

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ИВАНОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ТЕЙКОВСКИЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОУД.06 Основы безопасности жизнедеятельности

по профессии среднего профессионального образования

43.01.09 Повар, кондитер

г. Тейково, 2017г.



Рассмотрено
на заседании методической комиссии
протокол №_1__
«_28_»_август_2017 г.
председатель методической комиссии
_____ /Лысечко Н.Г./

Утверждаю
Директор ОГБПОУ ТМК
_____ Ф.С.Тюленева
Приказ от «_31_»_августа__2017г.

Рассмотрено
на заседании
педагогического совета
Протокол от «_11_»_сентября 2017 г.
№_1__

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учётом требований ФГОС и получаемой профессии среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06 – 259), на основе Примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (Протокол №3 от 21июля 2015 г.)

Организация-разработчик: ОГБПОУ ТМК.

Разработчик: Хохряков Андрей Юрьевич – преподаватель организатор ОБЖ ОГБПОУ ТМК



СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 3
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	23
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	28

**Документ подписан
электронной подписью**

08.07.2113:45

Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C063BC

Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"

Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК

Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02

подпись верна

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования в соответствии с профессией СПО 43.01.09 Повар, кондитер

Рабочая программа может использоваться другими образовательными учреждениями профессионального и дополнительного образования, реализующими образовательную программу среднего общего образования.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.

Дисциплина входит в общеобразовательный цикл.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения 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 вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

Документ подписан
электронной подписью
Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C063BC
Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"
Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

- 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;

В результате изучения дисциплины обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

**Документ подписан
электронной подписью**

08.07.2113:45
Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C063BC
Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"
Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

- ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.
- ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.
- ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.
- ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.
- ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учётом особенностей социального и культурного контекста.
- ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.
- ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.
- ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.
- ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.
- ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.
- ОК 11. Планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 108 час, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 72 часов;
самостоятельной работы обучающегося – 36 часов.



2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	108
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	72
в том числе:	
практические занятия	26
контрольные работы	2
Самостоятельная работа обучающегося (подготовка рефератов, докладов, индивидуального проекта с использованием информационных технологий и др.)	36
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

**Документ подписан
электронной подписью**

08.07.2113:45

Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C063BC

Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"

Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК

Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02

подпись верна

1. Тематический план учебной дисциплины (совместное обучение юношей и девушек) «Основы безопасности жизнедеятельности»

Наименование разделов и тем	Количество часов												Всего часов	В том числе (аудит)
	1 курс				2 курс				3 курс					
	Кол. часов (аудит)	л/з	п/з	с/р	Кол. часов (аудит)	л/з	п/з	с/р	Кол. часов (аудит)	л/з	п/з	с/р		
Введение	2												2	2
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	13		4	10									23	13
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	17		8	9									26	17
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность	12			11									23	12
Раздел 4. Основы медицинских знаний	26		12	6									32	26
Дифференцированный зачет	2		2										2	2
Итого	72		26	36									108	72

2.3 Содержание учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
Введение	Содержание учебного материала Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессии СПО	2	2
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		13+10	
Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни	Содержание учебного материала Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Самостоятельная работа обучающихся Подготовка реферата: Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья	2	2

Документ подписан
электронной подписью
08.07.21 13:45
Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D6C0638C
Выдан: ООО "Компания "Тензор"
Идентификатор: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

Тема 1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья	Содержание учебного материала		
	Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.	2	2
	Практические занятия		
	Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	2	3
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка презентации: Факторы, способствующие укреплению здоровья	2	
Тема 1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	Содержание учебного материала		
	Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.	1	2
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка таблицы: Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	1	
Тема 1.4. Вредные привычки и их профилактика	Содержание учебного материала		
	Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. 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. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка презентаций: Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Табакокурение и его влияние на здоровье. Наркотики и их пагубное воздействие на организм. Компьютерные игры и их влияние на организм человека.	3	2
Тема 1.5. Правила и безопасность дорожного движения	Содержание учебного материала		
	Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	1	2
	Практические занятия Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.		3
Тема 1.6.	Содержание учебного материала		

Документ подписан
электронной подписью

08.07.21 13:45
Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C0638C
Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"
Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества	Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.	1	2
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка реферата: Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.	2	
Тема 1.7. Правовые основы взаимоотношения полов	Содержание учебного материала		
	Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	1	2
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения		17+9	
Тема 2.1. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	Содержание учебного материала		
	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1	2
	Практические занятия		
	Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. Изучение первичных средств пожаротушения. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).	6	3
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка рефератов: Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.	2	
Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	Содержание учебного материала		
	РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	1	2

**Документ подписан
электронной подписью**

08.07.21 13:45
Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C0638C
Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"

Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

<p>Тема 2.3. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны</p>	<p>Содержание учебного материала Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.</p>	1	2
<p>Тема 2.4. Современные средства поражения и их поражающие факторы</p>	<p>Содержание учебного материала Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.</p> <p>Практические занятия Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся Подготовка презентации: Современные средства поражения и их поражающие факторы</p>	1	2
<p>Тема 2.5. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени</p>	<p>Содержание учебного материала Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся Подготовка реферата: Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения</p>	1	2
<p>Тема 2.6. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах</p>	<p>Содержание учебного материала Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.</p>	1	2

**Документ подписан
электронной подписью**
08.07.2021 13:45
Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C0638C
Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"
Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

чрезвычайных ситуаций			
Тема 2.7. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий	2	2
Тема 2.8. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Содержание учебного материала МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.	1	2
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка рефератов: Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	2	
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность		12+11	
Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России	Содержание учебного материала Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.	2	2
Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации	Содержание учебного материала Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности	2	2

Документ подписан
электронной подписью
Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C0638C
Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОБЪЕДУ ТМК
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

	Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение.		
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка презентаций: Геральдика Вооруженных сил РФ, Виды Вооруженных сил РФ, Рода Вооруженных сил РФ	3	
Тема 3.3. Воинская обязанность	Содержание учебного материала -Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет. -Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе. -Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. -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. -Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся:		
	Подготовка докладов по темам: Правовая основа и стадии осуществления воинской обязанности, Обязанности и права призывников, Право на отсрочку, Правовое положение военнообязанных, Пребывание в запасе, Воинская обязанность граждан в условиях мобилизации, Служба по контракту, Назначение и особенности альтернативной гражданской службы, Преимущество и недостатки гражданской службы, Преступления против военной службы.	2	
Тема 3.4. Военнослужащи й – защитник своего Отечества	Содержание учебного материала -Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива.	2	2

Документ подписан
электронной подписью
08.07.21 13:45
Сертификат: 0186488E09D6ABA18346EBA16D69C0638C
Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

	<p>расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.</p> <p>-Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.</p>		
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Подготовка докладов по темам: Психические и моральные этические качества призывника, Анализ особенностей воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил, Значение и сущность воинской дисциплины, Обязанности и права призывников, Качества личности военнослужащего.</p>	2	
Тема 3.5. Как стать офицером Российской армии	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.</p>	1	2
Тема 3.6. Боевые традиции Вооруженных Сил России	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества. Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России — дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.</p>	2	2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Подготовка эссе: Мое понимание патриотизма и верности воинскому долгу</p>	2	
Тема 3.7. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.</p>	1	2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Подготовка доклада: Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части</p>	2	
Раздел 4. Основы медицинских знаний			
Тема 4.1.	Содержание учебного материала		

**Документ подписан
электронной подписью**

08.07.21 13:26+6

Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C0638C
Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"
Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

Понятие первой помощи	Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».	1	2
Тема 4.2. Понятие травм и их виды	Содержание учебного материала Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.	2	2,3
Тема 4.3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания	Содержание учебного материала Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.	1	2,3
Тема 4.4. Понятие и виды кровотечений	Содержание учебного материала Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.	1	2,3
	Практические занятия Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	2	3
Тема 4.5. Оказание первой медицинской помощи	Содержание учебного материала -Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. -Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений. -Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. -Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление. -Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.	4	2,3
	Практические занятия Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания. Оказание доврачебной помощи пострадавшему при различных видах поражения		

