

Государственное автономное профессиональное
образовательное учреждение Тюменской области
«Тюменский колледж транспортных технологий и сервиса»

УТВЕРЖДАЮ:
заместитель директора
по учебно - производственной
работе

 Н.Ф. Борзенко

«27» апреля 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Учебная дисциплина ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности

Специальность 26.02.03 Судовождение

Тюмень 2022

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.08 Техническая термодинамика и теплопередача разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 26.02.03 Судовождение от 2 декабря 2020 г. N 691 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 3 февраля 2021 г., Регистрационный N 62347) и примерной основной образовательной программы по специальности 26.02.03 Судовождение.

Организация – разработчик: ГАПОУ ТО «ТКТТС»

Рассмотрена на заседании ПЦК гуманитарных и естественнонаучных дисциплин, протокол №9 от «20» апреля 2022 г.

Председатель ПЦК  /Истомина С.В./

Разработчик:

М.Н. Костырев – преподаватель – организатор ОБЖ ГАПОУ ТО Тюменский колледж транспортных технологий и сервиса

СОДЕРЖАНИЕ

1 Общая характеристика рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины	5
2 Структура и содержание общеобразовательной учебной дисциплины	12
3 Условия реализации программы общеобразовательной учебной дисциплины	14
4 Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной учебной дисциплины	18

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Общеобразовательная учебная дисциплина ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с рекомендациями по реализации образовательной программы среднего (полного) общего образования в образовательных учреждениях среднего профессионального образования в соответствии с федеральным базисным планом и примерными учебными планами для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утвержденными Министерством образования и науки Российской Федерации 21 июля 2015 года, разъяснениями по реализации федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования (профильное обучение) в пределах основных профессиональных образовательных программ среднего профессионального образования, формируемых на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, одобренных Научно-методическим советом Центра начального, среднего, высшего и дополнительного профессионального образования ФГУ «ФИРО», протокол № 2/16-з от 28 июня 2016 года, примерной программы для профессий и специальностей среднего профессионального образования, разработана Н. В. Косолапова, доцент кафедры технологии и сервиса Российского университета кооперации; Н. А. Прокопенко, доцент кафедры технологии и сервиса Российского университета кооперации, кандидат исторических наук; Рекомендаций по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ на базе основного общего образования с учетом требований ФГОС и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259) и Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) по специальностям среднего профессионального образования (далее СПО):

26.02.03 Судовождение (базовая подготовка), утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 2 декабря 2020 г. N 691;

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии следующих компетенций:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 1	<ul style="list-style-type: none">– распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;– анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;– определять этапы решения задачи;– выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;– составлять план действия;– определять необходимые ресурсы;– владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;– реализовывать составленный план;	<ul style="list-style-type: none">– актуального профессионального и социального контекста, в котором приходится работать и жить;– основных источников информации и ресурсов для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;– алгоритмов выполнения работ в профессиональной и смежных областях;– методов работы в профессиональной и смежных сферах;– структуры плана для решения задач;– порядка оценки результатов решения задач профессиональной деятельности

	– оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)	
ОК 2	– определять задачи для поиска информации; – определять необходимые источники информации; – планировать процесс поиска; – структурировать получаемую информацию; – выделять наиболее значимое в перечне информации; – оценивать практическую значимость результатов поиска; – оформлять результаты поиска	– номенклатуры информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; – приёмов структурирования информации; – формата оформления результатов поиска информации
ОК 3	– определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; – применять современную научную профессиональную терминологию; – определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования	– содержания актуальной нормативно-правовой документации; – современной научной и профессиональной терминологии; – возможных траекторий профессионального развития и самообразования
ОК 4	– организовывать работу коллектива и команды; – взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	– психологических основ деятельности коллектива, психологических особенностей личности; – основ проектной деятельности
ОК 5	– грамотно излагать свои мысли и оформлять документы по профессиональной тематике на государственном языке, проявлять толерантность в рабочем коллективе	– особенностей социального и культурного контекста; – правил оформления документов и построения устных сообщений
ОК 6	– описывать значимость своей специальности	– значимости профессиональной деятельности по специальности;
ОК 10	– понимать общий смысл чётко произнесённых высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; – участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы;	– правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы;
Ок11	– строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; – кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые); – писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы	– основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика); – лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; – особенности произношения; – правила чтения текстов профессиональной направленности

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.	ЛР 9
Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	ЛР 3

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Общеобразовательная учебная дисциплина ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ входит в базовые дисциплины общеобразовательного цикла обязательной части циклов ППССЗ.

