курса посвящены теме «Основы военной службы». Поэтому в данной программе изучение этой темы не предусмотрено.

Кроме того, в программу не вошли вопросы промышленной безопасности, связанные с получаемой студентами специальностью или профессией, так как они также будут изучаться в курсе «Безопасность жизнедеятельности».

Программа направлена на формирование у выпускников, освоивших ОПОП НПО, общих компетенций, включающими способность: работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами; исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

Обучение строится на основе традиционной системы обучения с применением технологий ИКТ, проблемного, практико-ориентированного и личностно-

ориентированного обучения. Особенное внимание уделяется приемам работы с книгой, другими источниками информации, например, Internet.

Подготовка обучающихся по вопросам безопасности жизнедеятельности проводится также в форме инструктажей (или специальных занятий) перед началом всех видов трудовой

деятельности: при трудовой и профессиональной подготовке, организации общественно-полезного и производительного труда, производственной практики, при проведении экскурсий на производство.

Используются различные формы организации занятий: коллективная, индивидуальная, парная, групповая.

Так как не все учащиеся умеют работать с источниками информации, а именно выбирать главное, составлять конспекты, кратко отвечать на поставленные вопросы, при организации самостоятельной работы оказывается студентам консультативная помощь, а так же используются вопросники, алгоритмы работы с текстами для повышения ее эффективности.

При проведении практических занятий по теме «Первая медицинская помощь», студенты работают в парах и группах, получая необходимые консультации.

Консультативная помощь оказывается и при подготовке студентами рефератов, выполнении самостоятельных работ.

Для организации данной работы созданы и используются различные алгоритмы работы, создан банк индивидуальных заданий, инструкций по охране труда, банк видео материалов и рефератов.

На занятиях по БЖ для контроля уровня усвоения используется фронтальный опрос, проведение диктантов по итогам изучения некоторых тем, разделов, проведение самостоятельных работ по подготовке рефератов и их защита. По итогам изучения раздела - написание контрольной работы.

В программе предусмотрено проведение рубежного контроля по всем ее блокам и разделам.

2.3. Тематический план курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

Наименование разделов и тем	Максимальная учебная нагрузка студента, час.	Кол-во аудиторных часов			Самостоятельная работа студента	Уровень освоения
		все го	теорет ически е	практи ческие		
Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	54	36	32	4	18	
Блок 1. Характеристика опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	25.0	17	16	2	8.0	
Тема 1.1. Общая характеристика опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; поведение человека в этих ситуациях.	16.0	11	9	2	5.0	
1.1.1. Виды жизненных ситуаций, в которых	1	1	1			2

может находиться человек в процессе реализации своей жизнедеятельности.						
1.1.2. Общая характеристика наиболее важных явлений природы, способствующих возникновению опасных и чрезвычайных ситуаций.	3	1	1		1	2
1.1.3. <i>Практическое занятие:</i> Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного или техногенного характера.	1	1		1		2
1.1.4. Краткая характеристика влияния процессов деятельности человека на возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций. Краткая характеристика опасных ситуаций социального характера.	1	1	1			2
1.1.5. Криминогенная опасность. Краткая характеристика видов наказаний, назначаемых несовершеннолетним.	1	1	1			2
1.1.6. Общая характеристика правил поведения в общественном транспорте, на дороге.	1	1	1			2
1.1.7. <i>Практическое занятие:</i> Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.	1	1		1		2
1.1.8. Хулиганство, вандализм. Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.	2	1	1		1	2
1.1.9. Автономное существование в природе.	2	1	1			2
1.1.10. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности проживания учащихся чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера и правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации.	3	2	2			1
Тема 1.2. Проблемы экологии и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека в среде его обитания.	6	4	4		2	
1.2.1. Экология (понятие). Взаимодействие организмов друг с другом - биотические факторы.	1	1	1			2
1.2.2. Биосфера как экосистема высшего порядка	1	1	1			1
1.2.3. Краткая характеристика биогеоценоза, наиболее характерного для региона проживания учащихся. Роль агроценозов в жизни человека.	2	1	1		1	1,2
1.2.4. Параметры качества среды (наличие в среде различных загрязнителей). Понятие о ПДК (предельно допустимой концентрации) загрязнителя.	2	1	1		1	1
Тема 1.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Правовые основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в Российской Федерации.	4	2	2		2	
1.2.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных	3	1	1		2	2,1

ситуаций						
1.2.2. КТ. Контрольная работа по темам 1.2. и 1.3.	1	1	1			
<u>Блок 2.</u> Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.	28.0	19	17	2	9.0	
Тема 1.4. Общая характеристика гражданской обороны и её задач. Современные средства поражения и их характеристика.	12	8	8		4	
1.4.1. Гражданская оборона (ГО) (понятие). Структура ГО и её задачи. Организация и структура управления ГО.	1	1	1			1
1.4.2. Виды средств массового поражения: ядерное, химическое, бактериологическое оружие и современные традиционные средства поражения.	3	1	1		1	2
1.4.3. Общая характеристика ядерного оружия и его боевых свойств.	2	1	1		1	2
1.4.4. Краткая характеристика поражающих факторов ядерного взрыва. Краткая характеристика химического оружия, способов и признаков его применения.	3	2	1			2
1.4.5. Классификация отравляющих веществ. Бинарные химические боеприпасы.	1	2	1			1
1.4.6. Способы и признаки применения бактериологического (биологического) оружия. Общая характеристика современных традиционных средств массового поражения.	2	1	1			2
1.4.7. Осколочные, шариковые, фугасные боеприпасы. Боеприпасы объемного взрыва. Зажигательное и высокоточное оружие.	1	1	1			1
Тема 1.5. Основные мероприятий гражданской обороны по защите населения от последствий чрезвычайных и опасных ситуаций мирного и военного времени.	16.0	11	9	5.0		
1.5.1. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.	1	1	1			2
1.5.2. Средства индивидуальной защиты. Средства защиты кожи, их применение.	2	2	1			3
1.5.3. <i>Практическое занятие:</i> Отработка умений применения индивидуальных средств защиты.	1	1		1		3
1.5.4. Защитные сооружения ГО	1	1	1			2
1.5.5. Краткая характеристика спасательных и других неотложных работ в очагах поражения.	1	1	1			2
1.5.6. Санитарная обработка людей, обеззараживание одежды, обуви и средств защиты.	1	1	1			3
1.5.7. Краткая характеристика особенностей химической разведки и дозиметрического контроля и приборов их осуществляющих.	1	1	1			2
1.5.8. Эвакуация населения.	1	1	1			1
1.5.9. Обязанности и правила поведения людей при эвакуации. Краткая характеристика	4	2	2			2

защитных сооружений ГО, имеющих на Объекте, их оборудования, содержания и эксплуатации.						
1.5.10. <i>Практическое занятие:</i> Отработка правил эвакуации населения.	3	1		1		2
Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	51	34	31	3	17	
Тема 2.1. Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях.	15	10	8	2	5	
2.1.1. Ранения, их виды. Повязка и перевязка.	1	1	1			1,2
2.1.2. Правила наложения стерильных повязок на голову и грудь, на живот и верхние конечности, на промежность и нижние конечности.	2	1	1		1	2,3
2.1.3. Кровотечения и их виды. Способы временной остановки кровотечений.	1	1	1			2
2.1.4. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и закрутки из подручных средств. Помощь при большой потере крови.	1	1	1			2,1
2.1.5. <i>Практическое занятие:</i> Оказание первой медицинской помощи при ранениях и нарушениях опорно-двигательного аппарата и кровотечениях.	1	1		1		2
2.1.6. Краткая характеристика повреждений внутренних органов. Первая медицинская помощь при повреждении внутренних органов.	1	1	1			2
2.1.7. Общая характеристика воздействия холода на организм человека. Тепловой и солнечный удары, первая помощь при них.	1	1	1			2
2.1.8. <i>Практическое занятие:</i> Оказание первой медицинской помощи при обморожениях, ожогах, тепловых ударах, утопающему.	1	1		1		2
2.1.9. Поражение человека электрическим током. Оказание первой медицинской помощи утопающему.	1	1	1			2
2.1.10. Болезнетворные микроорганизмы. Профилактика инфекционных болезней.	1	1	1			2,1
Тема 2.2. Меры по профилактике производственных травм и оказание первой медицинской помощи.	10,0	7	6	1	3,0	
2.2.1. Общая характеристика наиболее часто встречающихся травм.	1	1	1			1
2.2.2. Ушиб, вывих, растяжение связок - понятия и оказание первой медицинской помощи. Травматический шок - понятие, профилактика.	2	1	1		1	2
2.2.3. Переломы костей - понятие, виды, признаки. Осложнения при переломах. Травматический шок - профилактика.	2	1	1		1	2
2.2.4. Способы оказания первой медицинской помощи при переломах костей черепа, плечевого пояса, грудной клетки, верхних и	2	1	1		1	3

нижних конечностей, позвоночника и костей таза.						
2.2.5. Практическое занятие: Оказание первой медицинской помощи при ушибах, вывихах, растяжениях и переломах костей	1	1		1		3
2.2.6. Острая сердечная недостаточность, инсульт - понятие.	1	1	1			1
2.2.7. Способы определения остановки сердечной деятельности и прекращения дыхания. Способы искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.	1	1	1		1	2
Тема 2.3. Первая медицинская помощь при массовых поражениях.	3	2	2		1	
2.3.1. Краткая характеристика ситуаций, при которых возможно массовое поражение людей.	0,5	0,5	0,5			1
2.3.2. Особенности оказания первой медицинской помощи при массовых поражениях. Правила поведения в ситуациях, приводящих к массовым травмам.	2	1	1		1	2
Тема 2.4. Основы здорового образа жизни.	17	17	15			
2.4.1. Здоровье индивидуальное, общественное, физическое и духовное.	1	1	1			1
2.4.2. Здоровый образ жизни - понятие, его характеристика как средства сохранения индивидуального и общественного здоровья.	1	1	1			2,1
2.4.3. Общая характеристика здорового образа жизни как системы поведения человека.	1	1	1			1,2
2.4.4. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности.	1	1	1			2
2.4.5. Биологические ритмы жизни человека — понятие, их влияние на уровень жизнедеятельности.	1	1	1			1
2.4.6. Двигательная активность — понятие, характеристика её роли для сохранения здоровья.	1	1	1			2
2.4.7. Характеристика влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья.	1	1	1			1
2.4.8. Рациональное питание — понятие и характеристика его роли. Сбалансированное питание. Вегетарианское, диетическое, лечебное, раздельное и видовое питание.	1	2	1			1
2.4.9. Вредные привычки - понятие, номенклатура, их влияние на здоровье индивидуума; социальные последствия.	1	1	1			2
2.4.10. Алкоголизм как следствие неумеренного употребления продуктов, содержащих этанол. Курение и его значение для ухудшения здоровья индивидуума. Влияние пассивного курения на здоровье.	2	2	1			2

2.4.11. Наркомания и токсикомания. Влияние наркотических и галлюциногенных веществ на организм человека, привыкание к наркотикам.	2	1	1			2
2.4.12. Брак, семья и их роль в сохранении и поддержании высокого уровня здоровья. Планирование семьи.	1	1	1			1
2.4.13. Аборты как негативное явление для здоровья женщины. СПИД: краткая характеристика заболевания, его влияния на организм человека, особенности передачи и профилактика.	1	1	1			2
2.4.14. Общая характеристика особенностей личной гигиены и её роли в поддержании и укреплении здоровья.	1	1	1			1
2.4.15. К. Т. Контрольная работа	1	1	1			
ИТОГО:	108	72	63	7	36	

4. Содержание учебной дисциплины

Гуманитарный профиль СПО (70 часов)

Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях

Блок 1. Характеристика опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)

Тема 1.1. Общая характеристика опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, правил поведения человека в этих ситуациях.

Студент должен знать:

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основы безопасной жизнедеятельности в опасных и чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного происхождения.

Студент должен уметь и применять в практической деятельности и повседневной жизни:

- выполнять правила дорожного движения (в части правил, касающейся пешехода, велосипедиста, водителя мопеда);
- соблюдать меры предосторожности и правила поведения пассажиров в общественном транспорте;
- соблюдать меры предосторожности и правила поведения в криминогенной ситуации и в местах большого скопления людей, применять элементарные способы самозащиты в конкретной ситуации криминогенного характера;
- ориентироваться на местности, подавать сигналы бедствия, добывать огонь, воду и пищу, строить укрытие (жилище) в случае вынужденного (автономного) пребывания в природной среде;
- правильно действовать в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного происхождения;
- обращаться за помощью в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Виды жизненных ситуаций, в которых может находиться человек в процессе реализации своей жизнедеятельности: оптимальные, обычные, экстремальные, опасные и чрезвычайные (понятия). Классификация опасных и чрезвычайных ситуаций по происхождению: природные, техногенные и социальные.

Общая характеристика наиболее важных явлений природы, способствующих возникновению опасных и чрезвычайных ситуаций: вулканизм, землетрясения, наводнения, цунами, вихри, смерчи, пыльные бури, снежные лавины, сели. Предсказания возможности возникновения этих явлений и характеристика мер, уменьшающих их негативное воздействие.

Краткая характеристика влияния процессов деятельности человека на возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций: аварии на транспорте (железнодорожном и автотранспорте); пожары естественного и антропогенного происхождения.

Краткая характеристика опасных ситуаций социального характера в местах массового скопления людей или встречи с хулиганами и насильниками на улице, в общественном транспорте, в подъезде дома, в лифте.

Криминогенная опасность (понятие). Характеристика правил безопасного поведения в местах повышенной криминогенной опасности - на рынке, стадионе, вокзале и т. д. Роль несовершеннолетних в возникновении опасных ситуаций.

Уголовная ответственность несовершеннолетних за инициацию в возникновении опасных ситуаций социального характера (понятие, особенности). Краткая характеристика видов наказаний, назначаемых несовершеннолетним.

Общая характеристика правил поведения в общественном транспорте, на дороге. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта.

Хулиганство, вандализм (понятия). Краткая характеристика видов хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого имущества, насилие над личностью).

Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

Автономное существование в природе (понятие).

Краткая характеристика наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного попадания человека в условия автономного существования в природе, а также мер профилактики и подготовки к безопасному поведению в условиях автономного существования. Правила ориентирования на местности, движение по азимуту, оборудование временного жилища, добыча огня, обеспечение себя водой и питанием, подача сигналов бедствия с использованием имеющихся сигнальных средств.

Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности проживания учащихся чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера и правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации.

Практические занятия:

1. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.

2. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного или техногенного характера.

Самостоятельная работа обучающихся.

1. Подготовка рефератов по темам: «Вулканизм», «Землетрясения», «Наводнения», «Цунами», «Вихри», «Смерчи», «Пыльные бури», «Снежные лавины», «Сели».

2. Подготовка сообщения по теме: Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

Тема 1.2. Проблемы экологии и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека в среде его обитания.

Студент должен уметь и применять в практической деятельности и повседневной жизни:

- правильно пользоваться бытовыми приборами и инструментами, бытовыми приборами контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- обращаться за помощью в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Экология (понятие). Взаимодействие организмов друг с другом - биотические факторы.

Биотические факторы - взаимодействие организмов с неорганической средой: влияние температуры, влажности, света, состава различных почв.

Краткая характеристика влияния биотических и биотических факторов на различные организмы, в том числе и на человека.

Краткая характеристика организменного, популяционно-видового, биогеоценотического и биосферного уровней организации жизни на планете Земля. Экосистема (понятие). Биосфера как экосистема высшего порядка (на планете Земля). Биосфера как совокупность всех биогеоценозов Земли. Оболочки Земли и место биосферы среди них.

Краткая характеристика биогеоценоза, наиболее характерного для региона проживания учащихся (леса - в лесной зоне; степи - в степной и т.д.). Искусственные биогеоценозы - агроценозы, их отличия от естественных биогеоценозов. Характеристика

одного из агроценозов, характерного для района проживания учащихся (например, поле злаковых, картофеля и т.д.).

Роль агроценозов в жизни человека.

Параметры качества среды (наличие в среде различных загрязнителей). Понятие о ПДК (предельно допустимой концентрации) загрязнителя.

Самостоятельная работа обучающихся.

1. Подготовка презентаций по темам: «Оболочки Земли и место биосферы среди них», «Роль агроценозов в жизни человека», «Методы определения степени загрязнения среды».

Тема 1. 3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Правовые основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в Российской Федерации.

Студент должен знать:

- основные задачи РСЧС и гражданской обороны;
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности населения и порядок взаимодействия населения с этими службами;

Студент должен уметь и применять в практической деятельности и повседневной жизни:

- правильно действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей, ценностей и продуктов питания в случае эвакуации населения;
- обращаться за помощью в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) (понятие), история её создания, предназначение, структура и задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

Анализ статей Конституции РФ, обеспечивающих права и обязанности граждан России, в том числе их безопасность. Краткий анализ законов РФ, направленных на обеспечение безопасности граждан: Федеральные законы «О защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне», «Об охране природной окружающей среды» .

Самостоятельная работа обучающихся

1. Изучение статей Конституции РФ.

Блок 2. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.

Тема 1.4. Общая характеристика гражданской обороны и ее задач. Современные средства массового поражения.

Студент должен знать:

- основные задачи РСЧС и гражданской обороны;
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности населения и порядок взаимодействия населения с этими службами;

Студент должен уметь и применять в практической деятельности и повседневной жизни:

- проявлять бдительность и правильно действовать в случае угрозы террористического акта;
- правильно действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей, ценностей и продуктов питания в случае эвакуации населения;
- обращаться за помощью в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Гражданская оборона (ГО) (понятие). Структура ГО и её задачи. Организация и структура управления ГО.

Виды средств массового поражения: ядерное, химическое, бактериологическое оружие и современные традиционные средства поражения.

Общая характеристика ядерного оружия и его боевых свойств.

Краткая характеристика поражающих факторов ядерного взрыва. Краткая характеристика химического оружия, способов и признаков его применения.

Классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бинарные химические боеприпасы. Краткая характеристика бактериологического (биологического) оружия и его видов.

Способы и признаки применения бактериологического (биологического) оружия. Общая характеристика современных традиционных средств массового поражения.

Осколочные, шариковые, фугасные боеприпасы. Боеприпасы объемного взрыва. Зажигательное и высокоточное оружие.

Самостоятельная работа обучающихся:

1. Подготовка сообщений по темам: «Поражающие факторы ядерного взрыва», «Современное химическое оружие»

Тема 1.5. Основные мероприятий гражданской обороны по защите населения от последствий чрезвычайных и опасных ситуаций мирного и военного времени.

Студент должен знать:

- основные задачи РСЧС и гражданской обороны;
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности населения и порядок взаимодействия населения с этими службами;

Студент должен уметь и применять в практической деятельности и повседневной жизни:

- проявлять бдительность и правильно действовать в случае угрозы террористического акта;
- правильно действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей, ценностей и продуктов питания в случае эвакуации населения;
- обращаться за помощью в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения. Единая система доведения до населения предупредительного сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное её содержание, действие населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

Средства индивидуальной защиты. Фильтрующие противогазы, назначение, устройство, правила пользования противогазом. Респираторы, противопыльные тканевые маски, ватно-марлевые повязки - их назначение, правила пользования ими. Средства защиты кожи, их применение.

Защитные сооружения ГО (убежища, противорадиационные укрытия ПРУ), требования, к ним предъявляемые. Содержание и использование, приспособление подвальных и других заглубленных помещений под ПРУ для защиты населения. Система жизнеобеспечения убежищ. Размещение и правила поведения укрываемых в убежищах.

Краткая характеристика спасательных и других неотложных работ в очагах поражения при стихийных бедствиях, авариях, катастрофах и при применении противником средств поражения.

Санитарная обработка людей, обеззараживание одежды, обуви и средств защиты.

Краткая характеристика особенностей химической разведки и дозиметрического контроля и приборов их осуществляющих.

Эвакуация населения. Организация и проведение эвакуации в чрезвычайных ситуациях. Назначение и работа эвакуационных комиссий.

Обязанности и правила поведения людей при эвакуации. Краткая характеристика защитных сооружений ГО, имеющих на Объекте, их оборудования, содержания и эксплуатации.

Практические занятия

1. Отработка умений применения индивидуальных средств защиты.

2. Отработка правил эвакуации населения.

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Тема 2.1. Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях.

Студент должен знать:

- основные задачи РСЧС и гражданской обороны;
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности населения и порядок взаимодействия населения с этими службами;

Студент должен уметь и применять в практической деятельности и повседневной жизни:

- правильно пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, индивидуальной медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь в неотложных случаях;
- обращаться за помощью в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Ранения (понятие) их виды. Краткая характеристика первой медицинской помощи при ранениях. Профилактика осложнения ран. Повязка и перевязка (понятия).

Правила наложения стерильных повязок на голову и грудь, на живот и верхние конечности, на промежность и нижние конечности.

Кровотечения и их виды. Краткая характеристика первой медицинской помощи при кровотечениях разных видов. Способы временной остановки кровотечений. Точки пальцевого прижатия артерий. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и закрутки из подручных средств. Помощь при большой потере крови.

Краткая характеристика повреждений внутренних органов. Первая медицинская помощь при повреждении внутренних органов. Общая характеристика воздействия холода на организм человека переохлаждения и обморожение, первой помощи при них. Тепловой и солнечный удары, перегревание (понятия), первая помощь при них.

Поражение человека электрическим током из сети, а также молнией - краткая характеристика и оказание первой медицинской помощи. Оказание первой медицинской помощи утопающему.

Безвредные микроорганизмы (понятие). Инфекционные заболевания, эпидемии, пандемии (понятия). Передача инфекционных заболеваний (способы). Профилактика инфекционных болезней. Иммуитет (понятие), факторы, снижающие иммунитет.

Практические занятия

1. Оказание первой медицинской помощи при ранениях и нарушениях опорно-двигательного аппарата и кровотечениях.

2. Оказание первой медицинской помощи при обморожениях, ожогах, тепловых ударах, утопающему.

Самостоятельная работа обучающихся: изготовление ватно-марлевой повязки

Тема 2.2. Меры по профилактике травм и оказание первой медицинской помощи.

Студент должен знать:

- основные задачи РСЧС и гражданской обороны;

Студент должен уметь и применять в практической деятельности и повседневной жизни:

- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;

- выполнять правила дорожного движения (в части правил, касающейся пешехода, велосипедиста, водителя мопеда);
- правильно пользоваться бытовыми приборами и инструментами, бытовыми приборами контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- соблюдать меры предосторожности и правила поведения пассажиров в общественном транспорте;
- обращаться за помощью в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Общая характеристика наиболее часто встречающихся травм.

Ушиб, вывих, растяжение связок - понятия и оказание первой медицинской помощи. Переломы костей - понятие, виды, признаки. Осложнения при переломах. Травматический шок - понятие, профилактика.

Способы оказания первой медицинской помощи при переломах костей черепа, плечевого пояса, грудной клетки, верхних и нижних конечностей, позвоночника и костей таза.

Острая сердечная недостаточность, инсульт — понятие. Способы определения остановки сердечной деятельности и прекращения дыхания. Способы искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.

Практические занятия

1. Оказание первой медицинской помощи при ушибах, вывихах, растяжениях и переломах костей

Самостоятельная работа обучающихся:

1. Выполнение практических заданий на отработку навыков оказания первой помощи при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях.

Тема 2.3. Первая медицинская помощь при массовых поражениях.

Студент должен уметь и применять в практической деятельности и повседневной жизни:

- правильно действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- правильно пользоваться бытовыми приборами и инструментами, бытовыми приборами контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- соблюдать меры предосторожности и правила поведения пассажиров в общественном транспорте;
- оказывать первую медицинскую помощь в неотложных случаях;
- обращаться за помощью в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Краткая характеристика ситуаций, при которых возможно массовое поражение людей.

Особенности оказания первой медицинской помощи при радиационном поражении в сочетании с травматическими повреждениями. Первая помощь при отравлении сильно действующими токсинами. Правила поведения в ситуациях, приводящих к массовым травмам (пожары, промышленные катастрофы, наводнения, землетрясения и т. д.), правила оказания само- и взаимопомощи в различных чрезвычайных ситуациях. Первая помощь при травмах, транспортировка пострадавших.

Самостоятельная работа обучающихся:

1. Подготовка презентаций по теме «Примеры действий МЧС в ситуациях, приводящих к массовым травмам».

Тема 2.4. Основы здорового образа жизни.

Студент должен знать:

- основы здорового образа жизни и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье, вредные привычки и их профилактику;

Студент должен уметь и применять в практической деятельности и повседневной жизни:

- соблюдать правила поведения на воде;
- выполнять правила дорожного движения (в части правил, касающейся пешехода, велосипедиста, водителя мопеда);
- правильно пользоваться бытовыми приборами и инструментами, бытовыми приборами контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- соблюдать меры предосторожности и правила поведения пассажиров в общественном транспорте;
- обращаться за помощью в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Здоровье человека (понятие). Здоровье индивидуальное, общественное, физическое и духовное (понятия). Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе его жизнедеятельности.

Обоснование необходимости сохранения и укрепления здоровья каждой отдельной личности, как социальной потребности общества. Здоровый образ жизни - понятие, его характеристика как средства сохранения индивидуального и общественного здоровья.

Общая характеристика здорового образа жизни как системы поведения человека, направленной на сохранение и укрепление его здоровья. Общее понятие о режиме жизнедеятельности и его значении для здоровья человека.

Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Краткая характеристика основных элементов жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон питание и т. д.), их рационального сочетания, обеспечивающих высокий уровень здоровья и его сохранения.

Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека. Биологические ритмы жизни человека — понятие, их влияние на уровень жизнедеятельности. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.

Двигательная активность — понятие, характеристика её роли для сохранения здоровья. Обоснование необходимости выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и здорового долголетия.

Характеристика влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Обоснование необходимости выработки привычек систематического выполнения процедур закаливания организма. Правила использования факторов окружающей природной среды для закаливания.

Питание - понятие и характеристика его роли в жизни человека. Рациональное питание — понятие и характеристика его роли. Сбалансированное питание и обоснование необходимости поступления в организм оптимального количества белков, жиров, углеводов, витаминов, микроэлементов и воды. Вегетарианское, диетическое, лечебное, раздельное и видовое питание - понятия. Общая характеристика режима питания и его роли в обеспечении и сохранении здоровья.

Вредные привычки - понятие, номенклатура /курение, употребление алкоголя, наркотиков и галлюциногенных токсических веществ/, их влияние на здоровье индивидуума; социальные последствия.

Краткая характеристика этилового (винного) спирта или этанола с точки зрения его влияния на организм человека (позитивного и негативного). Алкоголизм как следствие неумеренного употребления продуктов, содержащих этанол. Социальные последствия алкоголизма. Курение и его значение для ухудшения здоровья индивидуума. Краткая характеристика причин негативного влияния курения на организм человека: состав

табачного дыма и влияние отдельных составляющих на организм человека - дыхательную, нервную и сердечно-сосудистую системы. Активное и пассивное курения (понятия). Влияние пассивного курения на здоровье.

Наркотики (понятие), их разновидности. Наркомания и токсикомания (понятия). Влияние наркотических и галлюциногенных веществ на организм человека, привыкание к наркотикам. Социальные последствия наркомании и токсикомании. Профилактика наркомании и токсикомании.

Краткая характеристика роли нравственных норм в сохранении здоровья. Брак, семья и их роль в сохранении и поддержании высокого уровня здоровья. Краткая характеристика культуры взаимоотношений мужчин (юношей) и женщин (девушек). Общая характеристика возрастных особенностей подростка в период завершения полового созревания, особенности любви и дружбы в этот период. Роль семьи в нормализации половых отношений, выполнении репродуктивной функции человека. Планирование семьи. Прочная моногамная семья как одно из условий физического и нравственного здоровья как отдельных личностей, так и общества в целом.

Аборты как негативное явление для здоровья женщины. Краткая характеристика венерических заболеваний и их роли в снижении уровня физического и нравственного здоровья. СПИД: краткая характеристика заболевания, его влияния на организм человека, особенности передачи и профилактика.

Общая характеристика особенностей личной гигиены и её роли в поддержании и укреплении здоровья. Важнейшие принципы личной гигиены: разумное сочетание умственного и физического труда; систематические занятия физической культурой и закаливанием; рациональное полноценное питание; систематический уход за кожей тела, зубами, волосами, одеждой обувью, постельным и нательным бельем. Особенности личной гигиены в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.

Самостоятельная работа обучающихся:

1. Подготовка сообщений и презентаций на темы «Наркомания и ее последствия», «Пивной алкоголизм среди юношей и девушек», «Что мы едим?».

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Основы безопасности жизнедеятельности» №116; оборудованного тира; учебного класса для практических занятий; караульного городка.

Оборудование учебного кабинета:

- парты, стулья на 24 посадочных места;
- рабочее место преподавателя;
- специальное оборудование для кабинета ОБЖ: средства индивидуальной защиты (противогазы, защитные костюмы, респираторы), приборы радиационной и химической разведки;
- медицинские принадлежности (бинты, вата, кровоостанавливающие жгуты, шины, аптечки).

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- мультимедиапроектор;
- DVD-плеер,
- видеодвойка.

Дидактическое обеспечение:

- библиотека учебных видеофильмов по темам курса;
- учебные плакаты;
- современные учебники и учебные пособия.

УМК дисциплины:

3.2. Раздаточный материал

1. Тестовые задания по теме «Первая медицинская помощь»
2. Тестовые задания по теме «Проверка знаний законов»
3. Карточки-задания по теме «Оружие массового поражения»
4. Тестовые задания по теме «Гражданская оборона»
5. Тесты для проведения занятий по ГО и ЧС
6. Учебные карточки по теме «Военная история»
7. Тестовые задания по теме «Медицинская подготовка»
8. Срезовая работа по ОБЖ 1 курс
10. Контрольный тест по теме «РСЧС – Единая Государственная система предупреждения и ликвидации ЧС»

3.3. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности 10 класс В 2 ч. Ч. 1: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. М.; «Просвещение» 2012. – 351 с.
2. Безопасность жизнедеятельности. В.Ю.Митрюков. – М.; изд-во «Форум», 2012. – 463 с.
3. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. В.И. Бондин Ю.Г. Семехин. – М.: ИНФРА-М АКАДЕМЦЕНТР, 2012. – 347 с.
4. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. В 2 ч. Ч. 1: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев; под общ. ред. А.Т. Смирнова; Рос. Акад. Наук, Рос. Акад. Образования, изд-во «Просвещение». – 10-е изд. – М.: Просвещение, 2009. – 223 с. – (Академический школьный учебник).
5. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. В 2 ч. Ч. 2: Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб. для общеобразоват. Учреждений: базовый уровень / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский; под общ. ред. А.Т. Смирнова; Рос. Акад. Наук, Рос. Акад. Образования, изд-во «Просвещение». – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2009. – 160 с. – (Академический школьный учебник).
6. Российская Федерация. Законы. О защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. [Текст] : федер. закон : [принят Гос. Думой 21 декабря 1994 [2010]]. – Электрон. дан. – <http://www.mchs.gov.ru/law/index.php?ID=4433>
7. Российская Федерация. Конституция (1993). Конституция Российской Федерации [Текст]: офиц. текст. – М. : Маркетинг, 2001. – 39, [1] с.

Дополнительные источники:

1. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. Основы медицинских знаний. Спаси и сохрани: Учеб. пособие для учащихся 9-11 классов общеобр. учр. и препод.-орг. Курса «ОБЖ». – М.: ООО «Издательство АСТ», 2000 – 400 с.: ил.
2. Краткие справочные данные о чрезвычайных ситуациях техногенного и природного происхождения. Вып. 1.- М.: 1990; Вып. 2. —М.: 1991.
3. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / В.В. Марков, В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский. – 6-е изд., перераб. – М.: Дрофа, 2005. – 303 с.: ил.

4. Основы безопасности жизнедеятельности. Учеб. для учащихся 11 кл. общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев; – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2001. – 159 с.
5. Основы безопасности жизнедеятельности: 10-й кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений [Электронный ресурс] / М. П. Фролов, Е. Н. Литвинов, А. Т. Смирнов и др.; под ред. Ю. Л. Воробьева. – М.: АСТ: Астрель, 2008. – 350с.
6. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебн. для общеобр. учр. 11 кл. / Смирнов А.Т., Фролов М.П., Литвинов Е.Н. и др. – М.: Издательство АСТ-ЛТД, 1998. – 320 с.
7. Правила поведения и действий населения при стихийных бедствиях, авариях, катастрофах/ методическое пособие. - М.: 1993.
8. Тупикин Е. И., Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 классы: Пособие для преподавателей-организаторов курса «Основы безопасности жизнедеятельности» общеобразоват. учреждений/ Е. И. Тупикин, А. Т. Смирнов; под общ.ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2002. – 192с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется через проведение текущего и рубежного контроля. В процессе проведения аудиторных, практических занятий, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, подготовки и защиты рефератов.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>знать</p> <ul style="list-style-type: none"> • основы здорового образа жизни и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье, вредные привычки и их профилактику; • потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; • основы безопасной жизнедеятельности в опасных и чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного происхождения; • основные задачи РСЧС и гражданской обороны; • основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности населения и порядок взаимодействия населения с этими службами; <p>уметь и применять в практической деятельности и повседневной жизни</p> <ul style="list-style-type: none"> • правильно действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания; • соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему; • выполнять правила дорожного движения (в части правил, 	<p>письменная контрольная работа;</p> <p>устная защита реферата, устный опрос;</p> <p>письменная самостоятельная работа;</p> <p>письменная самостоятельная работа;</p> <p>письменный опрос;</p> <p>визуальный контроль практических действий;</p> <p>устный опрос, визуальный контроль практических действий;</p> <p>письменная</p>

