

Александровск-Сахалинский колледж (филиал)
федерального государственного бюджетного
образовательного учреждения
высшего профессионального образования
«Сахалинский государственный университет»



УТВЕРЖДАЮ:
Директор колледжа
Л.С.Салтынская
_____ 20__ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА БАЗОВОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОДБ.09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
(базовая подготовка)

Специальность 20.02.04. «Пожарная безопасность»
Квалификация - техник

Александровск-Сахалинский
2014

Рабочая программа базовой дисциплины **ОДБ.09 Основы безопасности жизнедеятельности** разработана в соответствии с «Рекомендациями по реализации образовательной программы среднего (полного) общего образования в образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования в соответствии с федеральным базисным учебным планом и примерными учебными планами для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования» (письмо Департамента государственной политики и нормативно-правового регулирования в сфере образования Минобрнауки России от 29.05.2007 № 03-1180); Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования **20.02.04. Пожарная безопасность**, утверждённого приказом Министерства образования и науки 18 апреля 2014г. № 354.

Разработчик:

Долбнёва Т.В., преподаватель АСК(ф)СахГУ

Рассмотрена на заседании ЦК психолого-педагогических дисциплин

Протокол № 1 от 16 сентября 2014 г.

Председатель Томина С.И.

Рекомендована научно-методическим советом АСК(ф)СахГУ

Протокол № 1 от 30 сентября 2014 г.

СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Содержание рабочей программы	Страницы
1	Паспорт рабочей программы дисциплины	4
2	Структура и содержание дисциплины	5
3	Условия реализации программы дисциплины	12
4	Контроль и оценка результатов освоения дисциплины	13

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ БАЗОВОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОДБ.09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа дисциплины **ОДБ.09 Безопасность жизнедеятельности** является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности **20.02.04. Пожарная безопасность** (базовая подготовка).

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена.

Дисциплина **Безопасность жизнедеятельности** входит в базовые дисциплины общеобразовательного цикла (ОДБ.09).

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **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;

знать:

- 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.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная нагрузка обучающегося - 102 часа, в том числе:

- обязательная аудиторная нагрузка - 78 часов;
- теоретическое обучение – 50 часов;
- практическая работа – 28 часов;
- самостоятельной работы обучающегося 24 часов.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ

ДИСЦИПЛИНЫ 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	102
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	78
в том числе:	
лекции	50
практические занятия	28
контрольные работы	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	24
<i>Итоговая аттестация в форме Зачета</i>	

2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2		
Введение	Содержание учебного материала 1. Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность ; жизнедеятельности личности.	2	1
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		20	
Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни	Содержание учебного материала 1. Общие понятия о здоровье. 2. Здоровый образ жизни - основа укрепления и сохранения личного здоровья.	2	1
Тема 1. 2. Факторы, способствующие укреплению здоровья	Содержание учебного материала 1. Двигательная активность и закаливание организма. 2. Занятия физической культурой.	2	1
Тема 1.3. Вредные привычки и их профилактика	Содержание учебного материала 1. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. 2. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. 3. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	8	1
Тема 1.4. Репродуктивное здоровье	Содержание учебного материала 1. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества	2	1

Тема 1.5. Инфекционные болезни	Содержание учебного материала		2	
	1.	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.		1
Тема 1.6. Первая медицинская помощь	Содержание учебного материала		4	
	1.	Первая медицинская помощь при травмах и ранениях.		1,2
	2.	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.		
	3.	Первая медицинская помощь при остановке сердца.		
	Практические занятия			
	1.	Остановка кровотечения.		
	2.	Иммобилизация перелома.		
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения			18	
Тема 2.1. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и технологического характера	Содержание учебного материала		6	
	1.	Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.		1,2
	2.	Обработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.)		
	Практические занятия		2	
	1.	Заполнение укрытий, убежищ.		
Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	Содержание учебного материала		2	
	1.	РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций.		1
Тема 2.3. Гражданская	Содержание учебного материала		8	
	1.	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.		1,2

оборона - составная часть обороноспособности и страны	2.	Структура и органы управления гражданской обороной.		
	3.	Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.		
	4.	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.		
	5.	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.		
	Практические занятия 1. Защитные сооружения гражданской обороны. 2. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. 3. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника.		2	
Тема 2.4. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Содержание учебного материала		4	
	1.	МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.		1,2
	2.	Медицина в Российской Федерации - система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посятельств.		
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность	Практические занятия 1. Служба скорой медицинской помощи. 2. Другие государственные службы в области безопасности.			
			18	
Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России	Содержание учебного материала		2	
	1.	Организация вооруженных сил Московского государства в XIV-XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.		1
	2.	Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.		

