

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ  
«УСТЬ-ЛАБИНСКИЙ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУДб.06 Основы безопасности жизнедеятельности  
для специальности 43.02.11 Гостиничный сервис

ОДОБРЕНА

на заседании УМО преподавателей  
БЖ и физической культуры

Протокол

от «30» 08 2018г. № 1

Председатель УМО

А.В.Макарова



УТВЕРЖДЕНА

Директор ГБПОУ КК УСПК

2018 г.

А.А. Филоновский

РАССМОТРЕНА

на заседании педагогического совета

Протокол от «31» 08 2018г. № 1

Рабочая программа разработана на основе примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности для профессиональных образовательных организаций, одобренной ФГАУ «ФИРО» в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования протокол № 3 от 21.07.2015г. с изменениями от 25.05.2017г.

Организация разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Краснодарского края «Усть-Лабинский социально-педагогический колледж»

Разработчики:

**Криштопа А.В.**, преподаватель ГБПОУ КК УСПК А.В. Криштопа

Рецензенты:

(внутренний)

**Ромаш В.В.**, преподаватель ГБПОУ КК УСПК

Квалификация по диплому: преподаватель физической культуры В.В. Ромаш

Рецензенты:

(внешний)

**Дмитриенко В.А.** преподаватель-организатор ОБЖ ГБПОУ КК ЛМТ

В.А. Дмитриенко

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях СПО, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена.

Рабочая 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 профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

Содержание программы «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.



## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

В современных условиях глобализации развития мировой экономики, усложнения, интенсификации и увеличения напряженности профессиональной деятельности специалистов существенно возрастает общественно-производственное значение состояния здоровья каждого человека. Здоровье становится приоритетной социальной ценностью. В связи с этим исключительную важность приобретает высокая профессиональная подготовка специалистов различного профиля к принятию решений и действиям по предупреждению чрезвычайных ситуаций (ЧС), а при их возникновении — к проведению соответствующих мероприятий по ликвидации их негативных последствий, и прежде всего к оказанию первой помощи пострадавшим.

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.

Основными содержательными темами программы являются: введение в дисциплину, обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья, государственная система обеспечения безопасности населения, основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний.

Действующее законодательство предусматривает обязательную подготовку по основам военной службы для лиц мужского пола, которая должна проводиться во всех профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования. В итоге у юношей формируется адекватное представление о военной службе; развиваются качества личности, необходимые для ее прохождения.

В программе предусмотрен раздел «Основы медицинских знаний». В процессе его изучения формируются знания в области медицины, умения оказывать первую медицинскую помощь при различных травмах. Студенты получают сведения о здоровом образе жизни, основных средствах планирования семьи, ухода за младенцем, поддержании в семье духовности, комфортного психологического климата.

Изучение общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации студентов в процессе освоения ОПОП СПО на базе основного общего



образования с получением среднего общего образования (ППКРС, ППССЗ).

## **МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

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

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС, ППССЗ).

В учебных планах ППКРС, ППССЗ место учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» — в составе общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования для специальностей СПО соответствующего профиля профессионального образования.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих **результатов**:

- **личностных:**

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

- **метапредметных:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;



- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Введение. Актуальность изучения дисциплины «ОБЖ», цели и задачи. Основные теоретические положения.

Значение изучения «ОБЖ» при освоении специальности СПО. Входной контроль.

### Раздел 1. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ

Тема 1.1 Здоровье и здоровый образ жизни.

Тема 1.2 Факторы, способствующие укреплению здоровья.

Тема 1.3 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Вредные привычки.

Тема 1.4 Правила дорожного движения и безопасность его участников. Правила безопасного поведения при нахождении вблизи железнодорожных путей.

Тема 1.5 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе.

Тема 1.6. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений.

#### Требования к результатам обучения

В результате изучения раздела 1 учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» студент должен:

#### знать/понимать

- определение основных понятий раздела о здоровье, здоровом образе жизни, факторах, влияющих на здоровье человека;

- социальные последствия вредных привычек, их влияние на репродуктивное здоровье;

- основные инфекционные болезни, профилактические меры по их предупреждению;

- обязанности участников дорожного движения по соблюдению правил дорожного движения;

#### уметь

- правильно адаптироваться в коллективе, пропагандируя здоровый образ жизни;

- соблюдать правила дорожного движения при переходе проезжей части.

#### Перечень практических занятий

- 1.Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов гигиенической оценки рационального питания.

