


Министерство образования и науки

Донецкой Народной Республики

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Амвросиевский многопрофильный техникум»

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УПР


Баглай Л.Г.
« 31 » августа 2023 г.



СОГЛАСОВАНО

Директор БПОУ «Амвросиевский
многопрофильный техникум»

Сысенко А. М.

31 августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОДБ. 09 «Основы безопасности жизнедеятельности»

по профессии 43.01.09 «Повар, кондитер» гр. №11

ОДБ. 08 «Основы безопасности жизнедеятельности»

по профессии 35.01.13 «Тракторист-машинист с/хозяйственного производства» гр.
№14

ОДБ. 08 «Основы безопасности жизнедеятельности»

по профессии 15.01.05 «Сварщик (ручной и частично механизированной сварки
(наплавки)»

2023 г.

Программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессиям: 43.01.09 «Повар, кондитер», 35.01.13 «Тракторист-машинист с/хозяйственного производства», 15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки(наплавки)), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации РФ от от 29 января 2016 года № 50 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессиям 43.01.09 «Повар, кондитер», 35.01.13 «Тракторист-машинист с/хозяйственного производства», 15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки) (с изменениями и дополнениями от 14.09.2016 г., 17.12.2020 г., 01.09.2022 г.);

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «АМВРОСИЕВСКИЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ»

Разработчик: Охрименко Н.Н.. преподаватель дисциплин профессионального и общепрофессионального цикла ГБПОУ «Амвросиевский МТ»

Рецензенты:

1. Иванова Галина Витальевна, преподаватель Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Амвросиевский индустриально-экономический колледж» высшей категории.

2. Скубченко Елена Николаевна, преподаватель Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Амвросиевский многопрофильный техникум» высшей категории.

Одобрена и рекомендована с целью практического применения методической комиссией по подготовке работников для сельского хозяйства и промышленности протокол № _____ от «___» _____ 2023 г.

Председатель МК _____ / С.А. Карпов/

Рабочая программа переутверждена на 20____/ 20_учебный год Протокол № _____ заседания МК от «___» _____ 20__ г.

В программу внесены дополнения и изменения (см. Приложение _____, стр._____) Председатель МК _____

Рабочая программа переутверждена на 20____/ 20_учебный год Протокол № _____ заседания МК от «___» _____ 20__ г.

В программу внесены дополнения и изменения (см. Приложение _____, стр._____) Председатель МК _____

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4
ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ, В ТОМ ЧИСЛЕ С УЧЕТОМ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ	11
ТЕМЫ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ	13
СПИСОК ИСТОЧНИКОВ	14

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях СПО, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке специалистов среднего звена **43.01.09 «Повар, кондитер», 35.01.13 «Тракторист-машинист с/хозяйственного производства», 15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки(наплавки))**.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», с учетом Примерной основной образовательной программы среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з).

Цель программы – освоение обучающимися содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» и достижение результатов ее изучения в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования.

Содержание программы направлено на решение следующих **задач**:

– сформировать навыки здорового, безопасного образа жизни, понимание обучающимися рисков и угроз современного мира;

– развить навыки оказания первой помощи пострадавшим;

– обеспечить знание правил и овладение навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;

– совершенствовать умение сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях;

– сформировать умение действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях.

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является учебным предметом *обязательной* предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования. В учебных планах ППССЗ учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в состав *общих* учебных дисциплин из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования.

Содержание дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО, сформировано в зависимости от технологического профиля общеобразовательной подготовки. Это выражается в определении уровня освоения дисциплины *-базовый*, количестве часов, выделяемых на изучение отдельных тем программы, через объем и характер практических занятий, виды самостоятельной работы.

Действующее законодательство предусматривает обязательную подготовку по основам военной службы для лиц мужского пола, которая должна проводиться во всех профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования. В связи с этим программой предусмотрено проведение в конце учебного года для обучающихся мужского пола пятидневных учебных сборов (40 часов), сочетающих разнообразные формы организации теоретических и практических занятий. В итоге у юношей формируется адекватное представление о военной службе, развиваются качества личности, необходимые для ее прохождения.

