

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОД.01.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

2021 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе ФГОС по специальности 51.02.01 Народное художественное творчество (по видам).

Организация-разработчик: ГБПОУ РБ Башкирский республиканский колледж культуры и искусства.

Разработчик:

Селиверстов Максим Александрович, преподаватель БРККиИ.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	стр. 4
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	5
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	13
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	14

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОД. 01.07 Основы безопасности жизнедеятельности

### 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности 51.02.01 Народное художественное творчество (по видам).

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована другими образовательными учреждениями профессионального и дополнительного образования, реализующими образовательную программу среднего общего образования.

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

ОД.00 Общеобразовательный учебный цикл

ОД.01 Учебные дисциплины

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

Учебная дисциплина способствует формированию следующих компетенций:

ОК 10. Использовать умения и знания учебных дисциплин федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- действовать в чрезвычайных ситуациях;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;
- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать**:

- о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- о здоровье и здоровом образе жизни;
- о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций
- предназначение, структуру, задачи гражданской обороны.

Изучение учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» реализует воспитательный компонент ППСЗ:

- гуманистический характер воспитания и обучения;
- приоритет общечеловеческих ценностей, жизни и здоровья человека, свободного развития личности;
- воспитание гражданственности, трудолюбия, уважения к правам и свободам человека, любви к окружающему миру, Родине, семье;
- развитие национальных и региональных культурных традиций в условиях многонационального государства;
- демократический государственно-общественный характер управления образованием.

#### 1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося - 105 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 70 часов;

в том числе лекции - 61 час,

практические занятия - 9 часов,

самостоятельной работы обучающегося – 35 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>105</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>70</b>
в том числе:	
лабораторные работы	-
практические занятия	9
контрольные работы	-
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>35</b>
Индивидуальный проект	
<b>Промежуточная аттестация в форме зачета (3 семестр) и дифференцированного зачёта (4 семестр)</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОД.01.07 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Введение</b>		2	
Актуальность изучения дисциплины «ОБЖ»	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения.	2	1
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>		17 (23)	
<b>Тема 1.1</b> Здоровье и здоровый образ жизни	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности. 2. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье.	2	1 2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Написать реферат: «Роль личной мотивации к ведению здорового образа жизни. Польза здорового образа жизни в профессиональной деятельности».	1	
<b>Тема 1.2</b> Факторы, способствующие укреплению здоровья.	<b>Содержание учебного материала</b> Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность, закаливание, занятия физической культурой.	1	1
	<b>Практическая работа</b> Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	1	
	<b>Самостоятельная работа.</b> Планировать нагрузку на день, неделю, планировать нагрузку на месяц с учетом собственных биологических ритмов.	1	
<b>Тема 1.3</b> Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	<b>Содержание учебного материала</b> Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.	2	1 2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Разработать режим дня и меню рационального питания.	1	
<b>Тема 1.4</b> Вредные привычки	<b>Содержание учебного материала</b> Вредные привычки и их профилактика.	2	1
	<b>Самостоятельная работа.</b> Написать реферат на тему «Алкоголь и его влияние на здоровье человека.»	1	
<b>Тема 1.5</b> Правила и безопасность дорожного движения.	<b>Содержание учебного материала</b> Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	1	1
	<b>Практическая работа:</b>	2	

	Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. <b>Самостоятельная работа.</b> Написать реферат: «Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.»	1	
	Анализ и оценка дорожных ситуаций, опасных для жизни и здоровья		
<b>Тема 1.6</b> Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	Социальная роль женщины в современном обществе. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.		
<b>Тема 1.7</b> Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья.	<b>Содержание учебного материала</b>	4	
	Культура брачных отношений.		1
	Основные функции семьи.		3
	Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».		
	<b>Самостоятельная работа.</b> Найти информацию по теме «Духовность и здоровье семьи»	1	
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.</b>		16	
<b>Тема 2.1</b> Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	Понятие и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера		
	<b>Практическая работа:</b> Изучение и отработка моделей поведения в чрезвычайных ситуациях и условиях вынужденной природной автономии.	2	2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Составить алгоритм действий при получении сигнала о чрезвычайной ситуации.	1	
<b>Тема 2.2</b> Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	<b>Содержание учебного материала.</b>	2	1
	1. Чрезвычайные ситуации природного характера и их возможные последствия.		
	2. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.		
	3. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и возможные их последствия.		
	4. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.		
<b>Практическая работа:</b> Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. Изучение первичных средств пожаротушения.	1		