**Документ подписан
электронной подписью**

08.07.21 13:45
Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D09C0638C
Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"
Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОБЪЕКТУ ТМК
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

	Перевязки, наложение и снятие гипсовых повязок Способы транспортировки больных		
Тема 4.6. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика	Содержание учебного материала		
	Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка презентаций: Профилактика инфекционных заболеваний. СПИД — чума XXI века.	3	
Тема 4.7. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка	Содержание учебного материала		
	Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка презентации: Политика государства по поддержке семьи.	3	
Тема 4.8. Основы ухода за младенцем	Содержание учебного материала		
	Физиологические особенности развития новорожденных детей. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.	1	2
	Практические занятия		
	Основные мероприятия по уходу за младенцами	2	
Дифференцированный зачет		2	

Тематический план учебных сборов (для юношей)

№ п/п	Тема занятия	Количество часов					Общее количество часов
		1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день	
1	Тактическая подготовка			2	1	1	4
2	Огневая подготовка		3		2	4	9
3	Радиационная, химическая и биологическая защита			2			
4	Общевоинские уставы	4	1	1	2		8
5	Строевая подготовка	1		1	1	1	4
6	Физическая подготовка	1	1	1	1	1	5
7	Военно-медицинская подготовка		2				2
8	Основы безопасности военной службы	1					
	Итого	7	7	7	7	7	

**Документ подписан
электронной подписью**

08.07.2113:45
Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C063BC
Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"
Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

Тематический план учебной дисциплины (для девушек)

Наименование разделов и тем	Количество часов												Всего часов	В том числе (аудит)
	1 курс				2 курс				3 курс					
	Кол. часов (аудит)	л/з	п/з	с/р	Кол. часов (аудит)	л/з	п/з	с/р	Кол. часов (аудит)	л/з	п/з	с/р		
Введение	2												2	2
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	10		6	10									26	16
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	10		8	8									26	18
Раздел 3. Основы медицинских знаний	22		12	18									52	34
Дифференцированный зачет			2										2	2
Итого	44		28	36									108	72

Содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
Введение	Содержание учебного материала		
	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессии СПО	2	2
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		16+10	
Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни	Содержание учебного материала		
	Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	1	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка реферата: Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья	2	
Тема 1.2. Факторы, способствующие	Содержание учебного материала		
	Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравниновенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение	2	2

Документ подписан
электронной подписью

08.07.21 13:45
Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C0638C
Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"
Владелец: Толстенькая Татьяна Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

укреплению здоровья	для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.		
	Практические занятия		
	Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	2	3
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка презентации: Факторы, способствующие укреплению здоровья	2	
Тема 1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	Содержание учебного материала		
	Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.	1	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка таблицы: Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	1	
Тема 1.4. Вредные привычки и их профилактика	Содержание учебного материала		
	Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. 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. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	3	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка презентаций: Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Табакокурение и его влияние на здоровье. Наркотики и их пагубное воздействие на организм. Компьютерные игры и их влияние на организм человека.	3	
Тема 1.5. Правила и безопасность дорожного движения	Содержание учебного материала		
	Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	1	2
	Практические занятия		
	Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	4	3
Тема 1.6. Репродуктивное здоровье как составляющая	Содержание учебного материала		
	Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.		2
	Самостоятельная работа обучающихся		

Документ подписан
электронной подписью

08.07.2021 13:45
Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C0638C
Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"
Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

часть здоровья человека и общества	Подготовка реферата: Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.	2	
Тема 1.7. Правовые основы взаимоотношения полов	Содержание учебного материала		
	Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	1	2
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения		18+8	
Тема 2.1. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	Содержание учебного материала		
	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	2	2
	Практические занятия		
	Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. Изучение первичных средств пожаротушения. Оработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).	6	3
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка рефератов: Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.	2	
Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	Содержание учебного материала		
	РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	1	2
Тема 2.3. Гражданская оборона –	Содержание учебного материала		
	Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.		2

