

**Приложение №2.6.**

*к ОПОП по профессии:*

*09.01.03 Мастер по обработке цифровой информации*

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОУДБ. 06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ**  
**ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

2021г.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОУДБ. 06 Основы Безопасности Жизнедеятельности

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОУДБ. 06 Основы безопасности жизнедеятельности является обязательной частью базовых учебных дисциплин общеобразовательного цикла основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессии 09.01.03 Мастер по обработке цифровой информации

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК: ОК 1, ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5, ОК 6, ОК 7

### 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ОК, ЛР	Умения	Знания
ОК 1, ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5, ОК 6, ОК 7, ЛР 5, ЛР 7, ЛР 9, ЛР10.	У.1. Применять основные способы защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; У.2Практически использовать необходимые навыки в области гражданской обороны; У.3Пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; У.4Оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе; У.5Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни: для ведения здорового образа жизни; для развития у себя духовных и физических качеств, необходимых для военной	3.1.Потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность личности; основы репродуктивного здоровья и влияние на него различных факторов; Точность определения основных понятий и терминов. основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; 3.2 Основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан РФ; Состав и предназначение

	<p>службы; при обращении в случае необходимости в службы экстренной помощи.</p> <p>У6. Владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы; -оказывать первую доврачебную помощь</p> <p>Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.</p> <p>Результативность использования приобретенных знаний и умений в практической и повседневной жизни.</p>	<p>Вооруженных Сил Российской Федерации;</p> <p>Порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;</p> <p>Основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;</p> <p>основные виды военно- профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, а также альтернативной гражданской службы;</p> <p>3.3 требования, предъявляемые на военной службе к уровню подготовленности призывника; предназначение, структуру и задачи РСЧС;</p> <p>предназначение, структуру и задачи Гражданской обороны РФ;</p>
--	---	---

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем в часах
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	105
<b>в т.ч. обязательные аудиторные занятия</b>	<b>70</b>
<b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>	<b>10</b>
в т. ч.:	
теоретическое обучение	55
практические занятия	10
контрольная работа	4
Самостоятельная работа	35
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	1

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины

### Основы безопасности жизнедеятельности.

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Осваиваемые элементы компетенций
1	2		3	4
Глава1. Введение	Содержание учебного материала		2	ОК 1, ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5, ОК 6, ОК 7, ЛР 5, ЛР 7, ЛР 9, ЛР10
	1	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».	2	
	2	Цели и задачи дисциплины, основные теоретические положения и понятия		
Глава 2 .Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.	Содержание учебного материала		11	ОК 1, ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5, ОК 6, ОК 7, ЛР 5, ЛР 7, ЛР 9, ЛР10
	1.	Здоровье и здоровый образ жизни	10	
	2.	Факторы, способствующие укреплению здоровья, двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой.		
	3.	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды.		
	4.	Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.		
	5.	Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.		
	6.	Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части.		
	7.	Пассивное курение. Влияние курения на нервную систему, сердечно - сосудистую систему.		
	8.	Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании		
	9.	Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.		
		Контрольная работа№1		
	В том числе практические занятия		1	

	1.	<b>Практическое занятие № 1</b> - Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки	1	
	Самостоятельная работа обучающихся. «ЧС природного и техногенного характера». «Применение СИЗ в случае применения оружия массового поражения».		6	
<b>Глава 3. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		23	ОК 1, ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5, ОК 6, ОК 7, ЛР 5, ЛР 7, ЛР 9, ЛР10
	1.	Общие понятия и классификация ЧС природного и техногенного характера.	18	
	2.	Краткая характеристика ЧС природного, техногенного характера.		
	3.	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.		
	4.	Отработка правил поведения при получения сигнала о ЧС согласно плану образовательного учреждения.		
	5.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС(РСЧС, история ее создания		
	6.	ГО, основные понятия и определения, задачи ГО. Структура и органы управления ГО. Мониторинг и прогнозирование ЧС.		
	7.	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.		
	8.	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах ЧС. Санитарная обработка людей после пребывания их зонах заражения		
	9.	Обучение населения защите от ЧС. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств РФ по защите населения и территорий от ЧС: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно- спасательные работы, обучение населения.		
	10.	Организация ГО в образовательном учреждении, ее предназначение		
	11.	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате заложника.		
	12.	Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.		
	13.	Государственные службы по охране и безопасности граждан .МЧС России.		
	14.	Полиция в РФ- система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав ,свободы, и собственности		