Для девушек в программе предусмотрен раздел «Основы медицинских знаний». В процессе его изучения формируются знания в области медицины, умения оказывать первую медицинскую помощь при различных травмах. Девушки получают сведения о здоровом образе жизни, основных средствах планирования семьи, ухода за младенцем, поддержании в семье духовности, комфортного психологического климата.

Самостоятельная работа от общей учебной нагрузки составляет по профессиям СПО – до 30%.

Освоение образовательных результатов по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается подведением итогов в форме *дифференцированного зачета* в рамках промежуточной аттестации.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Содержание дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на формирование личностных, метапредметных и предметных результатов ФГОС среднего общего образования, а также общих компетенций ФГОС СПО **43.01.09 «Повар, кондитер», 35.01.13 «Тракторист-машинист с/хозяйственного производства», 15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки(наплавки))**.

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Анализировать социально-экономические и политические проблемы и процессы, использовать методы гуманитарно-социологических наук в различных видах профессиональной и социальной деятельности.

ОК 3. Организовывать свою собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 4. Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 5. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, обеспечивать ее сплочение, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 8. Быть готовым к смене технологий в профессиональной деятельности.

ОК 9. Уважительно и бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям, толерантно воспринимать социальные и культурные традиции.

ОК 10. Соблюдать правила техники безопасности, нести ответственность за организацию мероприятий по обеспечению безопасности труда.

Результаты освоения ОУД «Основы безопасности жизнедеятельности» в соответствии с ФГОС СОО	Общие компетенции ФГОС СПО
Личностные:	
Л1 российская гражданская 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);	ОК 4, ОК 6
Л2 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;	ОК 1, ОК 3, ОК 4, ОК 6
Л3 готовность к служению Отечеству, его защите;	ОК 6, ОК 7, ОК 10
Л5 сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими; ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;	ОК 3, ОК 4
Л6 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;	ОК 3, ОК 6
Л7 навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;	ОК 3, ОК 6, ОК 7
Л8 нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;	ОК 3
Л11 принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;	ОК 1, ОК 3, ОК 4, ОК 8
Л12 бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;	ОК 3, ОК 4, ОК 6, ОК 7
Л15 ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.	ОК 3, ОК 4
Метапредметные:	
М1 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;	ОК 1, ОК 2, ОК 4, ОК 6
М2 умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности,	ОК 3, ОК 6,

учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;	ОК 7
М3 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;	ОК 2, ОК 4 .
М4 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;	ОК 2, ОК 4
М5 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;	ОК 3, ОК 4, ОК 5
М7 умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;	ОК 3, ОК 4, ОК 5
Предметные:	
П1 сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;	ОК 1, ОК 3, ОК 4
П2 знание основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;	ОК 3, ОК 4
П3 сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;	ОК 3, ОК 4
П4 сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;	ОК 1, ОК 3., ОК 4. ОК, ОК 10
П5 знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;	ОК 3, ОК 4, ОК 6, ОК 7, ОК 8
П6 знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;	ОК 3, ОК 4
П7 знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;	ОК 2, ОК 3, ОК 6, ОК 7
П8 умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;	ОК 3, ОК 4 . ОК 8
П9 умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;	ОК 3, ОК 4
П10 знание 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;	ОК 2, ОК 3, ОК 6
П11 знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;	ОК 1, ОК 3, ОК 6
П12 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	ОК 7, ОК 3

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОДБ.08, ОДБ 09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранности здоровья

Тема 1.1 Введение. Цели и задачи ОБЖ.

Основные понятия и их определения, задачи и предмет изучения безопасности жизнедеятельности (ОБЖ).

Тема 1.2. Здоровье и здоровый образ жизни.

Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

Самостоятельная работа №1

Тема «*Здоровый образ жизни*». Составить презентацию.

Тема 1.3. Факторы, способствующие укреплению здоровья.

Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха.

Тема 1.4. Разработка модели рационального питания и ее гигиеническая оценка.

Рациональное питание и его значение для здоровья. Основные положения организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.

Тема 1.5. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.

Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.

Тема 1.6. Вредные привычки и их профилактика.

Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. 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, 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.

Самостоятельная работа № 2

Тема «*Вредные привычки*». Подготовить сообщение.

Тема 1.7. Правила и безопасность дорожного движения.

Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

Тема 1.8. Определение вариантов безопасного поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров транспортных средств в конкретных ситуациях дорожного движения.