	<b>Самостоятельная работа.</b>		
	<b>Найти информацию по теме «Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.»</b>	1	
<b>Тема 2.3</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	<b>Содержание учебного материала.</b>	1	1
	1. История создания РСЧС, назначение, задачи.		
	2. Режимы функционирования.		
	3. Силы и средства ликвидации ЧС.		
	<b>Самостоятельная работа.</b>	1	
	Сделать сообщение: права и обязанности граждан РФ в области защиты от ЧС.		
<b>Тема 2.4</b> Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны.	<b>Содержание учебного материала.</b>	1	1
	1. Гражданская оборона, ее основные задачи, понятия и определения.		
	2. Управление гражданской обороной.		
	3. Системы оповещения и информирования.		
	<b>Самостоятельная работа.</b>	2	
	Подготовить сообщение: Правовые основы организации защиты населения.		
<b>Тема 2.5</b> Современные средства поражения и их поражающие факторы.	<b>Содержание учебного материала.</b>	2	1
	1. Обычные современные средства поражения.		
	2. Ядерное оружие.		
	3. Химическое оружие.		
	4. Биологическое оружие.		
	5. Современное высокоточное оружие.		
	<b>Занятие в форме практической подготовки.</b>	1	
	Умение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.		
	<b>Самостоятельная работа.</b>	2	
Подготовить сообщение об атомной бомбардировке городов Хиросима и Нагасаки.			
<b>Тема 2.6</b> Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	<b>Содержание учебного материала.</b>	1	1
	1. Убежища.		
	2. Укрытия, приспособленные для защиты населения.		
	3. Противорадиационные укрытия.		
	Средства индивидуальной защиты		
	<b>Самостоятельная работа.</b>	2	
Подготовить доклад на тему «Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения»			
<b>Практическая работа:</b>	1		
Отработка навыков использования средств индивидуальной и коллективной защиты			
<b>Тема 2.7</b> Аварийно-спасательные и другие неотложные работы,	<b>Содержание учебного материала.</b>	1	1
	Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ.		



проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.	Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.		
	<b>Самостоятельная работа.</b> Подготовить сообщение: как устраивать противорадиационные укрытия?	2	
<b>Тема 2.8</b> Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.	<b>Содержание учебного материала.</b> Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.	1	1
	<b>Практическое занятие.</b> Изучение практических способов защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1	
	<b>Самостоятельная работа.</b> Подготовить сообщение: как изготовить ватно-марлевую повязку в домашних условиях.	2	
	<b>Содержание учебного материала.</b> Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.	1	1
	<b>Самостоятельная работа.</b> Определить, какие места в вашем городе считаются криминогенными и почему?	2	
	<b>Тема 2.9</b> Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.		
<b>Тема 2.10</b> Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России	<b>Содержание учебного материала.</b> МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти	1	1
	<b>Самостоятельная работа.</b> Подготовить доклад на тему «МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.»	2	
<b>Раздел 3. Основы обороноспособности государства и воинская обязанность.</b>		18	
<b>Тема 3.1.</b> История создания Вооруженных Сил России	<b>Содержание учебного материала.</b> 1. Организация вооруженных сил Московского Государства в 14-15 веках. 2. Военная реформа Ивана Грозного в середине 16 века. 3. Военная реформа Петра 1, создание регулярной армии. 4. Дни воинской славы России. 5. Военные реформы России во второй половине 19 века, создание массовой армии. 6. Создание Советских вооруженных сил, их структура и предназначение.	4	1 2 1 2
	<b>Самостоятельная работа.</b> Написать реферат: «Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы».	2	

<b>Тема 3.2.</b> Организационная структура Вооруженных Сил России.	<b>Содержание учебного материала.</b>	4	1
	1. Виды Вооруженных сил Российской Федерации.		
	2. Рода Войск.		
	3. Другие войска.		
	4. Реформа Вооруженных Сил.		
	<b>Самостоятельная работа.</b>	2	
	Написать реферат на тему: Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.		
<b>Тема 3.3.</b> Боевые традиции Вооруженных Сил России	<b>Содержание учебного материала.</b>	2	1
	1. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника отечества.		
	2. Воинский долг – обязанность отечеству по его защите.		
	3. Войсковое товарищество, дружба, основа боевой готовности и боевая традиция Российской Армии и Флота.	2	
	<b>Самостоятельная работа.</b>	2	
Написать реферат на тему: Дружба и войсковое товарищество – боевые традиции Российской армии и флота.			
<b>Тема 3.4.</b> Символы воинской чести	<b>Содержание учебного материала.</b>	2	1
	1. Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы..		
	2. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.		
	3. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	2	
	<b>Самостоятельная работа</b>		
Подготовить реферат на тему: «Современные ордена и медали».			
<b>Тема 3.5.</b> Воинская обязанность	<b>Содержание учебного материала.</b>	3	1
	1. Основные понятия воинской обязанности.		
	2. Организация воинского учета, его предназначение.		
	3. Обязанности граждан по воинскому учету.		
	4. Организация воинского учета.		
	5. Обязательная и добровольная подготовка граждан к воинской службе.		
	6. Военные кафедры при ВУЗах.		
	7. Призыв на военную службу.		
	8. Общие, должностные, и специальные обязанности военнослужащих.		
	9. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок.		
	10. Прохождение военной службы по контракту.		
	11. Альтернативная гражданская служба.		
<b>Самостоятельная работа.</b>	2		
Написать реферат: Уголовная ответственность за нарушения воинской службы.			
Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.	1		
<b>Тема 3.6.</b> Военнослужащий –	<b>Содержание учебного материала.</b>	1	