		граждан от противоправных посягательств.		
	15.	Правовые основы организации защиты населения РФ от ЧС		
	16.	Служба скорой медицинской помощи.		
		Контрольная работа № 3 Контрольная работа № 2		
	В том числе практические занятия		5	
	1.	Практическое занятие № 2 «Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии»;	1	
	2.	Практическая занятие № 3 Отработка моделей поведения в ЧС. На транспорте.	1	
	3.	Практическое занятие № 4 «Изучение первичных средств пожаротушения»	1	
	4.	Практическое занятие № 5 «Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени	1	
	5.	Практическое занятие № 6 «Первичные средства пожаротушения»	1	
		Контрольная работа № 3 Контрольная работа № 2		
	Самостоятельная работа обучающихся. Стихийные бедствия. Примеры применения оружия массового поражения. Правила безопасности поведения при поражении. Правила безопасности поведения при состоянии угрозе терроризма.		12	
Глава 4. Основы обороны государства и воинская обязанность.	Содержание учебного материала		19	ОК 1, ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5, ОК 6, ОК 7, ЛР 5, ЛР 7, ЛР 9, ЛР 10
	1.	История создания Вооруженных Сил России.	17	
	2.	Военные реформы в России во второй половине 19 века, массовой армии.		
	3.	Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.		
	4.	Вооруженные Силы РФ, основные предпосылки проведения военной реформы.		
	5.	Организационная структура Вооруженных Сил.		
	6.	Виды ВС РФ, рода ВС РФ, рода войск.		
	7.	Другие войска РФ. Их состав и предназначение.		
	8.	Функции и основные задачи современных ВС РФ, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформа ВС.		
	9.	Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет.		



	10.	Основное содержание обязательной подготовки граждан к военной службе Обязательная подготовка граждан к военной службе.		
	11.	Добровольная подготовка граждан к военной службе		
	12.	Призыв на военную службу		
	13.	Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.		
	14.	Общие права и обязанности военнослужащих. Виды ответственности установленной для военнослужащих(дисциплинарная, административная, материальная, уголовная)		
	15.	Как стать офицером Российской армии. Боевые традиции ВС РФ.		
		Контрольная работа № 4		
	<b>В том числе практические занятия</b>		1	
	1.	<b>Практическое занятие № 7</b> «Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции»;	1	
	2.	<b>Практическое занятие № 8</b> «Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки»	1	
	Самостоятельная работа обучающихся «Виды ВС РФ». «Моё отношение к воинской обязанности		9	
	<b>Содержание учебного материала</b>		15	
<b>Глава4.Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>	1.	Общие правила оказания первой медицинской помощи.	13	ОК 1, ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 5, ОК 6, ОК 7, ЛР 5, ЛР 7, ЛР 9, ЛР10
	2.	Понятие и виды травм. 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.		
	3.	Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении электрическим током.		
	4.	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из дыхательных путей.		
	5.	Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.		

	6.	Первая помощь при наружных кровотечениях. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки		
	7.	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.		
	8.	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		
	9.	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.		
	10.	Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка..		
	11.	Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенность питания и образа жизни беременной женщины		
	12.	Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи		
		Дифференцированный зачет		
	<b>В том числе практические занятия</b>		2	
	1.	<b>Практическое занятие № 9</b> «Изучение и освоение основных приемов оказания ПМП при кровотечениях»	1	

	2.	<b>Практическое занятие № 10</b> «Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания».	1	
		Самостоятельная работа обучающихся Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Здоровье родителей и будущего ребёнка.	8	
<b>Всего</b>			70	

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

**3.1. Для реализации программы учебной дисциплины** кабинет №25 «Кабинет безопасности жизнедеятельности и охраны труда, управления транспортными средствами безопасности движения» оснащен следующим оборудованием: столы, стулья, доска, методические пособия, наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, плакаты);

**а также техническими средствами обучения:** компьютер, проектор, информационно-коммуникативные средства; экранно-звуковые пособия; комплект технической документации, в том числе паспорта на средства обучения, инструкции по их использованию и технике безопасности.

#### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы, рекомендованные ФУМО, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список, может быть дополнен новыми изданиями.

##### **3.2.1. Основные печатные издания**

1. Аксенова М, Кузнецов С. Евлахович и др. Огнестрельное оружие.- М.: 2018.
2. Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний-М.. 2019
3. Ким С.В., Горский В.А. ОБЖ - Просвещение: 2021
4. Косолапова Н. В., Прокопенко Н.А.«Основы безопасности жизнедеятельности» М.: 2018

##### **3.2.2.Основные электронные издания**

1. <http://anty-crim.boxmail.biz> