

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ «ЛУГАНСКИЙ КОЛЛЕДЖ  
ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебной дисциплины

---

**ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*(наименование учебной дисциплины)*

---

**09.01.03 Мастер по обработке цифровой информации**

*(код, наименование профессии/специальности)*

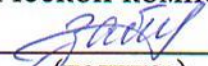
2020

Рассмотрено и согласовано методической комиссией  
общеобразовательных дисциплин

Протокол № 2 от «10» сентября 2020 г.

Разработана на основе Государственного образовательного стандарта среднего общего образования Луганской Народной Республики, утвержденного Министерством образования и науки Луганской Народной Республики (приказ от 21.05.2018г. № 495-од), зарегистрированного в Министерстве юстиций Луганской Народной Республики 13.06.2018 за № 203/1847; примерной программы по общеобразовательной учебной дисциплине для образовательных организаций (учреждений) среднего профессионального образования Луганской Народной Республики «Основы безопасности жизнедеятельности» (Утверждено Министерством образования и науки Луганской Народной Республики (приказ от 27.08.2020г. №797-од)

Председатель методической комиссии

  
(подпись)

Забияка Е. А.

Заместитель директора по учебной работе

  
(подпись)

Чистякова О. В.

Составитель:

Ковас Юрий Адольфович, преподаватель основ безопасности жизнедеятельности, ГБОУ СПО ЛНР «Луганский колледж информационных технологий и предпринимательства»

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 20<sup>21</sup>/20<sup>22</sup> учебный год

Протокол № 1 заседания МК от «01» 09 20<sup>21</sup> г.

Председатель МК 

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 20\_\_ / 20\_\_ учебный год

Протокол №\_\_ заседания МК от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Председатель МК \_\_\_\_\_

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 20\_\_ / 20\_\_ учебный год

Протокол №\_\_ заседания МК от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Председатель МК \_\_\_\_\_

## **СОДЕРЖАНИЕ**

|   |  |    |
|---|--|----|
| 1 | ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ                 | 4  |
| 2 | РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИЦИПЛИНЫ                        | 8  |
| 3 | СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ                    | 9  |
| 4 | УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ<br>ДИСЦИПЛИНЫ   | 23 |
| 5 | КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ<br>ДИСЦИПЛИНЫ | 26 |

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

## **1.1. Область применения программы учебной дисциплины**

Рабочая программа учебной дисциплины (далее – рабочая программа) является частью освоения программ подготовки квалифицированных рабочих, служащих (далее – ППКРС) в соответствии с ГОС СПО ЛНР по профессии 09.01.03 Мастер по обработке цифровой информации

## **1.2. Цели и задачи учебной дисциплины - требования к результатам освоения учебной дисциплины**

Содержание программы «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 общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

### **Личностные результаты:**

– — 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.

### **Метапредметные результаты**

– 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 выработать 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.

### **Предметные результаты**

В результате изучения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» на уровне среднего общего образования:

Обучающийся научится:

– понимать основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

– понимать потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

– понимать основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

– владеть основами законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;

– понимать порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;

– понимать основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;

– владеть основными видами военно-профессиональной деятельности;

– особенностями прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;

– понимать требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;

– постигать предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

– 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.

**Обучающийся получит возможность научиться** использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

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

### **1.3. Использование часов вариативной части в ППКРС**

| № п/п | Дополнительные профессиональные компетенции* | Дополнительные знания, умения | №, наименования темы | Количество часов | Обоснование включения в программу |
|-------|--|-------------------------------|----------------------|------------------|-----------------------------------|
|       |  |                               |                      |                  |                                   |

### **1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

всего – 108 часов, в том числе:

максимальной учебной нагрузки обучающихся – 108 часов, включая:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающихся – 72 часа;  
самостоятельной работы обучающихся – 36 часов.