- 2.Изучение моделей поведения участников дорожного движения.

#### Виды самостоятельной работы студентов

- 1.Подбор материала для сообщений.

- 2.Подготовка сообщений.

- 3.Решение ситуационных задач.



4. Нарисовать схему маршрута движения.
5. Создать психологический портрет.

### **Темы сообщений и рефератов**

1. ЗОЖ – основа укрепления и сохранения здоровья.
2. Негативное влияние вредных привычек на здоровье человека.
3. Правила дорожного движения – основа безопасности на дорогах.

## **Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения**

Тема 2.1 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Тема 2.2 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). ГО- составная часть обороноспособности страны.

Тема 2.3 Современные средства поражения и их поражающие факторы. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.

Тема 2.4 Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах ЧС. Обучение населения защите о ЧС

Тема 2.5 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

Тема 2.6 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.

### **Требования к результатам обучения**

В результате изучения раздела 2 дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» студент должен:

#### **знать/понимать**

- сигналы оповещения и порядок их выполнения в случае возникновения ЧС;
- структуру РСЧС и ГО;
- предназначение защитных сооружений, их классификацию;

#### **уметь**

- правильно выполнять требования полученных сигналов оповещения;
- выполнять правила поведения в защитных сооружениях;
- выполнять правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники.

### **Перечень практических занятий**

1. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.
2. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

3.Изучение первичных средств пожаротушения. Правила использования огнетушителей. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.

#### **Виды самостоятельной работы студентов**

- 1.Графическое изображение защитных сооружений.
- 2.Составить таблицу « Поражающие факторы возможных взрывных устройств при угрозе теракта».
- 3.Составить таблицу подбора СИЗ.
- 4.Произвести расчет потребности огнетушителей.
- 5.Изучить схемы эвакуации колледжа.
- 6.Описать содержание АСР при землетрясении.
- 7.Подготовить сообщения.
- 8.Разработать алгоритм действий при ЧС.
- 9.Решение ситуационных задач.

#### **Темы сообщений и рефератов**

- 1.Современный международный терроризм – угроза миру.
- 2.Поражающие факторы оружия массового поражения

### **Раздел3. Основы обороны государства и воинская обязанность**

Тема 3 .1 Организация вооружённых сил в России. Военная реформа Петра 1. Создание регулярной армии, ее особенности. Создание советских Вооруженных Сил. Основные предпосылки проведения военной реформы.

Тема 3.2 Организационная структура Вооруженных Сил. Виды и рода войск ВС РФ.

Тема 3.3 Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе.

Тема 3.4Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.

Тема 3.5Качества личности военнослужащего как защитника Отечества. Как стать офицером Российской армии.

Тема 3.6 Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие – принцип строительства ВС РФ.

Тема 3.7 Боевые традиции ВС РФ. Ритуалы ВС РФ. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни ВС.

#### **Требования к результатам обучения**

В результате изучения раздела 3 дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»должен:

**знать/понимать**



- организационную структуру Вооруженных сил России;
- основные понятия о воинской обязанности, обязанности по первоначальной постановке на воинский учет;
- положения законов о военной службе по призыву, контракту, порядок прохождения альтернативной гражданской службы;
- сущность и значение воинской дисциплины в процессе воинской деятельности;
- боевые традиции, символы воинской чести и ритуалы Вооруженных

Сил;

**уметь**

- подготовить и правильно оформить документы для первоначальной постановки на воинский учет;

### **Перечень практических занятий**

1. Изучение способов бесконфликтного поведения и саморегуляции.
2. Изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.

### **Виды самостоятельной работы студентов**

1. Подготовить сообщение по теме.
2. Нарисовать схему «структура ВС РФ».
3. Подготовить презентацию по теме.
4. Подготовка документов для ППВУ.
5. Выписать положения ОУ ВС РФ.
6. Подготовить план-конспект к занятию.
7. Решение ситуационных задач.

### **Темы рефератов и сообщений**

1. История создания Вооруженных сил России.
2. Создание регулярной армии при Петре 1.
3. Боевые традиции, символы воинской чести и ритуалы Вооруженных сил.
4. Дни воинской славы России.

5. Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.

6. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества

#### **Раздел 4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

Тема 4.1. Понятие первой помощи. Перечень состояний при которых оказывается первая помощь.

Тема 4.2 Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Виды кровотечений. Первая помощь при ожогах.

Тема 4.3 Первая помощь при воздействии низких температур. Первая помощь при отсутствии сознания.

Тема 4.4. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.