Тема 1.9. Репродуктивное здоровье. Правовые основы взаимоотношения полов.

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. 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 ребенка».

Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

Тема 2.1. Понятия, классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций различного характера.

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

Самостоятельная работа №3

Тема «*ЧС природного характера*». Составить презентацию.

Тема 2.2. Отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Отработка правил поведения при поведении в условиях вынужденной природной автономии и получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

Тема 2.3. Единая государственная система защиты населения и территорий в ЧС.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Изучение первичных средств пожаротушения.

Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.

Тема 2.4 Отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

Тема 2.5 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.

Тема 2.6 Обучение населения защите от ЧС.

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.

Тема 2.7 Применение первичных средств пожаротушения

Использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени. 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.

Тема 2.8 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.

Тема 2.9 Использование средств индивидуальной и коллективной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.

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.

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.

Самостоятельная работа №4

Тема «*ЧС техногенного характера*». Составить презентацию.

Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность

Тема 3.1. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил РФ. Структура ВС РФ.

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. 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 Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение.

Самостоятельная работа №5

Тема «*История вооруженных сил РФ*». Составить презентацию.

Тема 3.2. Воинская обязанность и обязательная подготовка граждан к военной службе.

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: 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 военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

Тема 3.3. Призыв и прохождение военной службы.

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.

Тема 3.4. Альтернативная гражданская служба.

Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.

Тема 3.5. 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.

Тема 3.6. Способы бесконфликтного общения и саморегуляции.

Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

Тема 3.7. 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.

Тема 3.8. Строевая подготовка.

Как стать офицером Российской армии. 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.

Тема 3.9. Боевые традиции, ритуалы и символы Вооруженных Сил РФ.

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.

Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. 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.

Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.

Самостоятельная работа №6

Тема «*Боевые традиции ВС России*». Составить презентацию.

Раздел 4. Основы медицинских знаний

Тема 4.1. Общие правила оказания первой помощи. Понятия травм и их виды.

Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни..
Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».

Понятие травм и их виды. 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.

Самостоятельная работа №7

Тема «*Первая помощь при травмах*», Подготовить сообщение.

Тема 4.2. Понятие и виды кровотечений.

Понятие и виды кровотечений.

Тема 4.3. Оказание первой помощи при кровотечениях.

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. Основные приемы оказания первой помощи при кровотечениях.

Тема 4.4. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.

Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического

Тема 4.5. Первая помощь при воздействии высоких и низких температур.

Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.

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.

Тема 4.6. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.

Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.

Тема 4.7 Первая помощь при отравлении и потере сознания.

Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление. Признаки обморока.

Тема 4.8 Первая помощь при отсутствии сознания.

Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти.

Тема 4.9 Освоение основных способов искусственного дыхания.

Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания. Освоение основных способов искусственного дыхания.

Тема 4.10. 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.

Самостоятельная работа №8

Тема *«Инфекционные болезни и болезни передаваемые половым путем»* Составить презентацию.

Тема 4.11. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.

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.

Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.

Самостоятельная работа №9

Подготовка к дифференцированному зачету

Тема 4.12 Дифференцированный зачет

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ, В ТОМ ЧИСЛЕ С УЧЕТОМ РАБОЧЕЙ
ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ**

учебная дисциплина **ОДБ.08, ОДБ 09 Основы безопасности жизнедеятельности (базовый уровень)**