## 2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| Наименование результата обучения  |   |
|---|---|
| Знать   | Уметь   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;</li> <li>- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения;</li> <li>- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</li> <li>- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);</li> <li>- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыв на военную службу;</li> <li>- основные правила и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;</li> <li>- требования, предъявленные военной службой к уровню подготовки призывника;</li> <li>- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;</li> <li>- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</li> <li>- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;</li> <li>- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни;</li> <li>- соблюдать правила безопасного дорожного движения (в части касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);</li> <li>- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;</li> <li>- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода, велосипедиста и водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей) анализировать и представлять информацию в различных видах;</li> <li>- вести здоровый образ жизни;</li> <li>- оказывать первую помощь пострадавшим.</li> </ul> |



### 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Тематический план учебной дисциплины ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

| Коды компетенций*                                  | Наименование разделов, тем                                 | Всего часов | Объем времени, отведенный на освоение учебной дисциплины |  |  |                                    |  |
|--|--|-------------|--|--|--|------------------------------------|--|
|  |  |             | Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающихся     |  |  | Самостоятельная работа обучающихся |  |
|  |  |             | Всего, часов   | в т.ч. лабораторные работы и практические занятия, часов | в т.ч. курсовая работа (проект), часов | Всего, часов                       | в т.ч. курсовая работа (проект), часов |
| 1  | 2  | 3           | 4  | 5  | 6                                      | 7                                  | 8                                      |
|  | Введение   | 3           | 1  | -  | -                                      | 2                                  | -                                      |
|  | Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья      | 23          | 16   | 1  | -                                      | 7                                  | -                                      |
|  | Государственная система обеспечения безопасности населения | 28          | 17   | 1  | -                                      | 11                                 | -                                      |
|  | Основы обороны государства и воинская обязанность          | 25          | 21   | 14   | -                                      | 4                                  | -                                      |
|  | Основы медицинских знаний                                  | 28          | 16   | 4  | -                                      | 12                                 | -                                      |
| Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет |  | 1           | 1  |  |  |                                    |  |
| Всего часов:                                       |  | 108         | 72   | 20   | -                                      | 36                                 | -                                      |

### 3.2. Содержание обучения по учебной дисциплине **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

| Наименование разделов, тем учебной дисциплины                   | Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрено)   | Объем часов |
|---|--|-------------|
| 1   | 2  | 3           |
| ВВЕДЕНИЕ  | Содержание учебного материала  | 1           |
|   | Актуальность изучения общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи общеобразовательной учебной дисциплины. Основные теоретические положения общеобразовательной учебной дисциплины; определения терминов «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 профессий и специальностей среднего |             |
|   | Лабораторная работа  |             |
|   | Практическое занятие   | -           |
|   | Самостоятельная работа обучающихся:  | 2           |
|   | Тематика самостоятельной работы:<br>подготовка реферата:<br>1. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.<br>2. Взаимодействие человека и среды обитания.  |             |
| Раздел 1. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ |  | 16          |
| Тема 1.1.   | Содержание учебного материала  | 2           |
|   | Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.  |             |
|   | Лабораторная работа  | -           |
|   | Практическое занятие   | -           |
|   | Самостоятельная работа обучающихся   | 2           |
|   | Тематика самостоятельной работы:   |             |

|           |   |   |
|-----------|---|---|
|           | подготовка доклада:<br>1 Здоровый образ жизни-основа укрепления и сохранения личного здоровья<br>2 Роль физической культуры в сохранении здоровья   |   |
| Тема 1.2. | Содержание учебного материала   | 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. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.  |   |
|           | Лабораторная работа   |   |
|           | Практическое занятие  |   |
|           | Самостоятельная работа обучающихся  |   |
|           | Тематика самостоятельной работы:<br>подготовка доклада:<br>1 Факторы, способствующие укреплению здоровья<br>2 Пути сохранения репродуктивного здоровья общества   | 2 |
| Тема 1.3. | Содержание учебного материала   | 2 |
|           | Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.  |   |
|           | Лабораторная работа   | - |
|           | Практическое занятие  | - |
|           | Самостоятельная работа обучающихся  | - |
|           | Тематика самостоятельной работы:  |   |
| Тема 1.4. | Содержание учебного материала   | 3 |
|           | 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  |   |
|           | Лабораторная работа   |   |
|           | Практическое занятие  | - |

