

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

«Оренбургский государственный университет»  
Бузулукский колледж промышленности и транспорта

Предметно-цикловая комиссия общеобразовательных и общепрофессиональных  
дисциплин

# **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«ОДБ.08 Основы безопасности жизнедеятельности»

Специальность

13.02.07 Электроснабжение (по отраслям)

Квалификация

*Техник*

Форма обучения

*Очная, заочная*

Бузулук 2020

**Рабочая программа учебной дисциплины «ОДБ.08 Основы безопасности жизнедеятельности» /сост. Петрашко И.И.– Бузулук: БКПТ ОГУ, 2020. – 20 с.**

Рабочая программа предназначена для преподавания общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» студентам очной и заочной форм обучения по специальности 13.02.07 Электроснабжение (по отраслям).

Рабочая программа разработана в соответствии с положением и шаблоном, утвержденными в БКПТ ОГУ.

## Содержание

1	Пояснительная записка.....	3
2	Структура и содержание учебной дисциплины.....	7
3	Условия реализации программы учебной дисциплины..	15
4	Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.....	15
	Приложение 1 Планирование учебных занятий с использованием активных и интерактивных форм и методов обучения.....	

## **1 Пояснительная записка**

Рабочая программа разработана на основе примерной программы общеобразовательной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной ФГАУ «ФИРО» в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего образования (Протокол №3 от 21 июля 2015 г. Регистрационный номер рецензии 379 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО»), с учетом ФГОС СПО по специальности 13.02.07 Электроснабжение (по отраслям), утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 14.12.2017 № 1216, и учебного плана по специальности.

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 учащихся.

Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированного зачета по итогам изучения дисциплины в конце учебного года.

Дифференцированный зачет по дисциплине проводится за счет времени, отведенного на её освоение, и выставляется на основании результатов выполнения заданий, а также точек рубежного контроля.

### **Общая характеристика учебной дисциплины**

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучает риски производственной, природной, социальной, бытовой, городской и других сред обитания человека как в условиях повседневной жизни, так и при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного, природного и социального характера. Данная дисциплина является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности. Основными содержательными темами программы являются: введение в дисциплину, обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья, государственная система обеспечения безопасности населения, основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний.

### **Место учебной дисциплины в учебном плане**

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования. Изучается на 1 курсе в общеобразовательном цикле.

## **Результаты освоения учебной дисциплины**

Освоение содержания учебной дисциплины обеспечивает достижение студентами 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:**

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.

## **2. Структура и содержание учебной дисциплины**

### **2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем</b>	70
<i>Самостоятельная работа</i>	-
<b>Объем образовательной программы</b>	70
в том числе:	
теоретическое обучение	54
лабораторные работы	Не предусмотрено
практические занятия	16
курсовая работа (проект)	Не предусмотрено
контрольная работа	Не предусмотрено
консультации	Не предусмотрено
<b>Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированного зачета</b>	2 (из часов теории)

Наименование разделов учебной дисциплины	Содержание учебного материала	Объем часов	Уровень усвоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Основы безопасности и защиты человека в опасных и чрезвычайных ситуациях</b>		<b>16</b>	
<b>Тема 1.1</b> Сферы применения и задачи ОБЖ	Содержание: 1. Сферы применения и задачи ОБЖ 2. Человек и профессия 3. Статистика по гибели и травматизму в РФ	2	1, 2
	Практические занятия	Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 1.2</b> Чрезвычайные ситуации мирного времени	Содержание: 1. Классификация и признаки ЧС 2. Природные ЧС 3. Техногенные ЧС 4. Социально-экономические ЧС	2	1,2
	Практические занятия	Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 1.3</b> Чрезвычайные ситуации военного времени	Содержание: 1. Отличительные признаки ЧС военного времени 2. Краткая характеристика ядерного оружия 3. Краткая характеристика химического оружия 4. Краткая характеристика биологического оружия	4	2
	Практические занятия	Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 1.4</b> Правила поведения в условиях вынужденной	Содержание: 1. Ориентирование на местности 2. Движение по азимуту	2	2



