



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ САМАРСКОЙ  
ОБЛАСТИ

Государственное бюджетное профессиональное образовательное  
учреждение Самарской области  
«Тольяттинский политехнический колледж»  
(ГБПОУ СО «ТПК»)

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора  
по учебной работе

 / Гришина С.А. /

«1» сентября 2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА  
ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

общеобразовательного цикла  
основной общеобразовательной программы СПО  
по специальностям технологического профиля

ОДОБРЕНА

Предметной -цикловой

комиссией общеобразовательных дисциплин

Протокол № 6 от « 5 » июня 2019 г.

Председатель ПЦК ООД

Максимов С.Е. / Максимов С.Е./

Автор

Тихонова Н.Ю. /Тихонова Н.Ю. /

« 3 » июня 2019 г.

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана в соответствии с требованиями:

федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 г. №413, зарегистрирован в Минюсте России 07.06.2012 №24480 (в ред. Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014 №1645, от 31.12.2015 №1578, от 29.06.2017 № 613);

федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – СПО) по специальностям технологического профиля;

рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой специальности или профессии среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259);

примерной программы учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (далее – ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования, протокол № 3 от «21» июля 2015г, регистрационный номер рецензии № 387 от «23» июля 2015г. ФГАУ «ФИРО»;

примерной основной образовательной программой среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016г. № 2/16–з).

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА .....	5
1.1. Область применения программы учебного предмета .....	5
1.2. Место учебного предмета в структуре ООП .....	5
1.3. Планируемые результаты освоения учебного предмета .....	5
1.4. Количество часов на освоение программы учебного предмета.....	8
2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ .....	8
2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы .....	8
2.2. Тематический план и содержание учебного предмета .....	9
2.3. Содержание профильной составляющей .....	17
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА .....	17
3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.....	17
3.2 Информационное обеспечение обучения .....	18
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА .....	19
4.1 Контрольные вопросы по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности».....	21
4.2 Оценка индивидуальных образовательных достижений.....	22
5. ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ .....	22
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 .....	23

## **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ».**

### **1.1. Область применения программы учебного предмета.**

Программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» является частью общеобразовательного цикла основной образовательной программы СПО по специальностям технологического профиля среднего профессионального образования.

### **1.2. Место учебного предмета в структуре ООП.**

Учебный предмет является предметом общеобразовательного учебного цикла в соответствии с технологическим профилем профессионального образования.

Учебный предмет относится к предметной области ФГОС среднего общего образования естественных наук общей из обязательных предметных областей.

Уровень освоения учебного предмета в соответствии с ФГОС среднего общего образования базовый.

Реализация содержания учебного предмета предполагает соблюдение принципа строгой преемственности по отношению к содержанию 1 курса на ступени основного общего образования.

В то же время учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций обладает самостоятельностью и цельностью.

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» имеет межпредметную связь с общеобразовательными учебными предметами: «История», «Физическая культура», и профессиональными дисциплинами: «Безопасность жизнедеятельности», «Основы проектной деятельности».

Изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается промежуточной аттестацией в форме дифференциального зачета в рамках освоения ООП на базе основного общего образования.

### 1.3. Планируемые результаты освоения учебного предмета.

Планируемые результаты освоения учебного предмета:

#### **личностные результаты:**

1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);

2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;

3) готовность к служению Отечеству, его защите;

4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;

5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;

7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;

11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;

15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

#### **метапредметные результаты:**

1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;

4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;

7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;

9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

#### **предметные результаты:**

1) сформированность представлений 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 защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

- 3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- 4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- 5) знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- 6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);
- 7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- 8) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- 9) умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- 10) знание основ 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;
- 11) знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- 12) владение основами 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.

#### **1.4. Количество часов на освоение программы учебного предмета**

Объем образовательной нагрузки обучающегося 70 часов, в том числе:

- 1) учебная нагрузка обучающегося во взаимодействии с преподавателем:
  - всего учебных занятий 69 часа,
  - консультаций 0 часа,
  - промежуточной аттестации 1 часов
- 2) самостоятельная учебная работа обучающегося 0 часов.

В том числе часов **вариативной части** учебных циклов ООП: не предусмотрено.