|           |  |   |
|-----------|--|---|
|           | Самостоятельная работа обучающихся   |   |
|           | Тематика самостоятельной работы:<br>подготовка рефератов:<br>1 Алкоголь и его влияние на здоровья человека<br>2 Табакокурение и его влияние на здоровье.<br>3 Наркотики и их пагубное воздействие на организм.   | 3 |
| Тема 1.5. | Содержание учебного материала  |   |
|           | Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.   | 1 |
|           | Лабораторная работа  | - |
|           | Практическое занятие   |   |
|           | 1.Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения   | 1 |
|           | Самостоятельная работа обучающихся   | - |
|           | Тематика самостоятельной работы:   |   |
| Тема 1.6. | Содержание учебного материала  |   |
|           | 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. | 2 |
|           | Лабораторная работа  | - |
|           | Практическое занятие   | - |
|           | Самостоятельная работа обучающихся   | - |
|           | Тематика самостоятельной работы:   |   |
| Тема 1.7. | Содержание учебного материала  |   |
|           | Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».  | 2 |
|           | Лабораторная работа  | - |
|           | Практическое занятие   | - |
|           | Самостоятельная работа обучающихся   | - |
|           | Тематика самостоятельной работы:   |   |

|   |  |    |
|---|--|----|
| Раздел 2<br>ГОСУДАРСТВЕННАЯ<br>СИСТЕМА<br>ОБЕСПЕЧЕНИЯ<br>БЕЗОПАСНОСТИ<br>НАСЕЛЕНИЯ                                |  | 17 |
| Тема 2.1.   | Содержание учебного материала  | 1  |
|   | Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.   |    |
|   | Лабораторная работа  | -  |
|   | Практическое занятие   | -  |
|   | Самостоятельная работа обучающихся   | 2  |
| Тематика самостоятельной работы:<br>подготовка сообщения<br>1. Оповещение и информирование населения об опасности |  |    |
| Тема 2.2.   | Содержание учебного материала  | 2  |
|   | 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. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательной организации (учреждения) (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.). |    |
|   | Лабораторная работа:   | -  |
|   | Практическое занятие   | 1  |
|   | 2.Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии  |    |
|   | Самостоятельная работа обучающихся   | 2  |
|   | Тематика самостоятельной работы:<br>подготовка сообщения:<br>1. Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания  |    |
| Тема 2.3.   | Содержание учебного материала  | 1  |
|   | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.  |    |
|   | Лабораторные работы:   | -  |

|           |   |   |
|-----------|---|---|
|           | Практическое занятие  | - |
|           | Самостоятельная работа обучающихся  | - |
|           | Тематика самостоятельной работы:  | - |
| Тема 2.4. | Содержание учебного материала   | 2 |
|           | Гражданская защита — составная часть обороноспособности республики. Основные понятия и определения, задачи гражданской защиты. Структура и органы управления гражданской защиты. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.                                    |   |
|           | Лабораторная работа   | - |
|           | Практическое занятие  | - |
|           | Самостоятельная работа обучающихся  | 2 |
|           | Тематика самостоятельных работ:<br>подготовить памятка<br>1. Правовые и организационные основы безопасности жизнедеятельности   |   |
| Тема 2.5. | Содержание учебного материала   | 1 |
|           | 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.    |   |
|           | Лабораторная работа   | - |
|           | Практическое занятие  | - |
|           | Самостоятельная работа обучающихся  | - |
|           | Тематика самостоятельной работы:  | - |
| Тема 2.6. | Содержание учебного материала   | 2 |
|           | Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской защиты. Правила поведения в защитных сооружениях. |   |
|           | Лабораторная работа   | - |
|           | Практическое занятие  | - |
|           | Самостоятельная работа обучающихся<br>1. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения   | 2 |
|           | Тематика самостоятельной работы:  | - |
| Тема 2.7. | Содержание учебного материала   | 2 |