Шифр раздела, темы	Наименование разделов и тем	Количество часов			
		самостоятельной работы	обязательной аудиторной нагрузки		
			всего	в том числе	
			лабор. практ. работ	контрольных работ	
Раздел 1.	Обеспечение личной безопасности и сохранности здоровья		14		
<i>Тема 1.1.</i>	Введение. Цели и задачи ОБЖ.		1		
<i>Тема 1.2.</i>	Здоровье и здоровый образ жизни.	3	2		
<i>Тема 1.3.</i>	Факторы, способствующие укреплению здоровья.		2		
<i>Тема 1.4.</i>	Разработка модели рационального питания и ее гигиеническая оценка.		1		
<i>Тема 1.5.</i>	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.		1		
<i>Тема 1.6.</i>	Вредные привычки и их профилактика.	3	2		
<i>Тема 1.7.</i>	Правила и безопасность дорожного движения.		2		
<i>Тема 1.8.</i>	Определение вариантов безопасного поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров транспортных средств в конкретных ситуациях дорожного движения.		1		
<i>Тема 1.9.</i>	Репродуктивное здоровье. Правовые основы взаимоотношения полов.		2		
Раздел 2.	Государственная система обеспечения безопасности населения		13		
<i>Тема 2.1.</i>	Понятия, классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций различного характера.	4	4		
<i>Тема 2.2.</i>	Отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.		1		
<i>Тема 2.3.</i>	Единая государственная система защиты населения и территорий в ЧС.		1		
<i>Тема 2.4.</i>	Отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.		1		
<i>Тема 2.5.</i>	Современные средства и их поражающие факторы.		1		
<i>Тема 2.6.</i>	Обучение населения защите от ЧС.		1		
<i>Тема 2.7.</i>	Применение первичных средств пожаротушения.		1		
<i>Тема 2.8.</i>	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники.		1		
<i>Тема 2.9.</i>	Использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени	2	2		
Раздел 3.	Основы обороны государства и воинская обязанность		21		
<i>Тема 3.1.</i>	Функции и основные задачи современных	4	2		

	Вооруженных сил РФ. Структура ВС РФ.				
<i>Тема 3.2.</i>	Воинская обязанность и обязательная подготовка граждан к военной службе.		2		
<i>Тема 3.3.</i>	Призыв и прохождение военной службы.		1		
<i>Тема 3.4.</i>	Альтернативная гражданская служба.		1		
<i>Тема 3.5.</i>	Качества личности военнослужащего как защитника отечества.		1		
<i>Тема 3.6.</i>	Освоение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.		1		
<i>Тема 3.7.</i>	Воинская дисциплина и ответственность.		2		
<i>Тема 3.8.</i>	Строевая подготовка. ПР № 1-10.		10		
<i>Тема 3.9.</i>	Боевые традиции, ритуалы и символы Вооруженных сил РФ.	2	1		
Раздел 4.	Основы медицинских знаний		20		
<i>Тема 4.1.</i>	Общие правила оказания первой помощи. Понятия травм и их виды. ПР № 11	3	2		
<i>Тема 4.2.</i>	Понятия и виды кровотечения.		2		
<i>Тема 4.3.</i>	Оказания первой помощи при кровотечениях. ПР № 12-13		2		
<i>Тема 4.4.</i>	Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. ПР № 14		1		
<i>Тема 4.5.</i>	Первая помощь при воздействии высоких и низких температур. ПР № 15		2		
<i>Тема 4.6.</i>	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. ПР № 16		1		
<i>Тема 4.7.</i>	Первая помощь при отравлении и потере сознания. ПР № 17		2		
<i>Тема 4.8.</i>	Первая помощь при отсутствии сознания.		1		
<i>Тема 4.9.</i>	Освоение основных способов искусственного дыхания. ПР № 18-20		2		
<i>Тема 4.10.</i>	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	2	2		
<i>Тема 4.11.</i>	Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.	1	1		
<i>Тема 4.12.</i>	Дифференцированный зачет		2		
Всего по дисциплине		24	68		

ТЕМЫ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ

1. Влияние учебного процесса на здоровье обучающегося.
2. Инфекционные заболевания и способы защиты от них.
3. Витамины и их влияние на организм человека.
4. Агрессия в подростковом возрасте и способы её подавления.
5. Влажность воздуха и её влияние на здоровье человека.
6. Пищевые добавки и их влияние на здоровье человека.
7. Особенности подростковой среды как предпосылка возникновения конфликтов.
8. Формирование здорового человека как функция воспитания.
9. Психологическая уравновешенность и её значение для здоровья.
10. Влияние выхлопных газов на окружающую среду.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

Основные источники:

1. Микрюков, В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности +е Приложение : учебник / Микрюков В.Ю. — Москва : КноРус, 2020. — 290 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-07321-6. — URL: <https://book.ru/book/932127> (дата обращения: 24.03.2021). — Текст : электронный.

Дополнительные источники:

2. Данилина, М.В. Практикум по основам безопасности жизнедеятельности : учебное пособие / Данилина М.В. — Москва : Русайнс, 2018. — 308 с. — ISBN 978-5-4365-1238-9. — URL: <https://book.ru/book/930083> (дата обращения: 24.03.2021). — Текст : электронный.