

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН
ГБПОУ РД «Профессионально-педагогический колледж имени М.М.Меджидова»
г.Избербаш



Утверждаю
Директор

Алзиева С. М.- С.
« 30 » 08 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОД. 01.07 Основы безопасности жизнедеятельности

Код и наименование специальности 54.02.01 Дизайн (по отраслям) в области культуры и искусства

входящей в состав УГС 54.00.00 Изобразительное и прикладные виды искусств

Квалификация выпускника: дизайнер, преподаватель

Программа одобрена предметной (цикловой) комиссией естественнонаучных и социально – гуманитарных дисциплин

Председатель предметной (цикловой) комиссии

Мамад Османова М. С.
ФИО

« 30 » 08 2022 г.

Избербаш 2022

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины ОУД.06 «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе требований:

- Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 54.02.01 Дизайн (по отраслям) в области культуры и искусства (углубленной подготовки), входящей в состав укрупненной группы подготовки направлений 54.00.00 Изобразительное и прикладные виды искусств, утвержденного приказом Минобрнауки России от 27.10.2014 г. №1391, зарегистрировано в Минюсте России 24.11.2014 г. №34861; с учетом:

- профиля получаемого образования.
- примерной программы;
- Рекомендаций 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 профессии или специальности среднего профессионального образования (разработаны Департаментом государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России совместно с ФГАУ «Федеральный институт развития образования» (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259);
- Методических рекомендаций по разработке рабочих программ общеобразовательных учебных дисциплин в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования (ППКРС и ППССЗ), разработанных Отделом профессионального образования Министерства образования и науки Республики Дагестан в соответствии с рабочим учебным планом образовательной организации на 2022/2023 учебный год.

Разработчики:

Алигаджиев Бахмуд Магомедзагирович – преподаватель ГБПОУ СПО «Профессионально - педагогический колледж им. М. Меджидова».

СОДЕРЖАНИЕ

- 1.Паспорт рабочей программы учебной дисциплины 4 стр.**
- 2.Структура и примерное содержание учебной дисциплины 6 стр.**
- 3.Условия реализации учебной дисциплины 14 стр.**
- 4.Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины 15 стр.**

I. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины

Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения программы

-Рабочая программа учебной дисциплины являются частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО: **54.02.01 Дизайн (по отраслям)**

(базовой подготовки), укрупненной группы специальностей **54.00.00 Изобразительное и прикладные виды искусств**

1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена: дисциплина входит в общеобразовательный цикла (базовые дисциплины)

1.3 Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:

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

- организовывать и проводить мероприятия по защите населения от негативных воздействий ЧС;
- пользоваться компасом, ориентироваться на местности, строить временное жилище, разводить костер, добывать воду и пищу;
- предпринимать профилактические меры для обеспечения нормальной жизнедеятельности в условиях криминальной обстановки, в профессиональной деятельности и в быту;
- пользоваться индивидуальными средствами защиты;
- применять первичные средства пожаротушения;
- проводить частичную санитарную обработку в условиях применения ОМП;
- составлять оптимальный режим дня, владеть навыками закаливания и укрепления организма.

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

- основные причины вынужденного автономного существования и первоочередные действия потерпевших;
- способы ориентирования и правила пользования компасом;
- принципы прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных ЧС и стихийных явлениях;
- правила безопасного поведения в условиях криминогенной обстановки, основные виды потенциальных опасностей и их последствия;
- поражающие факторы ОМП и способы защиты от них;

- основные критерии здоровья и здорового образа жизни, основные элементы жизнедеятельности и их рациональное сочетание;
- о вреде курения, алкоголя и наркотиков для здоровья человека и их социальные последствия.

1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

- Максимальной учебной нагрузки обучающегося – 102 ч.
- Обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 68ч.
- Самостоятельной работы обучающегося – 34ч.

1. Структура и примерное содержание учебной дисциплины

Виды учебной работы	
Максимальная учебная нагрузка(всего)	102
Обязательная аудиторная учебная нагрузка(всего)	68
в том числе:	
-Лабораторные занятия	-
- Практические занятия	
- Контрольные работы	2
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	34
в том числе:	
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	-
Итоговая аттестация в форме: дифференцированного зачета	

**2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Кол-во часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<p align="center">Раздел 1. Опасные и ЧС, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения</p>		22	
<p>Тема 1. Ведение цели и задачи ОБЖ. Для чего нужно изучать ОБЖ?</p>	<p>Расшифровка аббревиатуры. Знакомство с основными разделами учебника. Обзор дополнительной литературы по курсу ОБЖ</p>	2	1
	<p>Самостоятельная работа: Прочитать роман Д. Дефо «Робинзон Крузо»</p>	2	
<p>Тема 2. Причины вынужденного автономного существования</p>	<p>Первоочередные действия потерпевших. Выживание и автономное существование. Причины вынужденного автономного существования в условиях природной среды:</p> <ul style="list-style-type: none"> – ЧС природного характера; – экстремальные ситуации в условиях природной среды; – аварийные ситуации в условиях природной среды. 	2	2
	<p>Самостоятельная работа: Привести примеры (из жизни, книг, фильмов) выживания людей в природной среде</p>	1	

Тема 3. Автономное существование в условиях природной среды	Проблемы, возникающие перед человеком в условиях природной среды. Понятие экстремальной ситуации, ее зависимость от профессии человека. Оборудование временного жилища. Выбор места для костра и его разведение. Типы костров и способы добывания огня. Обеспечение питанием и водообеспечение.	4	2
	Самостоятельная работа: Выполнение домашнего задания по темам 3 и 4	1	
	Самостоятельная работа: ОБЖ 10кл. стр 9-17	1	
Тема 4. Обеспечение жизнедеятельности в условиях ЧС. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта. .	Понятие ЧС. Правила поведения в условиях ЧС природного характера: при землетрясении; при угрозе схода лавин, оползнях, селях; при внезапном возникновении урагана, бури, смерчи; при наводнении; при пожарах. Меры предотвращения террористического акта.	3	2
	Самостоятельная работа: Выучить правила поведения в условиях ЧС природного характера.	1	
Тема 5. Как не стать жертвой преступления. Безопасное поведение в быту Действия при захвате заложника. Безопасность личности в условиях террористической угрозы	Правила безопасного поведения в условиях криминогенной обстановки: правила поведения на улице, в общественных местах, на общественном и ж/д транспорте, в подъезде и в лифте. Правила пользования электрическими и газовыми приборами. Правила поведения при: пожаре в доме, при возгорании телевизора, компьютера, при возгорании одежды начел.и возгорании сковородки.	4	2
	Самостоятельная работа: Выполнение домашнего задания по данной теме	1	
Раздел 2. ГО - составная часть		33	

обороноспособности страны			
Тема 1. ГО - история создания. Цели и задачи	Создание МПВО и его первоначальное предназначение. Роль МПВО в годы ВОВ. Реорганизация МПВО в ГО. Структура ГО и ее уровни.	4	
	Самостоятельная работа: Выполнение домашнего задания по данной теме.	1	2
Тема 2 Ядерное оружие	Общая характеристика оружия массового поражения (далее ОМП). Ядерное оружие, мощность ядерного боеприпаса, виды взрывов, развитие ядерного взрыва, эпицентр взрыва. Средства доставки.	2	2
	Самостоятельная работа: Выполнение заданий по данной теме.	1	
Тема 3. Поражающие факторы ядерного взрыва	Поражающие факторы ядерного взрыва. Ударная волна, световое излучение, проникающая радиации, радиоактивное заражение местности, электромагнитный импульс.	4	2
	Самостоятельная работа: Выполнение заданий по данной теме.	2	
Тема 4. Химическое оружие	Боевые свойства ОВ: концентрация, плотность, токсичность, стойкость. Классификация ОВ по характеру воздействия на организм человека. Способы защиты от ОВ.	4	2
	Самостоятельная работа: Выполнение заданий по данной теме.	2	
Тема 5. Бактериологическое оружие	Классификация возбудителей заболевания людей, животных и с/х растений. Методы применения. Характеристика очага	2	2

	бактериологического поражения. Обсервация и карантин.		
	Самостоятельная работа: Выполнение заданий по данной теме.	1	
Тема 6. Современные обычные средства поражения.	Современные обычные средства поражения. Огневые ударные средства. Высокоточное оружие.	2	2
	Самостоятельная работа: Выполнение заданий по данной теме.	1	
Тема 7. Оповещение и информирование населения об опасностях.	Способы и порядок оповещения населения об опасностях, ЧС. Частичная и полная санитарная обработки. Правила и порядок их проведения.	2	2
	Самостоятельная работа: Выполнение заданий по данной теме.	1	
Тема 8.2 Организация защиты учащихся школ от ЧС в мирное и военное время	Основные задачи подсистемы общеобразовательные учреждения. Объективная комиссия по ЧС и пожарной безопасности. Основные задачи обучения в области ГО.	2	2
	Самостоятельная работа. Выполнение заданий по теме.	2	
Раздел 3. Основы здорового образа жизни.		47	
Тема 1	Здоровье человека – общие понятия и определения, основные составляющие здорового образа жизни, личная заинтересованность	2	2