автономии	Практические занятия	Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 1.5</b> Защита населения в условиях ЧС	Содержание: 1. Коллективные средства защиты 2. Средства индивидуальной защиты	2	2
	Практические занятия	Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 1.6</b> Содержание и организация мероприятий по локализации и ликвидации последствий ЧС	Содержание: 1. Задачи спасательных работ 2. Обеззараживание территории при ЧС 3. Санитарная обработка людей при ЧС	2	2
	Практические занятия	Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 1.7</b> Уголовная ответственность несовершеннолетних	Содержание: 1. Ответственность несовершеннолетних 2. Виды ответственности 3. Причины правонарушений несовершеннолетних	2	2
	Практические занятия	Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Раздел 2. Основы здорового образа жизни</b>		<b>14</b>	
<b>Тема 2.1</b> Здоровый образ жизни и его составляющие	Содержание: 1. Режим дня и его составляющие 2. Правила личной гигиены	2	2
<b>Тема 2.2</b> Рациональное питание	Содержание: 1. Основные питательные вещества 2. Вода и здоровье человека	2	2
<b>Тема 2.3</b> Двигательная	Содержание: 1. Влияние двигательной активности на здоровье	2	2

активность и закаливание	2. Влияние закаливания на здоровье		
	Практические занятия	Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 2.4</b> Факторы, разрушающие здоровье человека	Содержание: 1. Влияние загрязнения окружающей среды на здоровье 2. Качество питания и здоровье 3. Вредные привычки и здоровье	6	2
	Практические занятия	Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 2.5</b> Нравственность и здоровье нации	Содержание: 1. Формирование нравственности в молодежной среде 2. Формирование правильного взаимоотношения полов	2	2
	<b>Раздел 3. Основы военной службы</b>		<b>18</b>
<b>Тема 3.1</b> История создания вооруженных сил России	Содержание: 1. Реформы вооруженных сил России 2. Организационная структура ВС России	4	2
	Практические занятия	Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 3.2</b> Функции и основные задачи ВС РФ	Содержание: 1. Угрозы безопасности РФ 2. Основные задачи современных ВС РФ	2	2
	Практические занятия	Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 3.3</b> Современные вооруженные силы РФ	Содержание: 1. Виды войск ВС РФ 2. Рода войск ВС РФ	4	2

	Практические занятия	Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 3.4</b> Дни воинской славы России	Содержание: 1. Памятные даты воинской славы России	4	2
	Практические занятия	Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 3.5</b> Патриотизм, верность воинскому долгу- основные качества защитника Отечества	Содержание: 1. Патриотизм-источник духовных сил 2. Верность воинскому долгу-основное качество русского воина	2	2
	Практические занятия	Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 3.6</b> Воинская дисциплина, ее сущность и значение	Содержание: 1. Исторические примеры значения воинской дисциплины 2. Чем достигается воинская дисциплина 3. Чему обязывает воинская дисциплина		2
	Практические занятия	Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>		<b>20</b>	
<b>Тема 4.1</b> Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка	Содержание: 1. Факторы, негативно воздействующие на развитие плода 2. Репродуктивное здоровье женщины 3. Опасность искусственного прерывания беременности	2	2
	Практические занятия	Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	

<b>Тема 4.2</b> Инфекции, передающиеся половым путем	Содержание: 1. Опасность раннего начала половой жизни 2. Венерические заболевания и их профилактика	2	2
	Практические занятия	Не предусмотрено	
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 4.3</b> Первая помощь при ранениях	Содержание: Практическое занятие №1 1. Что нельзя делать при ранениях 2. Что необходимо делать при ранениях	2	2
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 4.4</b> Первая помощь при переломах	Содержание: Практическое занятие №2 1. Признаки переломов 2. Способы оказания первой помощи	2	2
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 4.5</b> Первая помощь при поражении электрическим током	Содержание: Практическое занятие №3 1. Признаки поражения электрическим током 2. Способы оказания помощи при поражении электрическим током	2	2
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 4.6</b> Первая помощь при наружном кровотечении	Содержание: Практическое занятие №4 1. Виды кровотечений 2. Способы остановки кровотечений	2	2
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 4.7</b> Первая помощь при ожогах	Содержание: Практическое занятие №5 1. Классификация ожогов 2. Способы оказания помощи	2	2

<b>Тема 4.8</b> Первая помощь при тепловом ударе	Содержание: Практическое занятие №6 1. Признаки теплового удара 2. Алгоритм действий	2	3
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 4.9</b> Первая помощь при отсутствии сознания (обмороке)	Содержание: Практическое занятие №7 1. Причины и признаки обморока 2. Алгоритм действий	2	3
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Тема 4.10</b> Первая помощь при остановке сердца	Содержание: Практическое занятие №8 1. Причины и признаки остановки сердца 2. Алгоритм действий	2	2
	Самостоятельная работа	Не предусмотрено	
<b>Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)</b>		2	
		<b>Всего</b>	<b>70</b>

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств)
2. репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

## 2.3 Разделы дисциплины, изучаемые студентами заочной формы обучения

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов			
		Всего	Аудиторная работа		Внеаудиторная самостоятельная работа
			Теория	Практические занятия	
1	Основы безопасности и защиты человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	16	2	-	14
2	Основы здорового образа жизни	14	-	-	14
3	Основы военной службы	18	-	2	16
4	Основы медицинских знаний	20	-	2	18
Дифференцированный зачет		2			
Итого		70	2	6	62

## 2.4 Тематический план учебной дисциплины для студентов заочной формы обучения

№ раздела	Темы, выносимые на аудиторное изучение	Количество часов
1	Сферы применения и задачи ОБЖ	2
3	История создания вооруженных сил России	2
4	Первая помощь при поражении электрическим током	2
Дифференцированный зачет		2

## 3. Условия реализации программы учебной дисциплины

### 3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрен кабинет «Безопасности жизнедеятельности», оснащенный оборудованием:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- необходимая методическая и справочная литература.

Технические средства обучения:

- телевизор
- DVD-приставка
- мультимедийные презентации по тематике дисциплины

### 3.2 Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд колледжа имеет печатные образовательные и информационные ресурсы, рекомендуемые для использования в образовательном процессе

#### 3.2.1 Основные источники

1. Косолапова, Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности [Текст] : учебник / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. - Москва : Академия, 2017. - 368 с. - (Профессиональное образование). - Библиогр. с.: 360-363. - ISBN 978-5-4468-5993-1

#### 3.2.2 Дополнительные источники

1. Хван, Т.А. Основы безопасности жизнедеятельности / Т.А. Хван, П.А. Хван. – Изд. 9-е. – Ростов-на-Дону : Издательство «Феникс», 2014. – 416 с. : ил. – (Среднее профессиональное образование). – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256257>

2. Прудников, С.П. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций : учебное пособие / С.П. Прудников, О.В. Шереметова, О.А. Скрыпниченко. – Минск : РИПО, 2016. – 267 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=463327>

## 4 Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
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	- уверенно перечисляет правила безопасного поведения в повседневной жизни и в условиях ЧС; - правильно описывает организацию защиты населения в Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера и организационные основы борьбы с терроризмом;	- устный опрос - выполнение тестовых заданий - выполнение индивидуальных проектов - дифференцированный зачет

<p>населения от внешних и внутренних угроз;</p> <p>сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;</p> <p>сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;</p> <p>освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;</p> <p>освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;</p> <p>развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</p> <p>формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;</p> <p>развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной</p>	<p>- точно перечисляет основные принципы здорового образа жизни;</p> <p>- дает оценку ущербу от ЧС</p> <p>- грамотно оценивает основные правила безопасного поведения в повседневной жизни и в условиях чрезвычайной ситуации, а также правила личной безопасности при угрозе террористического акта;</p> <p>- сравнивает чрезвычайные ситуаций природного и техногенного характера</p> <p>- делает выводы о правильной организации защиты населения при ЧС</p> <p>Демонстрирует способность оказания первой медицинской помощи</p>	
--	---	--



<p>жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</p> <p>получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;</p> <p>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;</p> <p>освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</p> <p>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;</p>		
---	--	--

## Приложение 1

### Планирование учебных занятий с использованием активных и интерактивных форм и методов обучения

№ п/п	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Активные и интерактивные формы и методы обучения
1	Тема 1.6 Содержание и организация мероприятий по локализации и ликвидации последствий ЧС	2	Анализ конкретных ситуаций. Дискуссия.
2	Тема 1.7 Уголовная ответственность несовершеннолетних	2	Презентация. Дискуссия.
3	Тема 2.1 Здоровый образ жизни и его составляющие	2	Презентация. Кейс-метод.
4	Тема 2.3 Двигательная активность и закаливание	2	Работа в группах. Презентация. Анализ конкретных ситуаций.
5	Тема 3.1 История создания вооруженных сил России	4	Составление схем, инструкций и презентаций.
6	Тема 3.4. Дни воинской славы России	4	Презентация, работа в группах.
7	Тема 3.6. Воинская дисциплина, ее сущность и значение	2	Мозговой штурм. Составление презентации.
8	Тема 4.4 Первая помощь при переломах	2	Анализ конкретных ситуаций Составление и решение проблемных вопросов.