


ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
«ДМИТРОВСКИЙ ТЕХНИКУМ»

---

ОДОБРЕНО

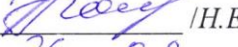
на заседании ПМЦ

  
«26» августа 2018 г.

Протокол № 6

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по учебно-методической работе  
ГБПОУ МО «Дмитровский техникум»

 /Н.Е.Горюшкина/  
«26» 08 2018 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОУП.04 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

специальность 44.02.01 Дошкольное образование

организация-разработчик: государственное бюджетное профессиональное  
образовательное учреждение московской  
области «Дмитровский техникум»

Дмитров 2018 г.

Рабочая программа разработана на основе примерной программы учебной дисциплины «основы безопасности жизнедеятельности», рекомендованной федеральным государственным автономным учреждением «федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (протокол № 3 от 21 июля 2015 г. регистрационный номер рецензии 372 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО») по специальности профессии среднего профессионального образования.

Организация-разработчик: ГБПОУ МО «Дмитровский техникум»  
Преподаватель: Лукин Алексей Анатольевич

## Содержание

|    |   |       |
|----|---|-------|
| 1. | Паспорт программы учебной дисциплины                      | 3-7   |
| 2. | Структура и содержание учебной дисциплины                 | 8     |
| 3. | Тематический план и содержание учебной дисциплины         | 9-13  |
| 4. | Условия реализации программы учебной дисциплины           | 14-16 |
| 5. | Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины | 17-19 |

# **1. Паспорт программы учебной дисциплины: «Основы безопасности жизнедеятельности»**

## **1.1. Область применения программы:**

рабочая программа учебной дисциплины основы безопасности жизнедеятельности предназначена для изучения в учреждениях среднего профессионального образования, реализующих образовательную программу среднего (полного) общего образования, при подготовке квалифицированных рабочих и служащих. обучающиеся в учреждении СПО по данному профилю изучают биологию в объеме 70 часов.

## **1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы - программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих:**

рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» относится к общеобразовательному циклу.

## **1.3. Цели 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;
- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- формирование установки на здоровый образ жизни;

– развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

**предметных:**

– сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

– получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

– сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

– сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

– освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

– освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

– развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

– формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

– развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

– получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

– освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

– владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных

видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося: – 105 часа.

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося: – 70 часа;

в том числе:

- практические занятия обучающихся: – 40 часа;

- самостоятельные работы : - 35 часов;

- промежуточная аттестация – дифференцированный зачет.

## **2. Структура и содержание учебной дисциплины**

### **2.1. Объём учебной дисциплины и виды учебной работы**

| Вид учебной работы                                     | Объём часов |
|--|-------------|
| Максимальная учебная нагрузка ( всего)                 | 105         |
| Обязательная аудиторская учебная нагрузка ( всего)     | 70          |
| В том числе:   |             |
| теоретическое обучение                                 | 30          |
| практические занятия                                   | 40          |
| контрольные работы                                     |             |
| курсовая работа (проект)                               |             |
| Самостоятельная работа обучающегося ( всего)           | 35          |
| Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачёта |             |





## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины: «Основы безопасности жизнедеятельности».

| Наименование разделов и тем  | Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающегося  | Объем часов | Уровень усвоения |
|--|---|-------------|------------------|
| <i>1</i>   | <i>2</i>  | <i>3</i>    | <i>4</i>         |
| <b>Тема 1.1</b> Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья. | <b>Содержание учебного материала</b>  | 6           |                  |
|  | 1 Инструктаж по техники безопасности. Введение. Здоровье и здоровый образ жизни. Факторы способствующие укреплению здоровья.  |             | 1                |
|  | 2 Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.   |             | 2                |
|  | 3 Влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды;  |             |                  |
|  | <b>Практическая работа</b><br><br>Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде.<br>Правила поведения студентов при бытовом пожаре.<br>Обеспечение личной безопасности на водоемах.<br>Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях.<br>Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств, при организации дорожного движения. | 10          |                  |
|  | <b>Самостоятельная работа</b><br><b>Подготовка докладов на выбранную тему.</b>  | 9           |                  |

|  |   |   |  |     |
|--|---|---|--|-----|
|  | <p><b>Список тем к докладу:</b><br/> Эволюция среды обитания, переход к техносфере.<br/> • Взаимодействие человека и среды обитания.<br/> • Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.<br/> • Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.<br/> • Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья. • Факторы, способствующие укреплению здоровья.<br/> • Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы. • Роль физической культуры в сохранении здоровья. • Пути сохранения репродуктивного здоровья общества. • Алкоголь и его влияние на здоровье человека.</p> |   |  |     |
| <b>Тема 1.2.</b> Государственная система обеспечения безопасности населения.   | <b>Содержание учебного материала</b>  | 8 |  |     |
|  | 1   |   | Характеристики чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.  | 1-2 |
|  | 2   |   | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники. |     |
|  | 3   |   | Гражданская оборона.   | 2   |
|  | 4   |   | Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.  |     |
| <b>Практическая работа</b><br><br>Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.<br><br>Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. | 10  |   |  |     |