**Документ подписан
электронной подписью**

08.07.21 13:45
Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D49C0638C
Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"
Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ГМК
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

составная часть обороноспособности страны			
Тема 2.4. Современные средства поражения и их поражающие факторы	Содержание учебного материала		
	Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.	1	2
	Практические занятия		
	Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	2	3
Тема 2.5. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	Содержание учебного материала		
	Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.	1	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка реферата: Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения	2	
Тема 2.6. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала		
	Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.	1	2
Тема 2.7.	Содержание учебного материала		

**Документ подписан
электронной подписью**
08.07.21 13:45

Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C0638C
Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"

Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций	Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий	2	2
Тема 2.8. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Содержание учебного материала		
	МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.	1	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка рефератов: Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	2	
Раздел 3. Основы медицинских знаний		34+18	
Тема 4.1. Понятие первой помощи	Содержание учебного материала		
	Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».	1	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка рефератов: Влияние производственных факторов на организм работников	2	
Тема 4.2. Понятие травм и их виды	Содержание учебного материала		
	Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.	2	2,3
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка презентации: Оказание первой помощи при бытовых травмах	3	
Тема 4.3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания	Содержание учебного материала		
	Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.		2

Документ подписан
электронной подписью
08.07.21 13:45
Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C0638C
Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"
Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

Тема 4.4. Понятие и виды кровотечений	Содержание учебного материала		
	Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.	2	2,3
	Практические занятия		
	Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	2	3
Тема 4.5. Оказание первой медицинской помощи	Содержание учебного материала		
	-Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. -Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений. -Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. -Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление. -Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.	10	2,3
	Практические занятия		
	Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания. Оказание доврачебной помощи пострадавшему при различных видах поражения Перевязки, наложение и снятие гипсовых повязок Способы транспортировки больных	8	3
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка презентации: Оказание первой помощи при бытовых травмах	3	
Тема 4.6. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика	Содержание учебного материала		
	Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.	2	2,3
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка презентаций: Профилактика инфекционных заболеваний. СПИД — чума XXI века.	3	
Тема 4.7. Здоровье	Содержание учебного материала		
	Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и планирование	2	2,3

**Документ подписан
электронной подписью**
08.07.21 13:45

Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C0638C
Владелец: Тколенева Фаяна Степановна ДИРЕКТОР ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ЦЕНТРА
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

родителей и здоровье будущего ребенка	беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.		
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка презентации: Политика государства по поддержке семьи. Подготовка реферата: Здоровье родителей — здоровье ребенка	4	
Тема 4.8. Основы ухода за младенцем	Содержание учебного материала		
	Физиологические особенности развития новорожденных детей. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.	2	2
	Практические занятия		
	Основные мероприятия по уходу за младенцами	2	3
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Подготовка презентации: Рождение ребенка — высшее чудо на Земле	3	
Дифференцированный зачет		2	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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

**Документ подписан
электронной подписью**

08.07.2113:45
Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C063BC
Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"
Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Безопасности жизнедеятельности».

Оборудование учебного кабинета:

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

Технические средства обучения:

- интерактивная доска с лицензионным программным обеспечением и мультимедиапроектор. Помещение кабинета основ безопасности жизнедеятельности должно удовлетворять требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 178-02)¹. Оно должно быть оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки учащихся.

В кабинете должно быть мультимедийное оборудование, при помощи которого участники образовательного процесса могут просматривать визуальную информацию по основам безопасности жизнедеятельности, создавать презентации, видеоматериалы, иные документы.

