

ПРИМЕРНАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД 07 Основы безопасности жизнедеятельности

Адаптированная образовательная программа по профессии
среднего профессионального образования

29.01.03 Сборщик обуви

Форма обучения - очная

Нозология – иные нарушения

Город, 2020 г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОУД 07 Основы безопасности жизнедеятельности разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по профессии 29.01.03 Сборщик обуви утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1547 от 09.12.2016г.

Разработчик Белова Екатерина Викторовна методист, преподаватель ГБПОУ МО «Луховицкий аграрно-промышленный техникум»

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРИМЕРНОЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРИМЕРНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ПРИМЕРНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16

1. ПАСПОРТ ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД 07 Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения рабочей программы

Примерная рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки квалифицированных служащих в соответствии с ФГОС по профессии СПО 29.01.03. Сборщик обуви, входящей в укрупненную группу специальностей 29.00.00 ТЕХНОЛОГИИ ЛЕГКОЙ ПРОМЫШЛЕННОСТИ

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

Дисциплина входит в состав предметов общеобразовательного цикла.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, определять степень риска развития ЧС;

использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового и безопасного образа жизни;

давать оценку состояния окружающей среды и прогнозировать возможные последствия негативного влияния на нее деятельности человека;

владеть навыками в области гражданской обороны;

пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья, соблюдать правила безопасности дорожного движения;

прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода, велосипедиста, водителя транспортных средств, в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья;

владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;

использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы;

оказывать первую помощь пострадавшим.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

основные составляющие здорового и безопасного образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;

факторы, определяющие репродуктивное здоровье человека;

предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;

закономерности взаимодействия человека с окружающей средой;

правила безопасности дорожного движения;

потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;

основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;

состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;

порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;

основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;

основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;

требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;

применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;

предназначение, структуру и задачи РСЧС;

предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 108 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 72 часа;

самостоятельной работы обучающегося 36 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРИМЕРНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Максимальной учебной нагрузки обучающегося	108
Обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося	72
в том числе:	
лабораторные работы	0
практические работы	20
контрольные работы	0
курсовая работа (проект)	0
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	36
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	0
<i>Подготовка сообщений, составление тематических таблиц и схем.</i>	36
<i>Аттестация по УД в форме дифференцированного зачёта 2 семестр</i>	

2.2 Тематический план и содержание примерной учебной дисциплины ОУД 07 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем.	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся.	Объём часов.	Уровень освоения.
1	2	3	4
Введение.	Всего.	2	
	Теоретические занятия. Актуальность изучения дисциплины. Цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения и понятия. Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности.	2	2
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.	Всего.	17	
	Теоретические занятия. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. 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. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера, как источник негативных факторов. Алкоголь и его влияние на здоровье человека Курение и его влияние на здоровье человека Наркотики и наркомания, социальные последствия Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Правовые взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в РФ Правила и безопасность дорожного движения. Правила поведения и нахождения на железнодорожном транспорте Безопасность в общественном транспорте	13	2
	Практические занятия Изучение основных положений организации рационального питания и	2	2

	освоение методов его гигиенической оценки		
	Практические занятия Вредные привычки и их профилактика	2	2
	Самостоятельная работа Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной технической литературы по вопросам к параграфам. Подготовка сообщений по темам: Эволюция среды обитания, переход к техносфере. Взаимодействие человека и среды обитания. Стратегия устойчивого развития, как условие выживания человечества. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Виды питания. 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. Табакокурение и его влияние на здоровье. Наркотики и их пагубное воздействие на организм. Компьютерные игры и их влияние на организм человека. Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.	10	
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.	Всего.	19	
	Теоретические занятия. Общие понятия классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера Характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. История создания (РСЧС) Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	13	2

	<p>Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.</p> <p>Эвакуация населения в условиях ЧС.</p> <p>Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.</p> <p>Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах ЧС.</p> <p>Обучение населения защите от ЧС.</p> <p>Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.</p> <p>Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники</p>		
	<p>Практические занятия</p> <p>Изучение и отработка моделей поведения в условиях ЧС природного характера</p>	2	2
	<p>Практические занятия</p> <p>Изучение и отработка моделей поведения в условиях ЧС техногенного характера.</p>	2	2
	<p>Практические занятия</p> <p>Изучение первичных средств пожаротушения</p>	2	2
	<p>Самостоятельная работа</p> <p>Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной технической литературы по вопросам к параграфам.</p> <p>Подготовить сообщение по темам:</p> <p>Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для нашего региона проживания.</p> <p>Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для нашего региона проживания.</p> <p>Терроризм, как основная социальная опасность современности.</p> <p>Космические опасности: мифы и реальность.</p> <p>Современные средства поражения и их поражающие факторы.</p> <p>Оповещение и информирование населения об опасности.</p> <p>Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.</p> <p>МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от ЧС.</p>	10	
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность	Всего.	18	
	<p>Теоретические занятия.</p> <p>История создания Вооруженных Сил Российской Федерации. Основные</p>	14	2