|            |   |   |   |
|------------|---|---|---|
|            | 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.  |   |   |
|            | Лабораторная работа   | - |   |
|            | Практическое занятие  | - |   |
|            | Самостоятельная работа обучающихся  | - |   |
|            | Тематика самостоятельной работы:  |   |   |
| Тема 2.8.  | Содержание учебного материала   | 2 |   |
|            | Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской защиты в образовательной организации (учреждении), ее предназначение. |   |   |
|            | Лабораторные работы   |   | - |
|            | Практическое занятие  |   | - |
|            | Самостоятельная работа обучающихся  |   | - |
|            | Тематика самостоятельной работы:  |   |   |
| Тема 2.9.  | Содержание учебного материала   | 1 |   |
|            | Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.  |   |   |
|            | Лабораторная работа   | - |   |
|            | Практическое занятие  | - |   |
|            | Самостоятельная работа обучающихся  | 3 |   |
|            | Тематика самостоятельной работы:<br>подготовка сообщения:<br>1. Терроризм как основная социальная опасность современности.<br>2. Современные средства поражения и их поражающие факторы<br>3. Оповещение и информирование население об опасности.   |   |   |
| Тема 2.10. | Содержание учебного материала   | 2 |   |

|  |  |   |
|--|--|---|
|  | Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС — орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. МВД — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного времени. |   |
|  | Лабораторная работа  | - |
|  | Практическое занятие   | - |
|  | Самостоятельная работа обучающихся   | - |
|  | Тематика самостоятельной работы:   |   |
| Раздел 3 ОСНОВЫ<br>ОБОРОНЫ<br>ГОСУДАРСТВА И<br>ВОИНСКАЯ<br>ОБЯЗАННОСТЬ |  | 7 |
| Тема 3.1.  | Содержание учебного материала  |   |
|  | Основы обороны государства. Основы законодательства в области обороны и национальной безопасности Луганской Народной Республики. Основы Международного гуманитарного права. Символы воинской чести. Ордена и медали.   | 1 |
|  | Лабораторная работа  | - |
|  | Практическое занятие   | - |
|  | Самостоятельная работа обучающихся   | - |
|  | Тематика самостоятельной работы:   |   |
| Тема 3.2.  | Содержание учебного материала  |   |
|  | Общевоинская подготовка. Виды Вооружённых Сил, рода войск, назначение. Воинские звания, знаки различия, форма одежды, правила воинской вежливости и поведения. Общевоинские уставы. Уставные правила взаимоотношений между военнослужащими. Размещение военнослужащих. Распорядок дня. Суточный наряд. Общие положения дисциплинарного устава.   | 1 |
|  | Лабораторная работа  | - |
|  | Практическое занятие   | - |
|  | Самостоятельная работа обучающихся   |   |
|  | Тематика самостоятельной работы:<br>подготовить нормативно-правовые акты<br>1. Уставы вооруженных сил ЛНР  | 2 |