В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» входят:

многофункциональный комплекс преподавателя;
наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов, портретов выдающихся ученых в области обеспечения безопасной жизнедеятельности населения и др.);
информационно-коммуникативные средства;
экранно-звуковые пособия;

тренажеры для отработки навыков оказания сердечно-легочной и мозговой реанимации с индикацией правильности выполнения действий на экране компьютера и пульте контроля управления — роботы-тренажеры типа «Гоша» и др.;

тренажер для отработки действий при оказании помощи в воде;

имитаторы ранений и поражений;

образцы аварийно-спасательных инструментов и оборудования (АСИО), средств индивидуальной защиты (СИЗ): противогаз ГП-7, респиратор Р-2, защитный костюм Л-1, общевойсковой защитный костюм, общевойсковой прибор химической разведки, компас-азимут; дозиметр бытовой (индикатор радиоактивности);

учебно-методический комплект «Факторы радиационной и химической опасности» для изучения факторов радиационной и химической опасности;

образцы средств первой медицинской помощи: индивидуальный перевязочный пакет ИПП-1; жгут кровоостанавливающий; аптечка индивидуальная АИ-2; комплект противоожоговый; индивидуальный противохимический пакет ИПП-11; сумка санитарная; носилки плащевые; образцы средств пожаротушения (СП);

¹ Письмо Министерства образования и науки РФ от 24.11.2011 № МД-1552/03 «Об оснащении общеобразовательных учреждений учебным и учебно-лабораторным оборудованием».



(СП);

макеты: встроенного убежища, быстровозводимого убежища, противорадиационного укрытия, а также макеты местности, зданий и муляжи;

макет автомата Калашникова;

электронный стрелковый тренажер;

обучающие и контролирующие программы по темам дисциплины;

комплекты технической документации, в том числе паспорта на средства обучения, инструкции по их использованию и технике безопасности;

библиотечный фонд.

В библиотечный фонд входят учебники, учебно-методические комплекты (УМК), обеспечивающие освоение учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», рекомендованные или допущенные для использования в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования.

Библиотечный фонд может быть дополнен энциклопедиями, справочниками, научной и научно-популярной литературой и др.

В процессе освоения программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» студенты должны иметь возможность доступа к электронным учебным материалам по основам безопасности жизнедеятельности, имеющимся в свободном доступе в сети Интернет (электронным книгам, практикумам, тестам).

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Для студентов

1. *Айзман Р.И., Омельченко И.В.* Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. — М., 2016.
2. *Аксенова М., Кузнецов С., Евлахович и др.* Огнестрельное оружие. — М., 2015.
3. *Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А.* Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.
4. *Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А.* Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.
5. *Косолапова Н.В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е.Л.* Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.
6. *Косолапова Н.В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е.Л.* Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для учреждений сред. проф. образования. — М., 2013.
7. *Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л.* Безопасность жизнедеятельности: электронное учебное издание для обучающихся по профессиям в учреждениях сред. проф. образования. — М., 2014.
8. *Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л.* Безопасность жизнедеятельности: электронное приложение к учебнику для учреждений сред. проф. образования. — М., 2018.
9. *Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л.* Безопасность жизнедеятельности: электронный учебно-методический комплекс для учреждений сред. проф. образования. — М., 2018.
10. *Микрюков В.Ю.* Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов сред. проф. образования. — М., 2014.

Документ подписан
электронной подписью

08.07.2113:45

Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C063BC

Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"

Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК

Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02

подпись верна

11. **Микрюков В. Ю.** Основы военной службы: учебник для учащихся старших классов сред. образовательных учреждений и студентов сред. спец. учеб. заведений, а также преподавателей этого курса. — М., 2014.
12. **Микрюков В.Ю.** Азбука патриота. Друзья и враги России. — М., 2016.

