

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВОРОНЕЖСКОЙ ОБЛАСТИ
«ХРЕНОВСКОЙ ЛЕСНОЙ КОЛЛЕДЖ ИМ. Г.Ф.МОРОЗОВА»


РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

О.09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
Общеобразовательного цикла
по специальности 49.02.01 «Физическая культура»

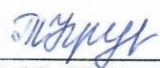
с.Слобода

2021г.

Одобрено
МО профессионального цикла
УГ спец. 35.00.00 «Сельское,
лесное и рыбное хозяйство»

Председатель

_____ Г.В.Рыцкова
01.09.2021 г.

Утверждаю
зам. директора по учебной работе


_____ Круподерова Т.Г.
01.09.2021 г.

Согласовано

Методист

_____ Хрулева Е.В.
01.09.2021 г.

Разработчик Шурыгин А.А. – преподаватель - организатор ОБЖ ГБПОУ ВО «ХЛК
им.Г.Ф. Морозова»

Программа рекомендована методическим объединением преподавателей
профессионального цикла укрупненных групп специальностей 35.00.00. «Сельское,
лесное и рыбное хозяйство» государственного бюджетного профессионального
образовательного учреждения Воронежской области «Хреновской лесной колледж имени
Г.Ф. Морозова»

Протокол заседания комиссии № 1 от «01» сентября 2021 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для реализации государственных требований к уровню подготовки выпускников по специальности 49.02.01 «Физическая культура»

Согласно «Рекомендациям по реализации образовательной программы среднего (полного) общего образования в образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования в соответствии с федеральным базисным учебным планом и примерными учебными планами для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования» (письмо Департамента государственной политики и нормативно-правового регулирования в сфере образования Минобрнауки России от 29.05.2007 № 03-1180) основы безопасности жизнедеятельности изучаются как базовый предмет в учреждениях начального профессионального образования (далее – НПО) и среднего профессионального образования (далее – СПО).

Рабочая программа ориентирована на достижение следующих целей:

- **освоение знаний** 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; об обязанностях граждан по защите государства;
- **воспитание** ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества;
- **развитие** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;
- **овладение умениями** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

Программа выполняет две основные функции:

- информационно-методическую, позволяющую всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития обучающихся средствами предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»;
- организационно-планирующую, предусматривающую выделение этапов обучения, структурирование учебного материала, определение его количественных и качественных характеристик на каждом из этапов.

Основными содержательными модулями программы являются: обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья; государственная система обеспечения безопасности населения; основы обороны

государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОБУЧЕНИЯ

В результате изучения дисциплины «Основ безопасности жизнедеятельности» обучающийся должен:

знать/понимать

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

уметь

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:

- для ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Наименование разделов и тем.	Количество учебных часов			
	всего	практич.	самос.	макс.
Безопасность в системе «Природа – общество – человек»	2			2
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	14		6	20
Тема 1.1. Здоровый образ жизни	10	4	2	
Тема 1.2. Основы медицинских знаний.	4		4	
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности	26		12	38
Т.2.1 Чрезвычайные ситуации. Классификация чрезвычайных ситуаций.	6		6	
Т.2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС. МЧС России.	2		2	
Тема 2.3. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.	2			
Тема 2.4.Современные средства поражения	4		2	
Тема 2.5.Коллективные и индивидуальные средства защиты	4	2		
Тема 2.6. Организация защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени	8	2	2	
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.	28		17	45
Тема 3.1 Вооружённые силы РФ– защитники нашего отечества.	6		2	
Тема 3.2. Боевые традиции ВС России.	4		3	
Тема 3.3. Символы воинской чести доблести и славы.	2		2	
Тема 3.4. Воинская обязанность.	8		2	
Тема 3.5. Особенности военной службы	2		2	
Тема 3.6. Правовые основы военной службы	2	2	3	
Тема 3.7. Военнослужащий защитник своего Отечества. Зачетное занятие.	4		3	
	70	10	35	105

СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

Тема 1.1. Здоровый образ жизни

Вредные привычки их влияние на здоровье. Медицинские последствия

Здоровый образ жизни, основные понятия и определения. Количество здоровья. Индивидуальное здоровье. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Репродуктивное здоровье.