	3.	Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы		
	Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил		4	
Тема 3.3. Военская обязанность	1.	Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.		1
	2.	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформа Вооруженных Сил.		
	Содержание учебного материала		4	
	1.	Основные понятия о воинской обязанности.		1,2
	2.	Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету.		
	3.	Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.		
	4.	Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.		
	5.	Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.		
	6.	Общи права и обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).		
	Практические занятия			
Тема 3.4. Военнослужащий - защитник своего Отечества	1. Организация медицинского обслуживания граждан при первоначальной постановке на воинский учет.			
	Содержание учебного материала		4	
	1.	Основные качества личности военнослужащего: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества.		1,2
	2.	Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в		

	различных видах Вооруженных Сил и родах войск.		
3.д.	Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).		
4.	Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву.		
	Практические занятия 1. Уголовная ответственность за преступление против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.)		
Тема 3.5. Как стать офицером Российской армии	Содержание учебного материала	2	
	1. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования.		1,2
	2. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования.		
	Практические занятия 1. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.		
Тема 3.6. Боевые традиции Вооруженных Сил России	Содержание учебного материала	2	
	1. Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества.		1,2
	2. Воинский долг - обязанность Отечеству по его вооруженной защите.		
	3.д. Дни воинской славы России - дни славных побед.		
	4. Основные формы увековечивания памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.		
	5. Дружба, войсковое товарищество - основа боевой готовности частей и подразделений.		
	6. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.		
	7. Войсковое товарищество - боевая традиция Российской армии и флота.		
	Практические занятия 1. Символы воинской чести. 2. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.		
Раздел 4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни		20	

Тема 4.1. Социальная роль женщины в современном обществе	Содержание учебного материала		4	1
	1.	Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.		
	2.	Репродуктивное здоровье женщины и факторы, на него влияющие.		
Тема 4.2. Неблагоприятная окружающая среда.	1.	Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.	4	1
	Содержание учебного материала			
	1.	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.		
	2.	Загрязнение атмосферы (смоги, кислотные дожди).		
	5.	Загрязнение гидросферы.		
Тема 4.3. Вредные привычки и их влияние на здоровье.	4.	Загрязнение почв.	4	1
	Содержание учебного материала			
	1.	Профилактика вредных привычек и злоупотребления наркотическими веществами.		
	2.	Ранние половые связи и их последствия для здоровья.		
Тема 4.4. Здоровый образ жизни - необходимое условие сохранения репродуктивного здоровья	3.	Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика.	2	1
	Содержание учебного материала			
	1.	Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья.		
	2.	Режим дня, труда и отдыха.		
Тема 4.5. Влияние двигательной активности на здоровье человека	3.	Рациональное питание и его значение для здоровья.	2	1
	Содержание учебного материала			
	1.	Закаливание и его влияние на здоровье.		
	2.	Правила личной гигиены и здоровье человека.		
Тема 4.6. Правовые аспекты взаимоотношения полов	5.	Оздоровительная ходьба.	4	1
	4.	Оздоровительный бег.		
	5.	Оздоровительное плавание.		
	Содержание учебного материала			
	1.	Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи.		
Всего (аудиторных):	2.	Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей.	78	1
	Конвенция ООН «О правах ребенка»			
7.	Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем.			

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ 3.1.

Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия специального учебного кабинета

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий по дисциплине ОБЖ;

Технические средства обучения:

- Плазменная панель;
- Компьютер;
- Мультимедiateка;

3.2. Информационное обеспечение обучения Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 10 кл. Под ред. Воробьева Ю.Л. М., 2005.
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., 2003.
4. 100 вопросов 100 ответов о прохождении военной службы солдатами и сержантами по призыву и по контракту: Сборник. М., 2006.
5. 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.
6. Армия государства Российского и защита Отечества / Под ред. В.В. Смирнова. М., 2004.