Здоровье человека, общие понятия и определения	каждого человека в здоровом образе жизни. Формирование мотивации ЗОЖ у молодежи.		
	Самостоятельна работа. Выполнение заданий заданной по теме.	1	
Тема 2 Влияние окружающей среды на здоровье человека.	Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Степень влияния окружающей среды на здоровье человека и использование ею факторов для приобретения здоровья. Атмосфера, почва, вода, экология.	2	2
	Самостоятельна работа. стр 93-98 знать содержание	1	
Тема 3 ЗОЖ – индивидуальная система поведения человека.	Понятие «Потребность человека в здоровом образе жизни», «критерии ЗОЖ», «Гигиена умственного труда».	2	3
	Самостоятельна работа. стр 110-113 знать содержание	2	
Тема 4 Общие понятия о режиме дня и его значении	Режим дня и его значение для здоровья. Рациональный режим труда и отдыха – необходимый элемент ЗОЖ, необходимое условие сохранения здоровья в процессе труда. Упражнения по управлению эмоциями.	3	2
Тема 5 Основные элементы жизнедеятельности человека.	Основные элементы жизнедеятельности человека и их рациональное сочетание, составляющие здорового образа жизни и их влияние на здоровье человека. Умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание.	2	2
	Самостоятельна работа. Выполнение заданий заданной по теме.	1	
Тема 6 Биоритмы организма и их влияние на человека	Основные понятия о биоритмах организма, их влияние на уровень жизнедеятельности организма. Наука о биологических ритмах – хронобиология. Тестирование «Сова» или «Жаворонок».	2	2
	Самостоятельна работа.	1	

	Выполнение заданий заданной по теме.		
Тема 7 Двигательная активности – основа ЗОЖ	Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Основные качества физически развитого человека. Саморегуляция и управление эмоциями.	2	2
	Самостоятельна работа. Выполнение заданий заданной по теме.	1	
Тема 8 Закаливание и укрепление здоровья	Правила использования факторов окружающей природной среды для закаливания и укрепления здоровья. Психофизические упражнения. Роль положительных эмоций. Утренняя гимнастика и роль физкультуры. Влияние факторов внешней среды на здоровье человека.	3	2
	Самостоятельна работа. Выполнение заданий заданной по теме.	1	
Тема 9 Вредные привычки и их последствия	Вредные привычки и их социальные последствия. Факторы, разрушающие здоровье человека (табак, алкоголь, наркотики).	3	2
	Самостоятельна работа. Выполнение заданий заданной по теме.	1	
Тема 10 Алкоголь и его влияние на здоровье	Алкоголь, его влияние на здоровье: снижение умственной деятельности и физической работоспособности. Деградация личности при алкоголизме.	3	3
	Самостоятельна работа. Выполнение заданий заданной по теме.	2	
Тема 11 Курение и его влияние на здоровье	Табакокурение и его влияние на здоровье человека. Табак – наркотик. Курение – социальная проблема. Курение и его влияние на сердечно-сосудистую систему, раковые болезни, болезни органов дыхания.	3	3
	Самостоятельна работа. Выполнение заданий заданной по теме.	2	
Тема 12.3 Наркомания и токсикомания	Наркомания и токсикомания, социальные последствия. Меры профилактики. Наркозависимость. Законодательство в области употребления и распространения наркотиков.	2	3

	Самостоятельная работа. Выполнение заданий заданной по теме. Нарисовать плакат « Наркотикам - нет!» Реферат на тему	3	
	Итоговый урок по ЗОЖ Зачет по ОБЖ.Контрольная работа по основам ЗОЖ. Написать сочинение на тему: «Мое отношение к наркотикам»	2	

3. Условия реализации учебной дисциплины

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Основы безопасности жизнедеятельности и охраны труда»

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- учебно-наглядные пособия по дисциплине;
- технические средства обучения.

3.2. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы.

Основные источники:

1. Гвоздев С.А. «Выживание на суше и на море» - Минск: Современное слово, 2002
2. Дарман П. «Учебник выживания в природных условиях» М., - Яуза, 2000
3. Ильин А. Книга, которая спасет вам жизнь. - М.: Эксмо. 2008. Школа выживания в природных условиях - М.: Эксмо-Пресс 2001
4. Медико-санитарная подготовка учащихся: учебник для 10 кл. средней школы (под ред. П.А. Курцева - М. Просвещение. 2006)
5. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для 10 кл. средней школы (под ред. Латчук В.Н. и др. М.: Дрофа. 2008)

Дополнительные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности: информационно - методическое издание для преподавателей.
2. «Здоровье» - научно-популярный журнал
3. Газета «ЗОЖ»

4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.

Контроль и оценка освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических и контрольных работ, а также тестированием и выполнением обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения:	
Организовывать и проводить мероприятия по защите населения от негативных воздействий ЧС.	Практическое занятие
Предпринимать профилактические меры для обеспечения нормальной жизнедеятельности в условиях криминогенной обстановки.	Практическое занятие
Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от ОМП.	Практическое занятие
Проводить частичную санитарную обработку в условиях применения ОМП.	Практическое занятие
Составлять оптимальный режим дня, владеть навыками закаливания и укрепления организма.	Индивидуальные занятия
Знания:	
Основные причины вынужденного автономного существования и первоочередные действия потерпевших.	Индивидуальные занятия
Способы ориентирования, правила пользования компасом, правила выживания.	Практические занятия
Правила безопасного поведения в условиях криминогенной обстановки	Практические занятия
Поражающие факторы ОМП и способы защиты от них.	Индивидуальные занятия
Основные критерии здоровья и здорового образа жизни, основные элементы жизнедеятельности и их рациональное сочетание	Индивидуальные занятия
О вреде курения, алкоголя и наркотиков для здоровья человека, и их социальные последствия.	Индивидуальные занятия