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

Содержание программы ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности направлено на достижение следующих **целей**:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
 - снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
 - формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
 - обеспечение профилактики асоциального поведения обучающихся.

Освоение содержания учебной дисциплины ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности обеспечивает достижение следующих **результатов**:

- **личностных:**
 - развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
 - готовность к служению Отечеству, его защите;
 - формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
 - исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
 - воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;

– освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

• метапредметных:

– овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

– овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

– формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

– приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

– развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

– формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

– формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

– развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

– формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

– развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

– освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

– приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

– формирование установки на здоровый образ жизни;

– развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки.

• предметных:

– сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- получение и освоение знания 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;
- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- 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.

1. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем общеобразовательной учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы общеобразовательной учебной дисциплины	70
в том числе:	
теоретическое обучение	38
практические занятия	32
контрольная работа	-
Самостоятельная работа	2
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета (2 семестр)	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Коды компетенций,	
1	2	3	4	
Введение	Содержание учебного материала	2	ОК 01 ОК 04 ОК 10	
	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины.			
	Основные теоретические положения, термины «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 специальностей СПО.			
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		14		
Тема 1.1 Основы ЗОЖ	Содержание учебного материала	1	ОК 02 ОК 08 ОК 10	
	1.1.1			Здоровье и здоровый образ жизни.
	1.1.2			Общие понятия о здоровье.
	1.1.3			Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.
Тема 1.2 Среда обитания	Содержание учебного материала	1	ОК 02 ОК 08 ОК 09	
	1.2.1			Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.
	1.2.2			Основные источники загрязнения окружающей среды.
	1.2.3			Техносфера, как источник негативных факторов.
Тема 1.3 Факторы здоровья	Практическое занятие № 1	4	ОК 03 ОК 04 ОК 06 ОК 07 ОК 09	
	1.3.1			Факторы, способствующие укреплению здоровья
	1.3.2			Двигательная активность и закаливание организма.
	1.3.3			Занятия физической культурой.
	1.3.4			Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья.
	1.3.5			Режим дня, труда и отдыха.
	1.3.6			Рациональное питание, его значение для здоровья, и освоение методов его гигиенической оценки.
	1.3.7			Влияние двигательной активности на здоровье человека.
	1.3.8			Закаливание и его влияние на здоровье.
	1.3.9			Правила личной гигиены и здоровье человека.
Тема 1.4 Вредные привычки	Содержание учебного материала	2	ОК 02 ОК 04 ОК 07 ОК 08	
	1.4.1			Вредные привычки и их профилактика.
	1.4.2			Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия, умственная и физическая деградация.
	1.4.3			Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части.
	1.4.4			Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.
	1.4.5			Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения.
	1.4.6			Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.
Тема 1.5 Безопасное	Практическое занятие № 2	2	ОК 05 ОК 07	
	1.5.1			Правила и безопасность дорожного движения.

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Коды компетенций,
1	2		3	4
поведение	1.5.2	Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей при организации дорожного движения		
Тема 1.6 Репродуктивное здоровье	Содержание учебного материала		2	ОК 02 ОК 03
	1.6.1	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья общества.		
	1.6.2	Социальная роль мужчины и женщины в современном обществе.		
	1.6.3	Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него.		
	1.6.4	Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.		
Тема 1.7 Взаимоотношения полов	Содержание учебного материала		2	ОК 07 ОК 08
	1.7.1	Правовые основы взаимоотношения полов.		
	1.7.2	Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи.		
	1.7.3	Основы семейного права в РФ. Права и обязанности родителей.		
	1.7.4	Конвенция ООН «О правах ребенка».		
	1.1	Патриархат и матриархат, основные различия и корни происхождения.		
	1.2	Особенности традиционного (полоролевого) воспитания.		
	1.3	Современные гендерные технологии и ювенальная юстиция.		
	1.4	Феминизм, истоки, современность и законодательная база.		
	1.5	Окно Овертона, технологии управления общественным сознанием.		
1.6	Телегония, правда или вымысел.			
1.7	Мужчина и женщина, психологическая совместимость в семье.			
1.8	Кто я.			
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения			18	
Тема 2.1 Виды ЧС	Содержание учебного материала		1	ОК 04 ОК 09
	2.1.1	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.		
	2.1.2	Характеристика ЧС природного и техногенного характера, наиболее вероятных для местности и района проживания.		
Тема 2.2 Поведение в ЧС	Содержание учебного материала		1	ОК 05 ОК 07
	2.2.1	Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера.		
	2.2.2	Отработка правил поведения при получении сигнала о ЧС согласно плана образовательного учреждения.		
Тема 2.3 Средства пожаротушения	Практическое занятие № 3		2	ОК 04 ОК 06 ОК 09
	2.3.1	Изучение первичных средств пожаротушения		
	2.3.2	Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте		
Тема 2.4 РСЧС	Содержание учебного материала		1	ОК 08 ОК 10
	2.4.1	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история создания.		
	2.4.2	Предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.		
Тема 2.5	Содержание учебного материала		1	ОК 08