## 2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

### 2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы.

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Объем образовательной нагрузки</b>	70
Учебная нагрузка обучающихся (час.) в том числе:	
<b>Самостоятельная учебная работа</b>	0
<b>Учебная нагрузка обучающихся (час.) во взаимодействии с преподавателем в том числе:</b>	
всего учебных занятий (в т. ч. по учебным дисциплинам)	69
<i>теоретическое обучение</i>	69
<i>лабораторных и практических занятий</i>	0
консультации	0
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	1

**2.2. Тематический план и содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
<b>Введение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>	
	Актуальность изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи предмета. Основные теоретические положения предмета, 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 и специальностей СПО.		1	1
<b>Тема 1</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>15</b>	
<b>Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>	1	Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	1	2
	2	Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и её 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
	3	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Классификация, характер и причины загрязнения среды обитания. Техносфера, как источник негативных факторов.	2	2
	4	Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления	2	2

		алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.		
	5	Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. Статистика за год по регионам России. Причины ДТП.	2	2
	6	Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Наиболее распространённые причины пожаров в быту. Законодательство Российской Федерации о пожарной безопасности. Правило личной безопасности при пожаре. Обеспечение личной безопасности на водоёмах. Безопасность на замерзших водоёмах. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом. Меры безопасности при пользовании в доме водой, средствами бытовой химии. Меры безопасности при работе инструментами. Порядок вызова спасательных служб по телефону в бытовых чрезвычайных ситуациях.	2	2
	7	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Репродуктивный период. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Витамины для репродуктивной сферы. Здоровый образ жизни –необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья. Внешняя среда и репродуктивное здоровье. Охрана репродуктивного здоровья.	2	2
	8	Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребёнка».	2	2
<b>Тема 2</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>16</b>	

<b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	1	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. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация).	2	2
	2	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	2	2
	3	Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.	2	2
	4	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.	2	2
	5	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.	2	2
	6	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.	2	2
	7	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных	2	2

		действий.		
	8	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. 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.	2	2
<b>Тема 3</b>	Содержание учебного материала		<b>18</b>	
<b>Основы обороны государства и воинская обязанность</b>	1	История создания Вооруженных Сил России. 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

	2	Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. 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 РФ, внутренние войска Министерства внутренних дел РФ, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение.	2	2
	3	Воинская обязанность. 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.	2	2
	4	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: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на образовательных учреждениях высшего профессионального образования военных кафедрах.	2	2
	5	Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.	2	2

	6	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
	7	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. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).	2	2
	8	Воинская дисциплина и ответственность. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).	2	2
	9	Как стать офицером Российской армии. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.  Боевые традиции Вооруженных Сил России. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество - боевая традиция Российской армии и флота.  Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы.	2	2

<b>Тема 4. Основы медицинских знаний</b>	Содержание учебного материала		<b>20</b>	
	1	Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».	2	2
	2	Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.	2	2
	3	Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.	2	2
	4	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.	2	2
	5	Первая помощь при отравлениях. Задачи первой помощи при отравлении. Основные признаки и симптомы отравления. Первая помощь при пищевом отравлении. Острое и хроническое отравление.	2	2
	6	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. 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
	7	Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Основные причины	2	2



		остановки сердца. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.		
	8	Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Основные признаки внутреннего кровотечения.	2	2
	9	Здоровье родителей и здоровье будущего ребёнка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Особенности питания и образа жизни беременной женщины. Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцем. Духовность и здоровье семьи.	3	2
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>			1	
<b>Всего:</b>			<b>70</b>	

### **2.3. Содержание профильной составляющей.**

для **Темы 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья** являются следующие дидактические единицы:

1. факторы способствующие укреплению здоровья;
2. вредные привычки и их профилактика;
3. влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека,
4. основные источники загрязнения окружающей среды.
5. правовые основы взаимоотношения полов.

для **Темы 2. Государственная система обеспечения безопасности населения:**

1. общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
2. современные средства поражения и их поражающие факторы;
3. правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в качестве заложника;
4. обучение населения способам защиты от чрезвычайных ситуаций;
5. государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.

для **Темы 3. Основы обороны государства и воинская обязанность:**

1. история создания Вооруженных Сил РФ;
2. виды ВС РФ, рода войск;
3. обязательная подготовка граждан к военной службе;
4. качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к родине, высокая воинская дисциплина;
5. воинская дисциплина и ответственность.

для **Темы 4. Основы медицинских знаний:**

1. первая медицинская помощь при травмах и ранениях;
2. первая медицинская помощь при ожогах;
3. основные инфекционные болезни и их профилактика;
4. первая медицинская помощь при артериальном, венозном и капиллярном кровотечениях.

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.**

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

Реализация программы предмета требует наличия учебного кабинета «Безопасности жизнедеятельности и охраны труда».

**Оборудование учебного кабинета:** рабочее место преподавателя; посадочных мест по количеству обучающихся; доска классная; комплект учебных пособий, схем, плакатов по основам безопасности жизнедеятельности и основам военной службы.

**Технические средства обучения:** компьютер с лицензионным программным обеспечением; мультимедиа проектор; экран проекционный; электронная библиотека (видеофильмы, презентации).

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

Информационное обеспечение обучения содержит перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы, нормативных правовых актов.