Тема 4.5 Здоровье родителей и здоровье ребенка. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.

#### **Требования к результатам обучения**

В результате изучения раздела 4 дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» студент должен:

##### **знать/понимать**

- общие понятия и правила оказания первой медицинской помощи;
- принципы оказания первой медицинской помощи;
- порядок действий при оказании первой медицинской помощи,

##### **уметь**

- установить необходимость оказания первой медицинской помощи;
- принять решение об оказании помощи;
- вызвать скорую медицинскую помощь;
- приступить к выполнению мероприятий первой помощи и оказывать ее до прибытия специалистов.

#### **Перечень практических занятий.**

1. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при капиллярном и венозном кровотечении.



2. Основные признаки внутреннего кровотечения. Порядок оказания помощи при внутреннем кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Точки прижатия артерий.
3. Изучение и освоение основных способов непрямого массажа сердца и искусственного дыхания.

### **Виды самостоятельной работы студентов**

1. Изготовление шин из подручных материалов.
2. Изготовление кровоостанавливающего жгута и закрутки.
3. Укомплектование домашней аптечки.
4. Подготовить презентации по теме.
5. Составить алгоритм действий по теме.
6. Решение ситуационных задач.
7. Подготовка к дифференцированному зачету.

**Тематический план учебной дисциплины**  
**ОУДб. 06 «Основы безопасности жизнедеятельности»**

№\ п/п	Наименование разделов и тем	количество часов аудиторной нагрузки		самостоятельная работа
		всего	практические и лабораторные работы	
1	<b>Введение. Актуальность изучения дисциплины «ОБЖ», цели и задачи, основные теоретические положения.</b>	1		
2	<b>Значение изучения «ОБЖ» при освоении специальности СПО. Входной контроль.</b>	1		
	<b>Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.</b>	16	4	6
	Тема 1.1 Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия здоровье. ЗОЖ - основа укрепления и сохранения личного здоровья	2		
3	Тема 1.1.1 Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия здоровье.	1		1
4	Тема 1.1.2 ЗОЖ - основа укрепления и сохранения личного здоровья	1		
	Тема 1.2 Факторы, способствующие укреплению здоровья.	2		
5	Тема 1.2.1 Двигательная активность и закаливание организма. Занятие физической культурой.	1		1
6	Тема 1.2.2 Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание. Правила личной гигиены.	1		
	Тема 1.3 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Вредные привычки.	2		
7	Тема 1.3.1 Основные источники загрязнения окружающей среды.	1		
8	Тема 1.3.2 Вредные привычки: алкоголизм, курение, наркомания и их профилактика.	1		
	Тема 1.4 Правила дорожного движения и безопасность его участников. Правила безопасного поведения при нахождении вблизи железнодорожных путей.	2		
9	Тема 1.4.1 Правила дорожного движения и безопасность его участников.	1		1
10	Тема 1.4.2 Правила безопасного поведения при нахождении вблизи железнодорожных путей.	1		
	Практическое занятие № 1 Изучение основных положений организации рационального питания и освоения методов и	2	2	



	его гигиенической оценки.			
11	Практическое занятие № 1.1 Изучение основных положений организации рационального питания.	1	1	
12	Практическое занятие № 1.2 Освоение методов гигиенической оценки рационального питания.	1	1	
	Практическое занятие №2 Изучение моделей поведения участников дорожного движения.	2	2	
13	Практическое занятие № 2.1 Правила перехода на регулируемом и нерегулируемом перекрестках.	1	1	1
14	Практическое занятие №2.2.Правила безопасного поведения вблизи железнодорожных путей.	1	1	
	Тема 1.5 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе.	2		
15	Тема 1.5.1 Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него.	1		1
16	Тема 1.5.2 Социальная роль женщины в современном обществе.	1	-	
	Тема 1.6 Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений.	2		
17	Тема 1.6.1 Основные функции семьи. Основы семейного права в РФ.	1		1
18	Тема 1.6.2 Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	1		
	<b>Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	16	4	9
	Тема 2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	2		
19	Тема 2.1.1 Характеристика чс природного и техногенного характера, наиболее вероятных для района проживания.	1		
20	Тема 2.1.2 Правила поведения при получении сигнала о ЧС согласно плану колледжа (эвакуация).	1		
	Тема 2.2 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). ГО - составная часть обороноспособности страны.	2		
21	Тема 2.2.1 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чс (РСЧС). Структура и задачи.	1		
22	Тема 2.2.2 ГО - составная часть	1		