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Коды компетенций,
1	2		3	4
	2.5.1	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны		
	2.5.2	Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.		
	2.5.3	Структура и органы управления гражданской обороной.		
	2.5.4	Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций		
Тема 2.6 Современные средства поражения	Содержание учебного материала		2	ОК 09 ОК 10
	2.6.1	Современные средства поражения и их поражающие факторы.		
	2.6.2	Мероприятия по защите населения.		
	2.6.3	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени.		
2.6.4	Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.			
Тема 2.7 Инженерная защита	Содержание учебного материала		2	ОК 02 ОК 03 ОК 04
	2.7.1	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.		
	2.7.2	Инженерная защита, виды защитных сооружений.		
	2.7.3	Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны.		
2.7.4	Правила поведения в защитных сооружениях.			
Тема 2.8 АСДНР	Практическое занятие № 4		4	ОК 06 ОК 07
	2.8.1	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в районах ЧС.		
	2.8.2	Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ.		
	2.8.3	Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.		
2.8.4	Изучение и использование средств индивидуальной защиты в ЧС мирного и военного времени			
Тема 2.9 Мониторинг и оповещение	Содержание учебного материала		1	ОК 02 ОК 03 ОК 09
	2.9.1	Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.		
	2.9.2	Основные направления деятельности государственных ведомств РФ по защите населения и территорий от ЧС.		
	2.9.3	Прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.		
2.9.4	Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.			
Тема 2.10 Службы охраны здоровья	Содержание учебного материала		1	ОК 02 ОК 03 ОК 09
	2.10.1	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.		
	2.10.2	МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от ЧС.		
	2.10.3	Полиция РФ — система защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств.		
	2.10.4	Служба скорой медицинской помощи.		
	2.10.5	Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор).		
	2.10.6	Другие государственные службы в области безопасности.		
2.10.7	Правовые основы организации защиты населения РФ от ЧС мирного времени.			
Тема 2.11 Вынужденная автономия и	Практическое занятие № 5		2	ОК 03 ОК 07
	2.11.1	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника.		
2.11.2	Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Коды компетенций,
1	2		3	4
терроризм	2.11.3	Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии		
	2.3	Вынужденная природная автономия, ориентирование на местности и способы выживания.		
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (учебные сборы, юноши)			35	
Введение	Содержание учебного материала		2	ОК 01 ОК 02
	Основы безопасности военной службы.			
	История создания Вооруженных Сил России, организация и структура.			
	Основы подготовки граждан к военной службе. Законодательная база военнослужащего.			
Тема 3.1. Общевоинские уставы	Содержание учебного материала		6	ОК 02 ОК 08
	3.1.1	Устав внутренней службы		
	3.1.2	Устав гарнизонной и караульной службы		
	3.1.3	Строевой устав		
	3.1.4	Дисциплинарный устав		
	3.1.5	Боевой устав сухопутных войск		
	3.1.6	Корабельный устав		
Тема 3.2. Строевая подготовка	Практическое занятие № 6		4	ОК 03 ОК 06 ОК 07
	3.2.1	Строевые приемы и движение без оружия. Выполнение воинского приветствия.		
	3.2.2	Повороты на месте и в движении. Движение строевым шагом.		
Тема 3.3. РХБЗ	Практическое занятие № 7		4	ОК 02 ОК 03
	3.3.1	Средства индивидуальной защиты. Порядок и правила выполнения нормативов по РХБЗ.		
	3.3.2	Действия личного состава в условиях применения РХБ оружия.		
Тема 3.4. Физическая подготовка	Практическое занятие № 8		4	ОК 03 ОК 06 ОК 07
	3.4.1	Бег на длинные дистанции (кросс на 1 – 3 км.)		
	3.4.2	Совершенствование физических упражнений, выполняемых на УФЗ.		
	3.4.3	Контроль упражнения в подтягивании на перекладине.		
	3.4.4	Разучивание элементов полосы препятствий. Выполнение общего комплексного упражнения.		
Тема 3.5. ВМП	Содержание учебного материала		2	ОК 02 ОК 09
	3.5.1	Общие правила оказания первой доврачебной помощи.		
	3.5.2	Правила оказания первой доврачебной в различных ситуациях		
Тема 3.6. Тактическая подготовка	Практическое задание № 9		4	ОК 03 ОК 06 ОК 07
	3.6.1	Способы передвижения на поле боя. Самоокапывание и маскировка.		
	3.6.2	Обязанности наблюдателя, оснащение наблюдательного поста.		
Тема 3.7. Огневая подготовка	Содержание учебного материала		6	ОК 02 ОК 07
	3.7.1	Требования безопасности при обращении с оружием		
	3.7.2	Назначение, технические характеристики и устройство автомата Калашникова. Работа частей и механизмов.		
	3.7.3	Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова.		
	3.7.4	Уход за стрелковым оружием, хранение и сбережение.		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Коды компетенций,
1	2	3	4
	Практическое занятие № 10	3	ОК 02 ОК 03
	3.7.5 Правила стрельбы из стрелкового оружия. Выполнение упражнения начальных стрельб.		
Раздел 3. Основы медицинских знаний (учебные сборы, девушки)		35	
Тема 3.1. Основы первой доврачебной помощи	Содержание учебного материала	6	ОК 02 ОК 04
	3.1.1 Понятие первой доврачебной помощи.		
	3.1.2 Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.		
	3.1.3 Общие правила оказания первой помощи. Признаки жизни.		
	3.1.4 Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».		
3.1.5 Понятие травм и их виды.			
Тема 3.2. Правила оказания ПДП в различных ситуациях	Практическое занятие № 6	12	ОК 03 ОК 06 ОК 07
	3.2.1 Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при различных кровотечениях.		
	3.2.2 Первая помощь и признаки внутреннего кровотечения.		
	3.2.3 Первая помощь при удушении, признаках утопления. Способы удаления инородных тел из дыхательных путей.		
	3.2.4 Виды переломов. Первая помощь при переломах.		
	3.2.5 Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости.		
	3.2.6 Первая помощь при сотрясениях и ушибах.		
	3.2.7 Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.		
	3.2.8 Первая помощь при ожогах и отморожениях. Тепловой удар.		
	3.2.9 Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза.		
	3.2.10 Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.		
	3.2.11 Правила наложения повязок различных типов.		
	3.2.12 Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.		
	3.2.13 Первая помощь при отравлениях.		
3.2.14 Способы транспортировки пострадавших.			
Тема 3.3. Инфекционные заболевания	Содержание учебного материала	6	ОК 02 ОК 05 ОК 07
	3.3.1 Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.		
	3.3.2 Пути передачи возбудителей инфекционных болезней.		
	3.3.3 Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний.		
	3.3.4 Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика.		
3.3.5 Ранние половые связи и их последствия для здоровья.			
Тема 3.4. Основы планирования семьи	Содержание учебного материала	6	ОК 02 ОК 04 ОК 09
	3.4.1 Основные средства планирования семьи.		
	3.4.2 Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.		
	3.4.3 Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.		
3.4.4 Факторы, влияющие на здоровье ребенка.			