Дополнительные источники:

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. / А.Т.Смирнов, М.В.Маслов; под ред. А.Т. Смирнова. М., 2002.
4. Большой энциклопедический словарь. М., 1997.
5. Васнев В.А. Основы подготовки к военной службе: Кн. Для учителя / В.А.Васнев, С.А.Чиненный. М., 2002.
6. Военная доктрина Российской Федерации // Вестник военной информации. 2000. №5.
7. Дуров В.А. Русские награды XVIII - начала XX в. / В.А.Дуров. 2-е изд. Доп. М., 2003.
8. Дуров В.А. Отечественные награды / В.А. Дуров. М.: Просвещение, 2005.
9. Конституция Российской Федерации (действующая редакция)

10. Концепция национальной безопасности Российской Федерации // Вестник Военной информации. 2000. № 2.
11. 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.
12. 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.
13. Петров СВ. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие/ С.В.Петров, В.Г.Бубнов. М, 2000.
14. 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.
15. уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
Умения:	
Владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	оценка выполнения практических заданий: самостоятельных работ на занятиях и домашних работ
Пользоваться индивидуальной и коллективной защиты;	оценка выполнения практических заданий: самостоятельных работ на занятиях и домашних работ, оценка выполнения контрольных работ, тестирование
Оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;	оценка выполнения практических заданий: самостоятельных работ на занятиях и домашних работ
Знания:	
Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;	оценка выполнения практических заданий: самостоятельных работ на занятиях и домашних работ
Потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;	оценка выполнения практических заданий: самостоятельных работ на занятиях и домашних работ, устный опрос
Основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	оценка выполнения практических заданий: самостоятельных работ на занятиях и домашних работ
Основы российского законодательства об обороне государства и воинской	оценка выполнения практических заданий: самостоятельных работ на занятиях и домашних

обязанности граждан;	работ, устный опрос
Порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;	оценка выполнения практических заданий: самостоятельных работ на занятиях и домашних работ
Состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;	оценка выполнения практических заданий: самостоятельных работ на занятиях и домашних работ, устный опрос
Основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;	оценка выполнения практических заданий: самостоятельных работ на занятиях и домашних работ
Основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;	оценка выполнения практических заданий: самостоятельных работ на занятиях и домашних работ, устный опрос
Требования предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;	оценка выполнения практических заданий: самостоятельных работ на занятиях и домашних работ
Предназначение, структуру и задачи РСЧС;	оценка выполнения практических заданий: самостоятельных работ на занятиях и домашних работ, устный опрос
Предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;	оценка выполнения практических заданий: самостоятельных работ на занятиях и домашних работ

ЛИСТ ОБНОВЛЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ БАЗОВОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОДБ.09. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В рабочую программу **ОДБ.09 Основы безопасности жизнедеятельности** внесены следующие изменения

Учебный год	Внесены изменения	№ протокола ЦК	Подпись председателя ЦК
2014-15, сентябрь	– Название и область применения рабочей программы. – Код специальности 20.02.04 Пожарная безопасность. – Оформление титульного листа рабочей программы. Основание – введение в действие ФГОС по специальности 20.02.04 Пожарная безопасность от 18.04.2014 г. № 354.		
2014-15, май	– П.2.1. Объём дисциплины и виды учебной работы – П.2.2. тематический план и содержание дисциплины в соответствии с моделью – П.3.2. – литература за последние 5 лет – П.4. Контроль и оценка результатов освоения дисциплины в соответствии с п.1.3.		
2015-16			
2016-17			
2017-18			

Рабочая программа **ОДБ.09. Основы безопасности жизнедеятельности** рассмотрена на заседании ЦК психолого-педагогических дисциплин без изменений

Учебный год	№ протокола ЦК	Подпись председателя ЦК
2014-15		
2015-16		
2016-17		
2017-18		
2018-19		

Рабочая программа **ОДБ.09 Основы безопасности жизнедеятельности** рекомендована научно-методическим советом АСК(ф)СахГУ для утверждения (переутверждения)

Учебный год	Утверждение (переутверждение)	№ протокола	Дата	Секретарь НМС
2014-15	Переутверждена			
2015-16				
2016-17				
2017-18				
2018-19				