|  |   |   |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|---|---|
|  | <p>Изучение и отработка моделей поведения в ЧС при землетрясении.</p> <p>Изучение и отработка моделей поведения в ЧС при извержении вулкана.</p> <p>Изучение и отработка моделей поведения в ЧС во время оползней, селей, горных обвалов.</p>   |   |   |   |   |   |   |
|  | <p><b>Самостоятельная работа</b><br/> <b>Самостоятельная работа</b><br/> <b>Подготовка презентаций на выбранную тему.</b><br/> <b>Список тем к презентаций:</b><br/> Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.</li> <li>• Терроризм как основная социальная опасность современности.</li> <li>• Космические опасности: мифы и реальность.</li> <li>• Современные средства поражения и их поражающие факторы.</li> <li>• Оповещение и информирование населения об опасности.</li> <li>• Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения</li> </ul> | 9 |   |   |   |   |   |
| <p><b>Тема 1.3.</b> Основы обороны государства и воинская обязанность.</p> | <p><b>Содержание учебного материала</b></p> <table border="1" data-bbox="548 1182 1630 1407"> <tr> <td data-bbox="548 1182 613 1294">1</td> <td data-bbox="613 1182 1630 1294">История создания Вооруженных сил Российской Федерации</td> </tr> <tr> <td data-bbox="548 1294 613 1407">2</td> <td data-bbox="613 1294 1630 1407">Государственные и воинские символы. Боевые традиции Вооружённых Сил России.</td> </tr> </table>  | 1 | История создания Вооруженных сил Российской Федерации | 2 | Государственные и воинские символы. Боевые традиции Вооружённых Сил России. | 8 | 2 |
| 1  | История создания Вооруженных сил Российской Федерации   |   |   |   |   |   |   |
| 2  | Государственные и воинские символы. Боевые традиции Вооружённых Сил России.   |   |   |   |   |   |   |

|                                    |   |  |    |   |
|------------------------------------|---|--|----|---|
|                                    | 3   | Организационная структура, функции и основные задачи современных Вооружённых Сил России. |    | 2 |
|                                    | 4   | Воинская обязанность.  |    | 2 |
|                                    | <p><b>Практическая работа:</b></p> <p>Средства индивидуальной защиты.</p> <p>Определение размера противогаза.</p> <p>Сдача норматива по одеванию противогазов.</p> <p>Организация гражданской обороны в образовательном учреждении. Учебная тренировка по эвакуации студентов.</p> <p>Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.</p> <p>Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.</p> |  | 10 | 2 |
|                                    | <p><b>Самостоятельная работа</b></p> <p><b>Подготовка рефератов на выбранную тему.</b></p> <p><b>Список тем к рефератам:</b></p> <p>Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации</p> <p>Символы воинской чести.</p> <p>Патриотизм и верность воинскому долгу.</p> <p>Дни воинской славы России.</p> <p>Города-герои Российской Федерации.</p> <p>Города воинской славы Российской Федерации</p>   |  | 9  |   |
| <b>Тема 1.4.Основы медицинских</b> | <b>Содержание учебного материала</b>  |  | 6  |   |

|  |   |  |    |   |
|--|---|--|----|---|
| знаний.  | 1 | Первая помощь при травмах. Первая помощь при ранениях.   |    | 2 |
|  | 2 | Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. |    | 2 |
|  | 3 | Первая помощь при переломах. Первая помощь при отравлениях.  |    | 2 |
| <b>Практическая работа</b>   |   |  | 10 | 2 |
| <p>Правила наложения повязок.</p> <p>Правила остановки артериального кровотечения.</p> <p>Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.</p> <p>Первая помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины.</p> <p>Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.</p> <p>Первая помощь при остановке сердца.</p> <p>Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при отравлении химически опасными веществами, при ожогах, отморожениях.</p> |   |  |    |   |
| <b>Самостоятельная работа:</b>   |   |  | 8  | 2 |
| <p><b>Подготовка сообщений на выбранную тему.</b></p> <p><b>Список тем сообщений:</b></p> <p>Профилактика инфекционных заболеваний.</p> <p>Первая помощь при острой сердечной недостаточности.</p> <p>СПИД — чума XXI века.</p> <p>Оказание первой помощи при бытовых травмах.</p> <p>Духовность и здоровье семьи. •</p> <p>Здоровье родителей — здоровье ребенка.</p>   |   |  |    |   |

|                                 |                                       |     |  |
|---------------------------------|---------------------------------------|-----|--|
|                                 | Формирование здорового образа жизни с |     |  |
| <b>Дифференцированный зачёт</b> |                                       | 2   |  |
| <b>Всего</b>                    |                                       | 105 |  |

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1 – ознакомительный (воспроизведение информации, узнавание (распознавание), объяснение ранее изученных объектов, свойств и т.п.);
- 2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
- 3 – продуктивный (самостоятельное планирование и выполнение деятельности, решение проблемных задач).