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Коды компетенций,
1	2		3	4
Тема 3.5. Основы ухода за младенцем	Содержание учебного материала		5	ОК 02 ОК 03 ОК 07
	3.5.1	Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности.		
	3.5.2	Особенности питания и образа жизни беременной женщины.		
	3.5.3	Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами.		
	3.5.4	Понятие патронажа, виды патронажей.		
Самостоятельная работа	Содержание материала для самостоятельного изучения		2	ОК 02 ОК 04 ОК 08
	3.1	Мужчина и женщина, построение гармоничных отношений		
	3.2	Что значит быть женщиной		
	3.3	Родина – Мать – Земля		
Дифференцированный зачет			1	
	Обязательная аудиторная учебная нагрузка		70	
	Самостоятельная работа обучающегося		2	

2.3. Характеристика основных видов деятельности студентов

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
Введение	Различение основных понятий и теоретических положений ОБЖ, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности. Анализ влияния современного человека на ОС, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния ОС; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите
1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения	<p>Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни.</p> <p>Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха.</p> <p>Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя. Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.</p> <p>Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам.</p> <p>Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения.</p> <p>Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека.</p> <p>Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья</p>
2. Государственная система обеспечения безопасности	<p>Усвоение понятий, классификация ЧС природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.</p> <p>Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.</p> <p>Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.</p> <p>Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение правил эвакуации населения в условиях ЧС, оценка правильности выбора СИЗ при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.</p> <p>Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Роспотребнадзора и других государственных служб в области безопасности</p>
3. Основы обороны государства и воинская обязанность	<p>Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных ВС РФ, характеристика основных этапов создания ВС России.</p> <p>Анализ основных этапов проведения военной реформы ВС РФ на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов СВ РФ; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих. Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества.</p> <p>Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки.</p> <p>Определение боевых традиций ВС России, объяснение основных понятий о ритуалах ВС РФ и символах воинской чести</p>
4. Основы медицинских знаний	<p>Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.</p> <p>Характеристика основных признаков жизни.</p> <p>Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара.</p> <p>Определение основных средств планирования семьи.</p> <p>Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины</p>

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для реализации программы дисциплины предусмотрен учебный кабинет безопасности жизнедеятельности

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- учебный комплект пособий;
- набор презентаций;
- приборы РХБЗ (ВПХР, ДП-64, ДП-22В, ИРД-02Б1, расчетная линейка ГО);
- средства индивидуальной защиты (противогазы ГП-5, ГП-7; респиратор Р-2; ОЗК; Л-1; ватно-марлевые повязки);
- противопожарные средства (ГЗДК-У, СПИ-20, огнетушители);
- медицинские средства (Сумка санитарная, носилки санитарные, аптечки индивидуальные, кровоостанавливающие жгуты);
- плащ-накидка армейская;
- шанцевый инструмент;
- оснащение спортивного городка (полоса препятствий);
- винтовки пневматические (пули, мишени);
- макеты (наглядные пособия): манекен для ИВЛ «Гоша», автомат АКМ-74 учебный;
- раздаточный материал;

Технические средства обучения:

- Компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- Проектор.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основные источники:

1.Н.В. Косолапова Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студ. учреждений сред. Проф. Образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. – 4-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2019 – 368 с.

2.Программа ОБЖ.

Дополнительные источники

1.Конституция Российской Федерации. Принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 года с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 1 июля 2020 года.

2.Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» от 28.03.1998 № 53-ФЗ. (последняя редакция)

3.Федеральный закон «О гражданской обороне» от 12.02.1998 N 28-ФЗ (последняя редакция)

4.Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» от 21.12.1994 N 68-ФЗ (последняя редакция)

5. Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе» от 25.07.2002 N 113-ФЗ (последняя редакция)
6. Федеральный закон «Об обороне» от 31.05.1996 N 61-ФЗ (последняя редакция)
7. «Семейный кодекс Российской Федерации» от 29.12.1995 N 223-ФЗ (ред. от 06.02.2020)
8. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21.11.2011 N 323-ФЗ (последняя редакция)
9. Федеральный закон «Об охране окружающей среды» от 10.01.2002 N 7-ФЗ (последняя редакция)
10. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 N 794 (ред. от 02.04.2020) «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций»
11. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2012.
12. Приказ МО РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих ВС РФ, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула ВС РФ» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2011. — № 47.
13. Приказ МО РФ и Министерства образования и науки РФ от 24.02.2010 № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» (зарегистрировано Минюстом России 12.04.2010, регистрационный № 16866).
14. Н.Г. Занько Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для студ. высш. учеб. заведений / Н.Г. Занько, В.М. Ретнев. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 2-е изд., стер. – 288 с.
15. Назарова Е.Н., Жилов Ю.Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.