	обороноспособности страны. Структура и органы управления ГО.			
	Практическое занятие № 3 Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.	2	2	
23	Практическое занятие 3.1 Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.	1	1	1
24	Практическое занятие.3.2 Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.	1	1	1
	Тема 2.3 Современные средства поражения и их поражающие факторы. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.	2		
25	Тема 2.3.1 Мероприятия по защите населения. Оповещение, информирование и эвакуация населения в условиях ЧС.	1		1
26	Тема 2.3.2 Инженерная защита, виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.	1		1
	Тема 2.4. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы проводимые в зонах ЧС. Обучение населения защите от ЧС.	2		
27	Тема 2.4.1 Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей.	1		1
28	Тема 2.4.2 Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств РФ по защите населения и территорий от ЧС.	1		
	Практическое занятие № 4 Изучение первичных средств пожаротушения. Правила использования огнетушителей. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	2	2	
29	Практическое занятие № 4.1 Изучение первичных средств пожаротушения. Правила использования огнетушителей.	1	1	1
30	Практическое занятие № 4.2 Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	1	1	1
	Тема 2.5 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории	2		



	военных действий.			
31	Тема 2.5.1 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника.	1		1
32	Тема 2.5.2 Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.	1		1
	Тема 2.6 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	2		
33	Тема 2.6.1 МЧС России – Федеральный орган управления в области защиты населения от ЧС. Полиция РФ.	1		
34	Тема 2.6.2 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	1		
	<b>Раздел 3 Основы обороны государства и воинская обязанность.</b>	18	4	11
	Тема 3.1 Организация вооруженных сил в России. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Создание советских Вооруженных Сил. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.	2		
35	Тема 3.1.1 История создания ВС России	1		1
36	Тема 3.1.2 Основные предпосылки проведения военной реформы ВС РФ.	1		
	Тема 3.2 Организационная структура Вооруженных Сил. Виды и рода войск ВС РФ.	2		
37	Тема 3.2.1 Функции и основные задачи ВС РФ.	1		1
38	Тема 3.2.2 Организационная структура ВС РФ. Другие войска. Их состав и предназначение.	1		1
	Тема 3.3 Воинская обязанность. Основные понятия воинской обязанности. Воинский учет. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе.	2		
39	Тема 3.3.1 Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учет.	1		1
40	Тема 3.3.2 Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе.	1		
	Тема 3.4 Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба. .	2		
41	Тема 3.4.1 Призыв на военную службу. Права и обязанности военнослужащих.	1		1
42	Тема 3.4.2 Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.	1		





	Тема.3.5 Качества личности военнослужащего как защитника Отечества. Как стать офицером Российской Армии.	2		
43	Тема.3.5.1 Виды воинской деятельности и их особенности.	1		1
44	Тема.3.5.2 Основные виды военных образовательных учреждений..	1		
	Тема 3.6 Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие – принцип строительства ВС РФ.	2		
45	Тема 3.6.1 Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности установленной для военнослужащих.	1		
46	Тема 3.6.2 Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов проходящих военную службу по призыву. .	1		1
	Тема 3.7. Боевые традиции ВС РФ. Ритуалы ВС РФ. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни ВС.	2		
47	Тема 3.7.1 Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Дни воинской славы России. .	1		1
48	Тема 3.7.2 Боевые традиции и ритуалы ВС РФ. Символы воинской чести..	1		1
	Практическое занятие № 5 Изучение способов бесконфликтного поведения и саморегуляции.	2	2	
49	Практическое занятие № 5.1 Изучение способов бесконфликтного поведения в условиях чс .	1	1	-
50	Практическое занятие № 5.2 Особенности службы в армии. Воинский коллектив.	1	1	1
	Практическое занятие №6. Изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.	2	2	
51	Практическое занятие № 6.1 Обязанности военнослужащего перед построением и в строю. Выполнение строевых приемов на месте..	1	1	1
52	Практическое занятие № 6.2 Методика проведения занятий по строевой подготовке. Выполнение строевых приемов в движении..	1	1	
	<b>Раздел 4 Основы медицинских знаний</b>	18	8	9
	Тема 4.1 Понятие первой помощи. Перечень состояний при которых оказывается первая помощь.	2		-
53	Тема 4.1.1 Общие правила оказания первой медицинской помощи. Признаки жизни.	1		1
54	Тема 4.1.2 Понятие травм и их виды. Первая помощь при ранениях ,переломах и	1		1