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

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

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий «Основы безопасности жизнедеятельности»

Технические средства обучения :

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- мультимедиапроектор;
- навесной экран;
- противогаз;
- респиратор;
- модель массово-габаритного автомата Калашникова;
- аптечка индивидуальная АИ-2;
- индивидуальный противохимический пакет ИПП-11;
- общевойсковой защитный костюм;
- компас;
- бытовой дозиметр;
- сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой медицинской , доврачебной помощи (сумка СМС);
- перевязочные средства (бинты, лейкопластырь, вата медицинская компрессная, косынка медицинская (перевязочная), повязка медицинская большая стерильная, повязка медицинская малая стерильная);
- медицинские расходные предметы (булавка безопасная, шина проволочная, шина фанерная);

- грелка;
- жгут кровоостанавливающий;
- индивидуальный перевязочный пакет;
- шприц-тюбик одноразового пользования;
- носилки санитарные;
- макет простейшего укрытия в разрезе;
- макет убежища в разрезе;
- тренажёр для оказания первой помощи.

Технические средства обучения:

- мультимедийный проектор;
- ноутбук;
- бытовой дозиметр.

### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

#### **Основные источники:**

1. Н.В. Косолапова, Н.А.Прокопенко Основы безопасности жизнедеятельности, учебник для среднего профильного образования — М.: Издательский центр «Академия», 2017.

#### **Дополнительные источники:**

1. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности.— Российская акад.наук; Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». – М.: Просвещение, 2018
2. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности / А. Т. Смирнов, Б.О.Хренников; под ред А.Т. Смирнова. – Российская акад.наук; Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение» М.: Просвещение, 2017 (Академический школьный учебник)
3. Конституция и государственная символика Российской Федерации. – М.: Эксмо, 2019. (Российское законодательство).
4. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»; Федеральный закон «О статусе военнослужащих» тексты с изм. и доп. на 2019 год. – М.: Эксмо, 2019 (Российское законодательство).

***Интернет – ресурсы:***



1. <http://ele74197079.narod.ru> – ОБЖ и охрана труда: материалы для самостоятельной работы;
2. <http://obz-bzd-npt.narod.ru> - материалы для самостоятельного изучения курсов ОБЖ и БЖД;
3. <http://www.kbzhd.ru> - культура безопасности жизнедеятельности;
4. <http://www.edu.ru> – обширное собрание материалов по тематике безопасности жизнедеятельности: нормативные документы, книги и учебные пособия, методические материалы по преподаванию курсов ОБЖ и БЖД, архив избранных статей журнала «ОБЖ. Основы безопасности жизни»

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

| Результаты обучения<br>(освоенные умения, усвоенные знания)   | Основные показатели оценки результата   |
|---|---|
| <p><b>уметь:</b></p> <p>Организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;</p> <p>Предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и устранения их последствий в профессиональной деятельности и быту;</p> <p>Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;</p> <p>Применять первичные средства пожаротушения;</p> <p>Ориентироваться в перечне военно-учётных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной профессии;</p> | <p>Тестирование, оценка решения ситуационных задач.</p> <p>Тестирование</p> <p>Практические занятия, устный опрос</p> <p>Практические занятия, устный опрос</p> <p>Устный опрос, тестирование</p> <p>Тестирование, оценка</p> |

|   |  |
|---|--|
| <p>Применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией;</p> <p>Владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;</p> <p>Оказывать первую помощь пострадавшим.</p>  | <p>правильности решения ситуационных задач</p> <p>Наблюдение в процессе теоретических и практических занятий</p> <p>Практические занятия</p> <p>Устный опрос, тестирование</p>   |
| <p><b>знать:</b></p> <p>Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьёзной угрозе национальной безопасности России;</p> <p>Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;</p> <p>Основы военной службы и обороны государства;</p> <p>Задачи и основные мероприятия гражданской обороны;</p> <p>Способы защиты населения от оружия массового поражения;</p> <p>Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;</p> <p>Организацию и порядок</p> | <p>Экспертная оценка результативности работы обучающихся при выполнении практических занятий</p> <p>Устный опрос, тестирование</p> <p>Устный опрос, тестирование</p> <p>Экспертная оценка результативности работы обучающихся при выполнении практических занятий</p> <p>Устный опрос, тестирование</p> <p>Экспертная оценка</p> |

|  |   |
|--|---|
| <p>призыва граждан на военную службу и поступление на неё в добровольном порядке;</p> <p>Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учётные специальности, родственные профессиям СПО;</p> <p>Область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;</p> <p>Порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</p> | <p>результативности работы обучающихся при выполнении практических занятий</p> <p>Устный опрос, тестирование</p> <p>Экспертная оценка результативности работы обучающихся при выполнении практических занятий</p> |
|--|---|