Интернет-ресурсы (включая ЭУМК)

1. Сайт МЧС РФ. www.mchs.gov.ru
2. Сайт МВД РФ. www.mvd.ru
3. Сайт Минобороны. www.mil.ru
4. Сайт ФСБ РФ. www.fsb.ru
5. Сайт ФС по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор). www.rosпотребнадзор.ru/
6. Персональный сайт преподавателя-организатора ОБЖ Митяева И.И. «ОБЖ в ПРУ». http://mityaevi.ucoz.ru/index/osnovy_bezopasnosti_zhiznedejatelnosti/0-5
7. Новости ОБЖ <http://www.obzh.ru/>
8. Сайт Тюменской городской общественной организации утверждения и сохранения Трезвости «Трезвая Тюмень» <http://trezvayatyumen.ru/>
9. Сайт Доктора Торсунова <http://torsunov.ru/materials>
10. Сайт Психология третьего тысячелетия <http://psiholog3000.ru/>
11. Информационные метод издания <http://www.school-obz.org/archive/2009.htm>
12. Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё о Безопасности Жизнедеятельности <http://www.bezopasnost.edu66.ru/>

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<u>Уметь:</u> Организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций	Правильность и точность знания основных понятий Умение правильно объяснять последовательность действий	Выполнение практической работы, тестирование
Предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту	Умение правильно описывать меры профилактики для снижения уровня опасностей различных видов и их последствий в быту и профессиональной деятельности	Выполнение практической работы, тестирование, устный опрос
Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; применять первичные средства пожаротушения	Правильность объяснения и использование по назначению	Выполнение практической работы с обсуждением; разбор конкретных ситуаций
Ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности	Правильность и точность знания основных понятий	Устный опрос, разбор конкретных ситуаций
Применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью	Правильность и точность знания основных понятий	Устный опрос, разбор конкретных ситуаций
Владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности экстремальных условиях военной службы	Умение правильно использовать способы бесконфликтного общения и саморегуляции повседневной деятельности экстремальных условиях военной службы	Коллективные решения творческих задач.
Оказывать первую помощь пострадавшим	Умение правильно объяснять последовательность действий	Выполнение практической работы с обсуждением; разбор конкретных ситуаций

Результаты обучения	Методы оценки	Критерии оценки
ОК 1	Наблюдение и оценка уровня познавательной активности. Компетентностно-ориентированные задания. Целевые задания Анализ мотивов учебной деятельности.	<ul style="list-style-type: none"> - аргументирует свой выбор специальности; - определяет социальную значимость специальности; - выполняет самоанализ профпригодности; - определяет перспективы развития в профессиональной сфере; - определяет положительные и отрицательные стороны специальности; - определяет ближайшие и конечные жизненные цели; - определяет пути реализации жизненных планов; - участвует в мероприятиях способствующих профразвитию; - определяет перспективы трудоустройства.
ОК 2	Оценка выполнения самостоятельной работы по поиску и анализу информационных интернет-ресурсов, печатных изданий и литературы.	<ul style="list-style-type: none"> - прогнозирует результаты выполнения деятельности в соответствии с задачей; - находит способы и методы выполнения задачи; - выстраивает план деятельности; - подбирает ресурсы для решения задачи; - анализирует действия на соответствие нормам оценки результатов деятельности; - анализирует результат выполняемых действий и выявляет причины отклонений от норм; - определяет пути устранения выявленных отклонений; - оценивает результаты своей деятельности, их эффективность и качество.
ОК 3	Выполнение практической работы. Целевые задания. Собеседование.	<ul style="list-style-type: none"> - описывает ситуацию и называет противоречия; - оценивает причины возникновения ситуации; - определяет субъектов взаимодействия в возникшей ситуации; - находит пути решения ситуации; - подбирает ресурсы для разрешения ситуации; - прогнозирует развитие ситуации; - организует взаимодействие субъектов-участников ситуации; - берет на себя ответственность за принятое решение.
ОК 4	Оценка выполнения самостоятельной работы по поиску и анализу информационных интернет-ресурсов, печатных изданий и литературы. Выполнение практической работы.	<ul style="list-style-type: none"> - выделяет профессионально-значимую информацию; - выделяет перечень проблемных вопросов, информацией по которым не владеет; - задает вопросы, указывающие на отсутствие информации, необходимой для решения задачи; - пользуется разнообразной справочной литературой, электронными ресурсами; - находит в тексте запрашиваемую информацию; - сопоставляет информацию из различных источников; - определяет соответствие информации поставленной задаче; - классифицирует и обобщает информацию; - оценивает полноту и достоверность информации.
ОК 5	Оценка выполнения самостоятельной работы по поиску и анализу информационных интернет-ресурсов, печатных изданий и литературы. Компетентностно-ориентированные задания.	<ul style="list-style-type: none"> - осуществляет поиск информации в сети Интернет и различных электронных носителях; - извлекает информацию с электронных носителей; - использует средства ИТ для обработки и хранения информации; - представляет информацию в различных формах с использованием разнообразного программного обеспечения; - создает презентации в различных формах.
ОК 6	Выполнение практической работы. Компетентностно-ориентированные задания.	<ul style="list-style-type: none"> - устанавливает позитивный стиль общения; - выбирает стиль общения в соответствии с ситуацией; - признает чужое мнение;