	электротравмах.			
	Тема 4.2 Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Виды кровотечений.. Первая помощь при ожогах.	2		
55	Тема 4.2.1 Основные периоды развития травматического токсикоза Виды кровотечений..	1		1
56	Тема 4.2.2 Первая помощь при ожогах и тепловом ударе.	1		
	Тема 4.3 Первая помощь при воздействии низких температур. Первая помощь при отсутствии сознания.	2		
57	Тема 4.3.1 Первая помощь при отморожениях.	1		
58	Тема 4.3.2 Первая помощь при остановке сердца. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственного дыхания.	1		1
	Практическое занятие № 7 Первая помощь при ранениях и кровотечениях. Типы повязок. Способы остановки кровотечений.	2	2	
59	Практическая работа №7.1 Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при капиллярном и венозном кровотечении.	1	1	
60	Практическое занятие №7.2 Типы повязок. Способы остановки кровотечений.	1	1	
	Практическое занятие № 8 Основные признаки внутреннего кровотечения. Порядок оказания помощи при внутреннем кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Точки прижатия артерии.	2	2	
61	Практическое занятие № 8.1 Основные признаки внутреннего кровотечения. Порядок оказания помощи при внутреннем кровотечении.	1	1	
62	Практическое занятие № 8.2 Первая помощь при артериальном кровотечении. Точки прижатия артерии ..Наложение жгута	1	1	1
	Практическое занятие № 9 Изучение и освоение основных способов непрямого массажа сердца и искусственного дыхания.	2	2	
63	Практическое занятие № 9.1 Определение признаков жизни.	1	1	1
64	Практическое занятие № 9.2 Основные причины остановки сердца.	1	1	1
	Практическое занятие № 10 Практическое освоение основных способов непрямого массажа сердца и искусственного дыхания.	2	2	
65	Практическое занятие № 10 .1 Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.	1	1	



66	Практическое занятие № 10.2 Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.	1	1	
	Тема 4.4 Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	2		
67	Тема 4.4.1 Пути передачи инфекционных болезней.	1		1
68	Тема 4.4.2 Инфекции передаваемые половым путем и их профилактика.	1		1
	Тема 4.5 Здоровье родителей, здоровье ребенка. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.	2		
69	Тема 4.5.1 Основные средства планирование семьи.	1		
70	Тема 4.5.2 Основные мероприятия по уходу за младенцами. Дифференцированный зачет.	1		
	Итого	70	20	35
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета				

## ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОБУЧЕНИЯ

В результате изучения учебной дисциплины «Основ безопасности жизнедеятельности» обучающийся должен:

### **знать/понимать**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств)

### **уметь**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.
- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств); правила безопасного поведения при нахождении вблизи железнодорожных путей;
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в



различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей).

**использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:**

- для ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

## Рекомендуемая литература

### для обучающихся

1. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для обучающихся в учреждениях СПО под ред. Косолаповой Н.В, «Академия», 2010.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 11 кл. Под ред. Воробьева Ю.Л. - М., 2005.
3. Топоров И.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10—11 кл. - М., 2005.
4. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10—11 кл.-М, 2003.
5. 100 вопросов — 100 ответов о прохождении военной службы солдатами и сержантами по призыву и по контракту: Сборник. - М., 2006.
6. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб.для учащихся 10 кл. общеобразоват. учрежд. / А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, В.А.Васнев; под ред. А.Т.Смирнова. — 8-е изд., перераб. - М., 2007.
7. Армия государства Российского и защита Отечества / Под ред. В.В.Смирнова. - М., 2004.

### Для преподавателей

1. Федеральные законы «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 61 -ФЗ и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму» //Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. - М., 1993—2007.
2. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10 кл. - М., 2003.
3. Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: тестовый контроль знаний старшеклассников: 10—11 кл. /
4. Т.Смирнов, М.В.Маслов; под ред. А.Т.Смирнова. - М., 2002.
5. Большой энциклопедический словарь. - М., 1997.
6. Васнев В.А. Основы подготовки к военной службе: Кн. для учителя / а. А.Васнев, С.А.Чиненный. — М., 2002.
7. Военная доктрина Российской Федерации // Вестник военной информации. - 2000. - № 5.
8. Дуров В.А. Русские награды XVIII — начала XX в. / В.А.Дуров. - 2-е изд., доп. - М., 2003.
9. Дуров В.А. Отечественные награды / В.А.Дуров. — М.: Просвещение, 2005.
10. Конституция Российской Федерации (действующая редакция).