Для преподавателей

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных федеральными конституционными законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ) // СЗ РФ. — 2009. — № 4. — Ст. 445.
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (в ред. федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ) «Об образовании в Российской Федерации».
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования”».
5. Гражданский кодекс РФ (Ч. 1) (утвержден Федеральным законом от 30.11.94 № 51-ФЗ (в ред. от 11.02.2013, с изм. и доп. от 01.03.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 32 (Ч. 1). — Ст. 3301.
6. Гражданский кодекс РФ (Ч. 2) (утвержден Федеральным законом от 26.01.96 № 14-ФЗ) (в ред. от 14.06.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 5 (Ч. 2). — Ст.410.
7. Гражданский кодекс РФ (Ч. 3) (утвержден Федеральным законом от 26.11.01 № 146-ФЗ) (в ред. от 05.06.2012) // СЗ РФ. — 2001. — № 49. — Ст. 4552.
8. Гражданский кодекс РФ (Ч. 4) (утвержден Федеральным законом от 18.12.06 № 230-ФЗ) (в ред. от 08.12.2011) // СЗ РФ. — 2006. — № 52 (Ч. 1). — Ст. 5496.
9. Семейный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 29.12.1995 № 223-ФЗ) (в ред. от 12.11.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 1. — Ст. 16.
10. Уголовный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 13.06.1996 № 63-ФЗ) (в ред. от 07.12.2011 ; с изм. и доп., вступающими в силу с 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 25. — Ст. 2954.
11. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.
12. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.
13. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.
14. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.
15. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.
16. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 13. — Ст. 133.

**Документ подписан
электронной подписью**

Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C063BC
Кем выдан: 2009-08-04
Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК
Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
подпись верна

17. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.
18. Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.
19. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.
20. **Кобяков Ю.П.** Физическая культура. Основы здорового образа жизни. — М., 2012.
21. **Косолапова Н.В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е.Л.** Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2013.
22. **Митяев А.** Книга будущих командиров. — М., 2016
23. **Назарова Е.Н., Жиллов Ю.Д.** Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2019.
24. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2016.
Справочники, энциклопедии
1. **Изотова М.А., Царева Т.Б.** Полная энциклопедия орденов и медалей России. — М., 2008.
2. **Ионина Н.А.** 100 великих наград. — М., 2019.
3. **Каменев А.И.** Энциклопедия русского офицера. — М., 2008.
4. **Каторин Ю. Ф.** Танки: иллюстрированная энциклопедия. — М., 2016.
5. **Лубченков Ю.Н.** Русские полководцы. — М., 2019.

Интернет-ресурсы

- www.mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ). www.mvd.ru
(сайт МВД РФ).
www.mil.ru (сайт Минобороны).
www.fsb.ru (сайт ФСБ РФ).

**Документ подписан
электронной подписью**

08.07.2113:45

Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C063BC

Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"

Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК

Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02

подпись верна

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, контрольной работы, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>Освоение содержания учебной дисциплины «ОБЖ» обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:</p> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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; - самостоятельно определять действия по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности; - воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; - самостоятельно находить, анализировать и отбирать информацию в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий; - 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; - применять полученные теоретические знания на практике - принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей; - анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения; - информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях. 	<p>Наблюдение за деятельностью обучаемого со стороны преподавателя Взаимоконтроль обучающихся Выполнение индивидуальных заданий Устные сообщения Тестирование Фронтальные и индивидуальные опросы по темам Текущий контроль на практических занятиях Контрольные работы</p>

**Документ подписан
электронной подписью**
 08.07.21 13:45
 Сертификат: 0185488E00D6ABA18346EBA16D69C063BC
 ООО "Компания "Тензор"
 Владелец: Колесова Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОБЪЕДУ ТМК
 Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02
 подпись верна

Знать:

- о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищённость личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- основы государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- об опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- основные меры защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- основы обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- основы медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

**Документ подписан
электронной подписью**

08.07.2113:45

Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C063BC

Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"

Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК

Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02

подпись верна

Примерные темы рефератов (докладов),

индивидуальных проектов

1. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
2. Взаимодействие человека и среды обитания.
3. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.

4. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
5. Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.
6. Факторы, способствующие укреплению здоровья.

7. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
8. Роль физической культуры в сохранении здоровья.
9. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
10. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
11. Табакокурение и его влияние на здоровье.
12. Наркотики и их пагубное воздействие на организм.

**Документ подписан
электронной подписью**

08.07.2113:45

Сертификат: 0186488E00D6ABA18346EBA16D69C063BC

Кем выдан: ООО "Компания "Тензор"

Владелец: Тюленева Фаина Степановна ДИРЕКТОР ОГБПОУ ТМК

Действителен: с 2020-06-10 08:28:02 по 2021-09-10 08:28:02

подпись верна