	Целевые задания.	<ul style="list-style-type: none"> - при необходимости отстаивает своё мнение; - принимает критику; - ведет деловую беседу в соответствии с этическими нормами; - соблюдает официальный стиль при оформлении документов; - оформляет документы в соответствии с требованиями; - выполняет письменные и устные рекомендации преподавателей и администрации; - способен к эмпатии; - организует коллективное обсуждение рабочей ситуации.
ОК 10	Выполнение практической работы. Целевые задания. Собеседование.	<ul style="list-style-type: none"> - совещается и ставит задачи перед коллективом; - по необходимости аргументирует свою позицию; - осуществляет контроль в соответствии с поставленной задачей; - конструктивно критикует с учетом сложившейся ситуации; - организует работу по выполнению задания в соответствии с инструкциями; - организует деятельность по выявлению ресурсов команды; - участвует в разработке мероприятий по улучшению условий работы команды.
ОК11	Оценка выполнения самостоятельной работы по поиску и анализу информационных интернет-ресурсов, печатных изданий и литературы. Компетентностно-ориентированные задания.	<ul style="list-style-type: none"> - анализирует собственные сильные и стороны; - определяет перспективы профессионального и личного развития; - анализирует существующие препятствия для карьерного роста; - составляет программу самообразования; - определяет этапы достижения поставленных целей; - определяет нужные ресурсы для достижения целей; - выбирает тип карьеры и рост; - участвует в мероприятиях, способствующих карьерному росту; - владеет навыками самоорганизации и применяет их на практике; - владеет методами самообразования.

Код и наименование профессиональных и общих компетенций, формируемых в рамках модуля	Критерии оценки	Методы оценки
<p>ЛР 9 понимать общий смысл чётко произнесённых высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы;</p> <p>– участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы;</p>	<p>- способен понимать и применять инновации в области будущей профессии,</p> <p>- применяет полученные знания в любой ситуации, связанной с профессиональными задачами в области ОБЖ</p>	<p>- самооценка при выполнении самостоятельных работ,</p> <p>- оценка устных ответов, обучающихся по темам и решения практических ситуаций,</p>
<p>ЛР 3 строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности;</p> <p>– кратко обосновывать и объяснять свои действия (текущие и планируемые);</p> <p>– писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы</p>	<p>- выполняет конкретный вид работ, решая поставленную проблему,</p> <p>- способен применять инновации в области будущей профессии, в области ОБЖ</p>	<p>- оценка на практических занятиях и при выполнении работ во время производственной практики с учетом пользоваться основными положениями и инструкциями, распоряжениями, приказами и другими нормативными документами, необходимым для исполнения должностных обязанностей по профессии</p>