|           |   |   |
|-----------|---|---|
| Тема 3.3. | Содержание учебного материала   | 1 |
|           | Особенности военной службы. Правовые основы военной службы. Ритуалы Вооружённых Сил. Устав гарнизонной и караульной службы Вооружённых Сил. Пост и его оборудование. Смена часового на посту. Действие часового. Основные особенности воинской деятельности. Основные обязанности военнослужащих. Прохождение военной службы.   |   |
|           | Лабораторная работа   | - |
|           | Практическое занятие  | - |
|           | Самостоятельная работа обучающихся  | - |
|           | Тематика самостоятельной работы:  |   |
| Тема 3.4. | Содержание учебного материала   | 1 |
|           | Строевая подготовка. Элементы строя. Строй и управление ими. Обязанности военнослужащих перед построением в строю. Повороты на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Движение строевым и походным шагом. Воинское приветствие на месте и в движении. Строевые приемы с оружием. Строевое слаживание отделения. |   |
|           | Лабораторная работа   |   |
|           | Практическое занятие  | - |
|           | Самостоятельная работа обучающихся  | 2 |
|           | Тематика самостоятельной работы:<br>подготовить презентацию:<br>1. Основные виды вооружения и военной техники.  |   |
| Тема 3.5. | Содержание учебного материала   | 1 |
|           | Огневая подготовка. История развития стрелкового оружия. Основы стрельбы из стрелкового оружия. Устройство боеприпасов. Явление выстрела. Приемы и правила стрельбы. Ручные гранаты, устройство, характеристика. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова.  |   |
|           | Лабораторная работа   | - |
|           | Практическое занятие  | - |
|           | Самостоятельная работа обучающихся  | - |
|           | Тематика самостоятельной работы:  |   |
| Тема 3.6. | Содержание учебного материала   | 1 |

|                                     |   |    |
|-------------------------------------|---|----|
|                                     | <p>Тактическая подготовка. Современный общевойсковой бой. Виды боя. Маневр. Виды огня. Передвижение солдата в бою. Управление отделением в бою. Оборудование огневой позиции. Разведка и наблюдение за полем боя. Действие солдата в наступлении и обороне.</p>   |    |
|                                     | Лабораторная работа   | -  |
|                                     | Практическое занятие  | -  |
|                                     | Самостоятельная работа обучающихся  | -  |
|                                     | Тематика самостоятельной работы:  |    |
| Тема 3.7.                           | Содержание учебного материала   | 1  |
|                                     | Военная топография. Определение углов и расстояний на местности. Ориентирование на местности по карте и без карты.  |    |
|                                     | Лабораторная работа   | -  |
|                                     | Практическое занятие  | -  |
|                                     | Самостоятельная работа обучающихся  | -  |
|                                     | Тематика самостоятельной работы:  |    |
| Раздел 4. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ |   | 12 |
| Тема 4.1.                           | Содержание учебного материала   | 1  |
|                                     | Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи.   |    |
|                                     | Лабораторная работа   | -  |
|                                     | Практическое занятие  | -  |
|                                     | Самостоятельная работа обучающихся  | 2  |
|                                     | Тематика самостоятельной работы:<br>подготовить реферат<br>1. Первая помощь при острой сердечной недостаточности  |    |
| Тема 4.2.                           | Содержание учебного материала   | 1  |
|                                     | 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. |    |

|           |   |   |
|-----------|---|---|
|           | Лабораторная работа   | - |
|           | Практическое занятие  | - |
|           | Самостоятельная работа обучающихся  | 2 |
|           | Тематика самостоятельной работы:<br>подготовить реферат:<br>1. Первая помощь при ранениях   |   |
| Тема 4.3. | Содержание учебного материала   | 1 |
|           | Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.   |   |
|           | Лабораторная работа   | - |
|           | Практическое занятие  | - |
|           | Самостоятельная работа обучающихся  | - |
|           | Тематика самостоятельной работы:  |   |
| Тема 4.4. | Содержание учебного материала   | 1 |
|           | Понятие и виды кровотечений. 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.  |   |
|           | Лабораторная работа   | - |
|           | Практическое занятие  | - |
|           | Самостоятельная работа обучающихся  | - |
|           | Тематика самостоятельной работы:  |   |
|           |   |   |
| Тема 4.5. | Содержание учебного материала   | 1 |
|           | 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. |   |
|           | Лабораторная работа   |   |
|           |   | - |