Рациональное питание. Физическая активность и закаливание.

Табакокурение. Алкоголизм. Медицинские и социальные последствия алкоголизма. Медицинские и социальные последствия наркомании и токсикомании.

Практическое занятие.

1. Оценка состояния своего здоровья.

2. Гигиенические основы рационального питания.

Самостоятельная работа студентов.

Составить конспект: «Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества». «Правовые основы взаимоотношения полов»

Работа с нормативными документами: «Ответственность за преступление, которые связаны с наркотическими веществами»

Тема 1.2. Основы медицинских знаний.

Основные инфекционные болезни их классификация и профилактика.

Понятие иммунитета. Противоэпидемические мероприятия.

Правила оказания первой помощи при травмах, ранениях.

Самостоятельная работа студентов.

Работа с учебником. Первая помощь при сердечной недостаточности, ожогах и отморожениях

Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности

Т.2.1 Чрезвычайные ситуации. Классификация чрезвычайных ситуаций.

Социальные чрезвычайные ситуации. Терроризм и его проявления.

Понятие чрезвычайной ситуации. Классификация чрезвычайных ситуаций по характерным признакам. Происшествие, чрезвычайное происшествие.

Примеры ЧП.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Геологические, метеорологические, гидрологические ЧС. ЧС биологического происхождения. Природные пожары. Действие населения при возникновении природных ЧС.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Аварии на химических, радиационных, пожаро - и взрывоопасных объектах, гидротехнических сооружениях. Действие населения при возникновении техногенных ЧС.

Понятие, разновидности. Экстремальные ситуации социального характера.

Самостоятельная работа студентов. Подготовить презентацию:

«Техногенные ЧС», «Природные ЧС»

Тема 2.2 . Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС. МЧС России.

Назначение, основные задачи и структура РСЧС. Силы и средства РСЧС. МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от ЧС. Структура и задачи МЧС России.

Самостоятельная работа студентов. Работа с учебником:

«Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан»

Тема 2.3. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.

История становления ГО в стране. Основные задачи и структура ГО.

Организация ГО на объектах экономики.

Тема 2.4.Современные средства поражения

Химическое и биологическое оружие. Отравляющие вещества. Поражающее Ядерное оружие. Характеристика поражающих факторов ядерного взрыва. Способы защиты от поражающих факторов.

действие. Способы защиты. Обычные средства поражения.

Самостоятельная работа студентов. Составить конспект: «Обычные средства поражения и способы защиты от них»

Тема 2.5.Коллективные и индивидуальные средства защиты

Средства индивидуальной защиты органов дыхания. Средства защиты кожи.

Медицинские средства защиты. Использование простейших средств защиты. Убежища и ПРУ. Характеристика и использование.

Практическое занятие.

Порядок использования средств индивидуальной защиты

Тема 2.6. Организация защиты населения от поражающих факторов

ЧС мирного и военного времени

Правила поведения людей в ЧС мирного и военного времени. Сигналы ГО и порядок действия по ним. Поведение людей в зонах радиационного, химического и биологического заражения. Санитарная обработка, дегазация, дезактивация, дезинфекция.

Эвакуация и рассредоточение. Укрытие населения. Спасательные работы в очагах поражения.

Поведение людей в зонах радиационного заражения. Установление режимов защиты. Оценка радиационной обстановки. Допустимое время пребывания на зараженной территории. Правовая защита населения РФ от ЧС мирного и военного времени.

Практическое занятие.

Действие населения в зоне радиоактивного заражения. Выбор режима защиты.

Самостоятельная работа студентов. Составить конспект: «Способы защиты животных и фуража в случае радиационного заражения местности».

Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.

Тема 3.1 Вооружённые силы РФ–защитники нашего отечества.

История создания Вооружённых сил России. Реформирование Вооружённых сил России. Угрозы национальной безопасности.

Вооружённые силы России – государственная военная организация.

Структура ВС РФ. Руководство и управление ВС.

Виды и рода ВС РФ. История становления. Основные задачи и состав.

Техника и вооружение ВС России.

Самостоятельная работа студентов. Работа с учебником: Изучение основных видов вооружения и военной техники ВС РФ

Тема 3.2. Боевые традиции ВС России.

Памяти поколений – дни воинской славы России. Историческое значение

Патриотизм и верность военному долгу – основные качества защитника

Отечества. Понятие патриотизма. Главная боевая традиция – защита своего

Отечества. Особенности Российского патриотизма. Ритуалы ВС России.

знаменательных дат в развитии и становлении государства и его

вооружённых сил.

Самостоятельная работа студентов. Подготовка презентаций: «Дни воинской славы России»

Тема 3.3. Символы воинской чести доблести и славы.

Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.

Ордена и почётные награды России. Наградная система России.

Самостоятельная работа студентов: Работа с учебником: «Ритуалы ВС России»

Тема 3.4. Воинская обязанность.

Призыв граждан на военную службу. Ответственность граждан подлежащих

Организация обороны РФ. Основные понятия о воинской обязанности.

Подготовка граждан к военной службе. Воинский учёт.

призыву. Прохождение военной службы по призыву. Увольнение с военной

службы. Запас военнослужащих. Контрактная служба. Заключение

контракта. Сроки военной службы по контракту. Порядок увольнения.

Альтернативная гражданская служба. Порядок прохождения АГС.

Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе». Основные положения ФЗ.

Самостоятельная работа студентов. Составить конспект: «Особенности альтернативной гражданской службы»

Тема 3.5. Особенности военной службы.

Общевойские уставы ВС России. Устав внутренней службы. Устав

гарнизонной и караульной службы. Дисциплинарный устав. Строевой устав.

Самостоятельная работа студентов: Работа с учебником «Порядок размещения военнослужащих и повседневный порядок».

Тема 3.6. Правовые основы военной службы

Практическая работа.

ФЗ «О статусе военнослужащих». Права и свободы военнослужащих.

Ответственность военнослужащих.

Самостоятельная работа студентов.

Изучить статьи ФЗ «О статусе военнослужащих».

Тема 3.7. Военнослужащий защитник своего Отечества

Военнослужащий подчиненный, строго соблюдающий законы РФ, уставы и приказы командиров. Военнослужащий специалист в совершенстве владеющий вверенной ему техникой и вооружением. Военнослужащий – патриот. Морально – психологические и профессиональные качества призывника.

Порядок поступления в военные образовательные учреждения.

Международная миротворческая деятельность Вооруженных сил РФ.

Самостоятельная работа студентов. Составить конспект: «Офицер Российской армии», «Военные образовательные учреждения».

Информационное обеспечение обучения.

Перечень учебных изданий, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Ким С.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник, базовый уровень. – М.: «Вентана-Граф», 2020. – 396 с.

Дополнительные источники:

1. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учреждений начального и среднего проф. образования. - М.: «Академия», 2015-336 с.

2. Воробьев Ю.Л. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 кл. :учебник для общеобразовательных учреждений.- М.: «Астрель», 2011. – 350 с.

3. Воробьев Ю.Л. Основы безопасности жизнедеятельности: 11кл. :учебник для общеобразовательных учреждений.- М.: «Астрель», 2010. – 318 с.

4. Смирнов А.Т. Основы военной службы.: Учебное пособие для студентов учреждений среднего проф. образования. М.: «Академия», 2003-240 с.

5. Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.: 10-11 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений. – М.: «Просвещение», - 2005. – 161 с.

6. Интернет ресурсы: www.mil.ru ; www.mchs.gov.ru