#### **Основная литература:**

- 1 Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10-11 класс: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень / А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников, под общ. ред. А.Т. Смирнова; – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2016. – 256 с.
- 2 Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности 10 класс: учебник для общеобразовательных организаций: базовый и профильный уровень / А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников, под общ.ред. А.Т. Смирнова; Российская академия наук, Российская академия образования, издательство «Просвещение». – 6-е изд. – М.: Просвещение, 2015. – 351 с. (Академический школьный учебник)
- 3 Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности 11 класс: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень / А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников, под общ. ред. А.Т. Смирнова; – М.: Просвещение, 2015. – 320 с.

#### **Интернет-ресурсы:**

- 4 [www.63.mchs.gov.ru](http://www.63.mchs.gov.ru) (сайт ГУМЧС России по Самарской области).
- 5 [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).
- 6 [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).
- 7 [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ).
- 8 [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
- 9 [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
- 10 [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
- 11 [www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).
- 12 [www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность).

#### **Дополнительная литература:**

- 13 Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях: Учебное пособие/ В.П. Журавлев, Ю.С. Константинов, В.Н. Ланчук.- М.: Издательство Ассоциации строительных вузов, 2015.- 328 с.
- 14 Основы военной службы: Учебное пособие для студентов учреждений среднего проф. образования / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев; Под общей ред. А.Т. Смирнова. – 4-е

изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия»: Мастерство: Высшая школа, 2016.- 240 с.

#### **Нормативные правовые акты:**

- 15 Конституция Российской Федерации (действующая редакция).
- 16 Федеральный закон «О статусе военнослужащих».
- 17 Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»
- 18 Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе».
- 19 Федеральный закон «О противодействии терроризму».
- 20 Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
- 21 Уголовный кодекс РФ (действующая редакция).
- 22 Федеральный Закон РФ «Об обороне».
- 23 Семейный кодекс Российской Федерации (действующая редакция).
- 24 Военная доктрина Российской Федерации (действующая редакция).

#### **4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА.**

Образовательное учреждение, реализующее подготовку по учебному предмету, обеспечивает организацию и проведение промежуточной аттестации и текущего контроля индивидуальных образовательных достижений – демонстрируемых обучающимися знаний, умений и навыков.

Текущий контроль проводится преподавателем в процессе проведения тестирования.

Обучение учебного предмета завершается промежуточной аттестацией, которую проводит преподаватель. Формы и методы промежуточной аттестации и текущего контроля по учебному предмету самостоятельно разрабатываются образовательным учреждением и доводятся до сведения обучающихся не позднее двух месяцев от начала обучения.

Для промежуточной аттестации и текущего контроля образовательными учреждениями создаются фонды оценочных средств (ФОС). ФОС включают в себя педагогические контрольно-измерительные материалы, предназначенные для определения соответствия (или несоответствия) индивидуальных образовательных достижений основным показателям результатов подготовки.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
<b>Уметь:</b> применять способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	Устный опрос Тестирование
пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;	Практическая отработка
оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.	Устный опрос
оказывать первую помощь пострадавшим	Практическая отработка
<b>Знать/понимать:</b> основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;	Устный опрос Проверка подготовленных таблиц
потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;	Устный опрос.
основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера;	Устный опрос.
основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;	Устный опрос.
порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;	Проверка подготовленных таблиц
состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;	Устный опрос.
основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;	Устный опрос
основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;	Устный опрос
требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;	Устный опрос.
предназначение, структуру и задачи РСЧС;	Устный опрос
предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.	Тестирование
порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.	Устный опрос

#### **4.1. Контрольные вопросы по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности».**

##### **Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья**

1. Здоровый образ жизни. Составляющие здорового образа жизни.
2. Рациональное питание и его значение для здоровья.
3. Правила личной гигиены и здоровье человека.
4. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Режим дня, труда и отдыха.
5. Необходимость двигательной активности. Необходимость закаливания организма.
6. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.
7. Вредные привычки. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
8. Табачный дым и его составные части. Курение и его влияние на состояние здоровья.
9. Общие понятия о наркомании и токсикомании. Классификация наркотиков.
10. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.
11. Правила дорожного движения. Безопасность дорожного движения. Дорожные знаки.
12. Репродуктивное здоровье, как часть здоровья человека и общества.
13. Правовые аспекты взаимоотношения полов. Культура брачных отношений.
14. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей.