|           |  |   |
|-----------|--|---|
|           | Практическое занятие   | - |
|           | Самостоятельная работа обучающихся   |   |
|           | Тематика самостоятельной работы:<br>подготовить презентацию:<br>1. Первая помощь при ожогах.   | 2 |
| Тема 4.6. | Содержание учебного материала  | 1 |
|           | Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени обморожений.                                     |   |
|           | Лабораторная работа  | - |
|           | Практическое занятие   | - |
|           | Самостоятельная работа обучающихся   | - |
|           | Тематика самостоятельной работы:   |   |
| Тема 4.7. | Содержание учебного материала  | 1 |
|           | Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.   |   |
|           | Лабораторная работа  | - |
|           | Практическое занятие   | - |
|           | Самостоятельная работа обучающихся   | - |
|           | Тематика самостоятельной работы  |   |
| Тема 4.8. | Содержание учебного материала  | 1 |
|           | Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.  |   |
|           | Лабораторная работа  | - |
|           | Практическое занятие   | - |
|           | Самостоятельная работа обучающихся   | - |
|           | Тематика самостоятельной работы:   |   |
| Тема 4.9. | Содержание учебного материала  | 1 |
|           | Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства |   |

|            |  |   |
|------------|--|---|
|            | кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.   |   |
|            | Лабораторная работа  | - |
|            | Практическое занятие   | - |
|            | Самостоятельная работа обучающихся   | - |
|            | Тематика самостоятельной работы:   | - |
| Тема 4.10. | Содержание учебного материала  | 1 |
|            | 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. |   |
|            | Лабораторная работа  | - |
|            | Практическое занятие   | - |
|            | Самостоятельная работа обучающихся   | 2 |
|            | Тематика самостоятельной работы:<br>подготовить памятку:<br>1. Профилактика инфекционных заболеваний.  |   |
| Тема 4.11. | Содержание учебного материала  | 1 |
|            | 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.        |   |
|            | Лабораторная работа  | - |
|            | Практическое занятие   | - |
|            | Самостоятельная работа обучающихся   | 2 |
|            | Тематика самостоятельной работы:<br>подготовка презентации<br>1. Здоровье родителей-здоровья ребенка.  |   |
| Тема 4.12. | Содержание учебного материала  | 1 |

|  |   |    |
|--|---|----|
|  | Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи. |    |
|  | Лабораторная работа   | -  |
|  | Практическое занятие  | -  |
|  | Самостоятельная работа обучающихся  |    |
|  | Тематика самостоятельной работы:<br>подготовка сообщения:<br>1. Формирование здорового образа жизни с пеленок.<br>2. Духовность и здоровья семьи.   | 2  |
| УЧЕБНЫЕ СБОРЫ                                      | Практическое занятие  | 18 |
|  | 3.Строевая подготовка   | 6  |
|  | 4.Огневая подготовка  | 4  |
|  | 5.Тактическая подготовка  | 2  |
|  | 6.Физическая подготовка   | 2  |
|  | 7.Основы медицинских знаний   | 4  |
| Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет |   | 1  |
| Всего часов: 108/72/36                             |   |    |

## **4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **4.1. Требования к материально-техническому обеспечению**

Реализация программы учебной дисциплины предполагает наличие **учебного кабинета Основы безопасности жизнедеятельности и охраны труда**

#### **Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета:**

- рабочее место преподавателя;
- посадочные места по количеству обучающихся;
- доска классная;
- наглядные пособия (учебники, карточки, раздаточный материал, стенды);
- медицинская сумка в комплекте;
- носилки санитарные;
- аптечка индивидуальная;
- бинты марлевые;
- бинты эластичные;
- огнетушители углекислотные (учебные)
- библиотечный фонд.

#### **Технические средства обучения:**

компьютер, мультимедиа комплекс, интерактивная доска.

### **4.2. Общие требования к организации образовательной деятельности**

Освоение обучающимися учебной дисциплины может проходить в условиях созданной образовательной среды в образовательной организации.

Преподавание учебной дисциплины должно носить практическую направленность. В процессе практических занятий обучающиеся закрепляют и углубляют теоретические знания, приобретают необходимые умения и навыки.