защитник своего Отечества	1. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск.	1	
	2. Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы РФ.		
	3. Воинская дисциплина, ее сущность и значение.		
	4. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов.		
	<b>Самостоятельная работа.</b> Написать реферат на тему: Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.).		
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>		18	
<b>Тема 4.1</b> Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи	<b>Содержание учебного материала.</b>	11	1
	1. Понятие первой помощи		
	2. Понятие травм и их виды		
	3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Травматический токсикоз.		
	4. Понятие и виды кровотечений.		
	5. ПП при ожогах. ПП при воздействии низких температур		
	6. ПП при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути		
	7. ПП при отравлениях. ПП при отсутствии сознания.		
<b>Занятие в форме практической подготовки</b>	1		
1. Знание основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.			
2. Знание основных приемов искусственного дыхания.			
<b>Тема 4.2</b> Основные инфекционные заболевания и их профилактика.	<b>Самостоятельная работа</b>	4	1
	Написать реферат на тему» Оказание первой помощи при бытовых травмах.»		
	<b>Содержание учебного материала.</b>		
	8. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.		
	9. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основы ухода за младенцем.		
<b>Самостоятельная работа</b>	1		
Подготовить доклад на тему «Как стать долгожителем?»			
<b>Дифференцированный зачет</b>		2	
	<b>Всего</b>	<b>105</b>	
<b>Тематика индивидуальных проектов, докладов и сообщений:</b>			
1. Важность и необходимость здорового образа жизни.			
2. Взаимодействие человека и среды обитания.			
3. Военная политика России.			
4. Информационное превосходство как фактор выживания в 21 веке.			
5. Космос и военная безопасность России.			
6. Образование и национальная безопасность России.			
7. Информационное воздействие на человека и общество.			

<p>8. Устойчивое развитие – безопасность цивилизации.</p> <p>9. Военные реформы в России. Чернобыльская трагедия: десятилетия спустя.</p> <p>10. Вредные факторы, влияющие на здоровье. Глобальное потепление и природные чрезвычайные ситуации.</p> <p>11. Здоровый образ жизни залог счастливого будущего.</p> <p>12. Космические опасности: мифы и реальность.</p> <p>13. Наркомания и её опасность.</p> <p>14. О вреде курения.</p> <p>15. Опасные природные явления.</p> <p>16. Психологические аспекты деятельности в чрезвычайных ситуациях.</p> <p>17. Самые весомые проблемы общества и государства РФ – алкоголизм и «молодой» алкоголизм.</p> <p>18. Нравственность и здоровье.</p> <p>19. Формирование здорового человека как функция воспитания.</p> <p>20. Чрезвычайные ситуации, угрожающие безопасности окружающей среды</p>		
--	--	--

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

посадочные места по количеству обучающихся;

- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий «Основы безопасности жизнедеятельности» и «Основы военной службы»;
- учебные автоматы ММГ-2 шт.

Оборудование кабинета и рабочих мест кабинета «Основы безопасности жизнедеятельности»:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением,
- принтер,
- сканер;
- комплект учебно-методической документации.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы.**

**Основные источники:**

1. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности [Текст] : учеб. для студ. учрежден. СПО / Н. В, Косалапова, Н.А. Прокопенко,– 6-е изд., стер. – М. : Академия, 2019. – 288 с.  
- том числе в электронном формате:
2. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности и [Текст] : учеб. для студ. учрежден. СПО / Н. В, Косалапова, Н.А. Прокопенко,– 6-е изд., стер. – М. : Академия, 2019. – 288 с.

**Дополнительные источники:**

1. Смирнов, А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. [Текст]: М.: Просвещение, 2012.- 351 с.
2. Арустамов, Э. А. - Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учеб. для студ. учрежден. СПО / Э.А. Арустамов, Н.В. Косалапова, Н.А.Прокопенко, Г.В.Гуськов. – 13-е изд., стер. – М. : Академия, 2014. – 176 с.
3. Федеральные законы «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 61-ФЗ и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму» // Собрание законодательства Российской Федерации N 37 15 сентября 2014 г.

**Интернет-источники:**

1. [https://www.youtube.com/playlist?list=PLvtJKssE5Nrg78zTGWbWDO6cNmM\\_awGrV](https://www.youtube.com/playlist?list=PLvtJKssE5Nrg78zTGWbWDO6cNmM_awGrV)
2. <http://видео.обж.пф/vidouroki-obzh/>
3. <https://resh.edu.ru/subject/23/>

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

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
<b>Умения:</b>	
– оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья;	сдача контрольных тестов.
– действовать в чрезвычайных ситуациях;	практическая проверка навыков по использованию первичных средств пожаротушения, показ действий при моделировании реальной ситуации пожара.
– использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;	сдача контрольных тестов.
– оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;	фронтальный опрос, практический показ владения навыками оказания помощи.
– владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	сдача контрольных нормативов по использованию средств защиты.
<b>Знания:</b>	
– о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;	выполнение рефератов и самостоятельных работ, обсуждение и оценка.
– о здоровье и здоровом образе жизни;	выполнение рефератов и самостоятельных работ, обсуждение и оценка.
– о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;	выполнение проверочных тестов.
– предназначение, структуру, задачи гражданской обороны.	выполнение проверочных тестов.