11. Концепция национальной безопасности Российской Федерации // Вестник военной информации. - 2000. - № 2.
12. Лях В.И. Физическая культура: Учеб. для 10—11 кл. общеобразоват. учреждений / В.И. Лях, А.А. Зданевич; под ред. В.И. Ляха. — М., 2006—2007.
13. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся / [А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, Р.А. Дурнев, Э.Н. Аюбов]; под ред. А.Т. Смирнова. - М., 2007.
14. Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С.В. Петров, В.Г. Бубнов. - М., 2000.
15. Семейный кодекс Российской Федерации (действующая редакция).
16. Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб. для 10—11 кл. общеобразоват. учрежд. / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский; под общ. ред. А.Т. Смирнова. - 6-е изд. - М., 2006.
17. Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция)

## Рецензия

на рабочую программу по дисциплине ОУДб.06 Основы безопасности жизнедеятельности

для специальности 43.02.11 Гостиничный сервис

Содержание и разделы программы соответствуют государственным требованиям и уровню подготовки выпускников по специальностям среднего профессионального образования и направлена на подготовку студентов к поведению в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера во всех сферах их жизнедеятельности, предполагает формирование знаний, умений и отдельных навыков безопасного поведения в повседневной деятельности.

Не вызывает сомнений профессиональная и практическая направленность рабочей программы, которая уделяет внимание формированию здорового образа жизни молодежи.

Тематический план состоит из четырех разделов, которые предусматривают ознакомить студентов с основными положениями в семье и ее роли в современном обществе, с основами здорового образа жизни, с физиологическими особенностями подростка, с факторами, влияющими на здоровье студента, с гражданской обороной, как составной частью защиты человека и обороноспособности страны в мирное и военное время.

Кроме того, изложены основные требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам призывника; порядок прохождения военной службы по призыву, по контракту; права и обязанности военнослужащих.

В плане предусмотрено дополнительное самостоятельное изучение по основам безопасности жизнедеятельности, что дает возможность студенту знать:

- обеспечение безопасности детей в современных условиях;
  - нефизические аспекты самозащиты;
  - основы здорового образа жизни и охрану здоровья детей;
  - основы медицинских знаний;
- уметь:
- организовать режим труда и отдыха, двигательную активность, закаливание, режим питания, личную гигиену;
  - избавиться от вредных привычек;
  - оказать первую медицинскую помощь при ранениях, ушибах, ожогах, отравлениях;
  - использовать все возможные нефизические и физические аспекты самозащиты;
  - основы воспитания солдат.

В заключение программы приводится список учебной литературы.

Таким образом, рецензируемая рабочая программа содержит все необходимые элементы рекомендуемой структуры, обладает достаточной полнотой и законченностью, является ценным практическим документом при преподавании ОБЖ, призвана формировать у студентов систему взглядов и в период вступления в самостоятельную жизнь.

Рецензент:

**Дмитриенко В.А.**

преподаватель-организатор ОБЖ ГБПОУ КК ЛМТ

«28» 08 2018 г.





## Рецензия

на рабочую программу по дисциплине ОУДб.06 Основы безопасности жизнедеятельности для специальности

43.02.11 Гостиничный сервис

Содержание и разделы программы соответствуют государственным требованиям и уровню подготовки выпускников по специальностям среднего профессионального образования и направлена на подготовку студентов к поведению в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера во всех сферах их жизнедеятельности, предполагает формирование знаний, умений и отдельных навыков безопасного поведения в повседневной деятельности.

Не вызывает сомнений профессиональная и практическая направленность рабочей программы, которая уделяет внимание формированию здорового образа жизни молодежи.

Тематический план состоит из четырех разделов, которые предусматривают ознакомление студентов с основными положениями в семье и ее роли в современном обществе, с основами здорового образа жизни, с физиологическими особенностями подростка, с факторами, влияющими на здоровье студента, с гражданской обороной, как составной частью защиты человека и обороноспособности страны в мирное и военное время.

В плане предусмотрено дополнительное самостоятельное изучение по основам безопасности жизнедеятельности.

В заключение программы приводится список учебной литературы.

Таким образом, рецензируемая рабочая программа содержит все необходимые элементы рекомендуемой структуры, обладает достаточной полнотой и законченностью, является ценным практическим документом при преподавании ОБЖ, призвана формировать у студентов систему взглядов и в период вступления в самостоятельную жизнь.

Рецензент:

Ромаш В.В. преподаватель ГБПОУ КС УСПКЯ  
28.08.2018г