	<p>предпосылки проведения военной реформы на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил РФ Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации 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. Основные понятия о воинской обязанности Призыв на военную службу Прохождение военной службы по призыву Прохождение военной службы по контракту Альтернативная гражданская служба Права и обязанности военнослужащих Воинская дисциплина и ответственность Боевые традиции Вооруженных сил РФ. Символы воинской чести</p>		
	Практические занятия Определение правовой основы военной службы	1	2
	Практические занятия Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции	2	2
	Практические занятия Отработка порядка приема Военной присяги	1	2
	Самостоятельная работа Проработка лекционного материала, конспектов изучение дополнительного материала Работа с интернет – ресурсами Подготовка сообщений, рефератов на темы: «Альтернативная гражданская служба», «Дни воинской славы России» Решение ситуационных задач.	10	
Раздел 4. Основы медицинских знаний.	Всего.	15	
	Теоретические занятия. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации». Первая помощь при травмах различных областей тела	9	2

	Первая помощь при травмах различных областей тела Первая помощи при синдроме длительного сдавливания Первая помощь при наружных кровотечениях Первая помощь при ожогах Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Первая помощь при отравлениях Первая помощь при отсутствии кровообращения Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика		
	Практические занятия Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания	2	2
	Практические занятия Изучение и освоение основных приёмов оказания первой помощи при кровотечении	2	2
	Практические занятия Правила наложения повязок различного типа	1	2
	Практические занятия Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при различных видах травм	1	2
	Самостоятельная работа Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной технической литературы по вопросам к параграфам. Подготовить сообщение по темам: Профилактика инфекционных заболеваний. Первая помощь при острой сердечной недостаточности. Оказание первой помощи при бытовых травмах. Духовность и здоровье семьи. Здоровье родителей – здоровье ребёнка. Формирование здорового образа жизни с пелёнок. Рождение ребёнка – высшее чудо на Земле. Политика государства по поддержанию семьи.	6	
	Дифференцированный зачёт.	1	2
	Всего:	108	

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).

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета основ безопасности жизнедеятельности.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места по количеству обучающихся, рабочее место преподавателя, аудиторная доска с магнитной поверхностью и набором приспособлений для крепления таблиц, раздаточный материал, индивидуальные средства защиты (респираторы, противогазы), общевойсковой защитный комплект, перевязочные средства (бинты, вата медицинская, лейкопластыри, косынка медицинская), шины, жгут кровоостанавливающий, макеты автомата Калашникова, убежищ, местности, учебные гранаты, костюмы с головным убором, полоса препятствий.

Технические средства обучения: компьютер с программным обеспечением.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред.проф. образования. — М., 2018.
2. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред.проф. образования. — М., 2018.
3. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений сред.проф. образования. — М., 2018.
4. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб.пособие для учреждений сред. проф. образования. — М., 2018.
5. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное учебное издание для обучающихся по профессиям в учреждениях сред.проф. образования. — М., 2017.
6. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов сред.проф. образования. — М., 2017.
7. Тупикин Е.Н., Евтеев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебное пособие для учащихся начального профессионального образования. – Вологда: Издательский центр ВИРО, 2017. – 312 с.

Дополнительные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие, под общей редакцией Полишко В.В., Вентана-Граф, 2015 год – 220 стр.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс. Учебник. Вангородский С.Н., Кузнецов М. И., Латчук В. Н., Марков В. В. Учебник. ОБЖ. 8 класс. Дрофа – 2016, 252 стр.
3. Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Учеб.для учащихся 11 кл. общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, В. А. Васнев. — 3-е изд. — М.: Просвещение, 2017. — 159 с
4. Смирнов, Хренников: Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс. Учебник, Просвещение – 2018г.- 224 стр.

Интернет-ресурсы:

<http://www.mvd.ru> (Сайт МВД)

<http://www.mchs.gov.ru> (Сайт МЧС)

<http://www.bezopasnost.edu66.ru> (Информационный портал ОБЖ)

<http://www.allsafety.ru> (Школа первой помощи)

<http://ombudsmanrf.org> (Права человека в РФ)

<http://www.spas-extreme.ru> (Портал детской безопасности)

<http://www.uznai-prezidenta.ru> (Президент России гражданам школьного возраста)

<http://www.school-obz.org> (Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»)

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающегося индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Уметь владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, определять степень риска развития ЧС; использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового и безопасного образа жизни; давать оценку состояния окружающей среды и прогнозировать возможные последствия негативного влияния на нее деятельности человека; владеть навыками в области гражданской обороны; пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе; адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья, соблюдать правила безопасности дорожного движения; прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода, велосипедиста, водителя транспортных средств, в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья; владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы; предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту; использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы; оказывать первую помощь пострадавшим.	Письменные практические работы, выполнение тестовых заданий различных видов, индивидуальные устные и письменные ответы, написание рефератов.
Знать	

<p>основные составляющие здорового и безопасного образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;</p> <p>факторы, определяющие репродуктивное здоровье человека;</p> <p>предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;</p> <p>закономерности взаимодействия человека с окружающей средой;</p> <p>правила безопасности дорожного движения;</p> <p>потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;</p> <p>основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;</p> <p>основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;</p> <p>состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;</p> <p>порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;</p> <p>основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;</p> <p>основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;</p> <p>требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;</p> <p>применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;</p> <p>предназначение, структуру и задачи РСЧС;</p> <p>предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;</p> <p>порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</p>	<p>Письменные практические работы, выполнение тестовых заданий различных видов, индивидуальные устные и письменные ответы, написание рефератов.</p> <p>Устные зачёты по темам.</p>
---	--