<p>касающейся пешехода, велосипедиста, водителя мопеда);</p> <ul style="list-style-type: none"> • правильно пользоваться бытовыми приборами и инструментами, бытовыми приборами контроля качества окружающей среды и продуктов питания; • соблюдать меры предосторожности и правила поведения пассажиров в общественном транспорте; • соблюдать меры предосторожности и правила поведения в криминогенной ситуации и в местах большого скопления людей, применять элементарные способы самозащиты в конкретной ситуации криминогенного характера; • проявлять бдительность и правильно действовать в случае угрозы террористического акта; • правильно пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, индивидуальной медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты; • оказывать первую медицинскую помощь в неотложных случаях; • ориентироваться на местности, подавать сигналы бедствия, добывать огонь, воду и пищу, строить укрытие (жилище) в случае вынужденного (автономного) пребывания в природной среде; • правильно действовать в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного происхождения; • правильно действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей, ценностей и продуктов питания в случае эвакуации населения; • обращаться за помощью в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи. 	<p>самостоятельная работа; устный опрос;</p> <p>устный опрос, визуальный контроль практических действий; устный опрос; письменная контрольная работа;</p> <p>письменный опрос;</p> <p>визуальный контроль практических действий;</p> <p>визуальный контроль практических действий; письменная самостоятельная работа, визуальный контроль практических действий; устная защита рефератов; устный опрос, визуальный контроль практических действий;</p> <p>письменный опрос.</p>
--	---

Контроль осуществляется на основе выделения трех уровней, последний из которых соответствует уровню сформированности предметных компетенций студентов.

Первый (1) уровень соответствует знаниям-знакомствам. На этом уровне учащиеся должны среди нескольких явлений, понятий и т.д. правильно найти то понятие, которое им предъявлено для узнавание, т.е. учащиеся должны уметь выполнять *тестовые задания 1-го уровня*.

Второй (2) уровень - учащийся самостоятельно должен воспроизвести определение, характеризующее это понятие и уметь использовать его при выполнении упражнений в стандартных ситуациях.

Третий (3) уровень - учащийся не только знает понятие, но и умеет использовать его при выполнении упражнений в нестандартных ситуациях.



Критерии оценивания учащихся:

Критерии оценки устного ответа

Оценка «5» ставится в том случае, если ответ полный и правильный на основании изученного материала, материал изложен в определённой логической последовательности литературным языком.

Оценка «4» ставится, если ответ полный и правильный на основании изученного материала, материал изложен в определённой логической последовательности, при этом допущены 2-3 незначительных ошибки, исправленные по требованию учителя.

Оценка «3» ставится, если ответ полный, но при этом допущены 2-3 существенных ошибки, или ответ неполный, несвязный.

Оценка «2» ставится, если при ответе обнаружено полное непонимание основного материала или допущены существенные ошибки, которые учащийся не может исправить при наводящих вопросах учителя.

Оценка «1» ставится в том случае, если ответ полностью отсутствует.

Критерии оценивания письменного ответа

При оценке письменного ответа выделяем следующие элементы:

1. Представление собственной точки зрения (позиции, отношения) при раскрытии проблемы.

2. Раскрытие проблемы на теоретическом уровне (в связях и с обоснованиями) или без использования обществоведческих понятий в контексте ответа.

3. Аргументация своей позиции с опорой на факты общественной жизни или собственный опыт.

Оценка «5» ставится, если представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии проблемы. Проблема раскрыта на теоретическом уровне, в связях и с обоснованиями, с корректным использованием обществоведческих терминов и понятий в контексте ответа. Дана аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт.

Оценка «4» ставится, если представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии проблемы. Проблема раскрыта с корректным использованием обществоведческих терминов и понятий в контексте ответа (теоретические связи и обоснования не присутствуют или явно не прослеживаются). Дана аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт.

Оценка «3» ставится, если представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии проблемы. Проблема раскрыта при формальном использовании обществоведческих терминов. Дана аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт.

Оценка «2» ставится, если представлена собственная позиция по поднятой проблеме на бытовом уровне без аргументации.

Оценка «1» ставится, если проблема не раскрыта или дана информация (факты общественной жизни или личного опыта) не в контексте задания.