**Теоретические занятия** должны проводиться в учебном кабинете **Основы безопасности жизнедеятельности и охраны труда**,

Текущий и промежуточный контроль обучения складывается из следующих компонентов:

**текущий контроль:** опрос обучающихся на занятиях, проведение тестирования, решение задач обучающимися в процессе проведения

теоретических занятий, выполнения контрольных работ и т.д.;

**промежуточный контроль:** дифференцированный зачет.

#### **4.3. Кадровое обеспечение образовательной деятельности**

Требования к квалификации педагогических кадров, осуществляющих реализацию ППКРС по профессии должны обеспечиваться педагогическими кадрами, имеющими высшее образование, соответствующее профилю преподаваемой учебной дисциплины. Преподаватели получают дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации в организациях не реже одного раза в 5 лет.

#### **4.4. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

Основные источники:

1. Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 класс: учеб. для общеобразоват. организаций / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2014.

2. Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: 10 – 11 классы: учеб. для общеобразоват. организаций / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2014.

Дополнительные источники:

1. Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. — М., 2013.

2. Аксенова М., Кузнецов С., Евлахович и др. Огнестрельное оружие. — М., 2012.

3. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.

4. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.

5. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.

6. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для учреждений сред. проф. образования. — М., 2013.



7. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное учебное издание для обучающихся по профессиям в учреждениях сред. проф. образования. — М., 2014.

8. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное приложение к учебнику для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.

9. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: электронный учебно-методический комплекс для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.

10. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов сред. проф. образования. — М., 2014.

11. Микрюков В.Ю. Основы военной службы: учебник для учащихся старших классов сред. образовательных учреждений и студентов сред. спец. учеб. заведений, а также преподавателей этого курса. — М., 2014.

#### Интернет-ресурсы:

[www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).

[www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) (Books Gid. Электронная библиотека).

[www.globalteka.ru/index.html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).

[www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).

[www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).

[www.school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).

[www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).

[www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).

[www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).

[www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность).

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем при проведении практических работ, тестирования, а также выполнения обучающимися контрольных работ.

| Результаты обучения  | Основные показатели оценки результатов  | Формы и методы контроля и оценки  |
|--|---|---|
| <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;</li> <li>- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения;</li> <li>- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</li> <li>- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);</li> <li>- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыв на военную службу;</li> <li>- основные правила и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;</li> <li>- требования, предъявленные военной службой к уровню подготовки призывника;</li> <li>- предназначение, структура и задачи гражданской обороны;</li> <li>- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- различие основных понятий и теоретических положений ОБЖ</li> <li>- определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни</li> <li>- усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций. классификация ЧС</li> <li>- характеристика основ законодательства в области обороны и национальной безопасности ЛНР</li> <li>- характеристика видов Вооруженных Сил, родов войск, общевойсковых уставов, особенностей военной службы</li> <li>- освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- тестирование, устный опрос, оценка правильности выполнения самостоятельной внеаудиторной работы</li> </ul> |
| <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть способами защиты</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- анализ влияния</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- тестирование, устный опрос;</li> </ul>   |

|   |   |   |
|---|---|---|
| <p>населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; объяснять полученные результаты и делать выводы;</li> <li>- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни;</li> <li>- соблюдать правила безопасного дорожного движения (в части касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);</li> <li>- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;</li> <li>- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода, велосипедиста и водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей) анализировать и представлять информацию в различных видах;</li> <li>- вести здоровый образ жизни</li> <li>- оказывать первую помощь пострадавшим</li> </ul> | <p>современного человека на окружающую среду</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья человека</li> <li>- моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС</li> <li>- освоение огневой, строевой и тактической подготовок</li> <li>- оказание первой помощи пострадавшим</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрация умения использовать средства индивидуальной защиты и оценка правильности их применения;</li> <li>- оценка решения ситуационных задач;</li> <li>- оценка правильности выполнения самостоятельной внеаудиторной работы</li> </ul> |
|---|---|---|