##### **Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения**

15. Определение техногенной катастрофы. Виды техногенных ЧС.
16. Меры защиты, неотложная помощь при аварии с выбросом аварийно-химических отравляющих веществ.
17. Определение чрезвычайных ситуаций природного характера.
18. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.
19. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
20. Правила поведения при получении сигнала о ЧС.
21. Правила поведения при эвакуации из образовательного учреждения.
22. Гражданская оборона. Задачи, структура гражданской обороны.
23. Основные права и обязанности граждан РФ в области ГО.
24. Оружие массового поражения. Поражающие факторы ядерного взрыва.
25. Химическое оружие. Классификация отравляющих веществ по воздействию на организм человека.
26. Бактериологическое (биологическое) оружие. Классификация возбудителей болезней в бактериологическом (биологическом) оружии.
27. Организация инженерной защиты населения. Виды, правила поведения в защитных сооружениях.
28. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.
29. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника.
30. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.

##### **Тема 3. Основы обороны государства и воинская обязанность**

31. История создания Вооруженных Сил России. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности.
32. Организационная структура Вооруженных Сил РФ.
33. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода ВС РФ.
34. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет.
35. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету.
36. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.
37. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.
38. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.

39. Военная дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву.

40. Патриотизм и верность воинскому долгу. Дружба, войсковое товарищество.

#### **Тема 4. Основы медицинских знаний**

41. Понятие травм и их виды.

42. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов.

43. Синдром длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза.

44. Основные виды и степени ожогов. Первая помощь при ожогах.

45. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека.

46. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.

47. Механизмы и факторы передачи (пути) инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Профилактика ВИЧ/СПИДа.

48. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии сознания.

49. Виды кровотечений. Первая помощь при капиллярном, венозном, артериальном кровотечении. Правило наложения жгута.

50. Как родить здорового малыша: программа планирования беременности.

#### **4.2. Оценка индивидуальных образовательных достижений.**

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений	
	балл (отметка)	вербальный аналог
90 ÷ 100	5	отлично
80 ÷ 89	4	хорошо
70 ÷ 79	3	удовлетворительно
менее 70	2	не удовлетворительно

На этапе промежуточной аттестации по медиане качественных оценок индивидуальных образовательных достижений преподавателем определяется интегральная оценка освоенных обучающимися знаний и умений как результатов освоения учебного предмета.

#### **5. ПРИМЕРНЫЕ ТЕМЫ 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 Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.

7 Роль физической культуры в сохранении здоровья.

8 Алкоголь и его влияние на здоровье человека.

9 Табакокурение и его влияние на здоровье.

10 Наркотики и их пагубное воздействие на организм.

11 Компьютерные игры и их влияние на организм человека.

12 Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.

13 Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.

14 Терроризм как основная социальная опасность современности

- 15 Космические опасности: мифы и реальность.
- 16 Современные средства поражения и их поражающие факторы.
- 17 Оповещение и информирование населения об опасности.
- 18 Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
- 19 МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
- 20 Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
- 21 Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.
- 22 Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
- 23 Города-герои Российской Федерации.
- 24 Профилактика инфекционных заболеваний.
- 25 Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
- 26 СПИД — чума XXI века.
- 27 Оказание первой помощи при бытовых травмах.
- 28 Формирование здорового образа жизни с пеленок.
- 29 Как стать долгожителем?
- 30 Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.

## Приложение 1

### ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АКТИВНЫХ И ИНТЕРАКТИВНЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Активные и интерактивные формы и методы обучения	формируемые универсальные учебные действия
1.	Правила и безопасность дорожного движения.	2	Урок-игра	<p>личностные — личностное самоопределение, ценностно-смысловая ориентация учащихся и нравственно-этическое оценивание смыслообразование и ориентация в социальных ролях и межличностных отношениях;</p> <p>коммуникативные — умение вступать в диалог и вести его, учитывая особенности общения с различными группами людей или текстом (книгой);</p>
2.	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в	2	Урок-игра	<p>личностные — личностное самоопределение, ценностно-смысловая ориентация</p>



	качестве заложника			<p>учащихся и нравственно-этическое оценивание смыслообразование и ориентация в социальных ролях и межличностных отношениях;</p> <p>коммуникативные — умение вступать в диалог и вести его, учитывая особенности общения с различными группами людей или текстом (книгой);</p>
3.	Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по призыву. Размещение военнослужащих и повседневный распорядок.	2	Урок-семинар	регулятивные — целеполагание, планирование, корректировка плана
4.	Первая помощь при ожогах и при обморожениях.	2	Урок-семинар	<p>познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– общеучебные учебные действия — умение поставить учебную задачу, выбрать способы и найти информацию для её решения, уметь работать с информацией, структурировать полученные знания;</li> <li>– логические учебные действия — умение анализировать и синтезировать новые знания, устанавливать причинно-следственные связи, доказывать свои суждения;</li> <li>– постановка и решение проблемы — умение сформулировать проблему и найти способ её решения.</li> </ul>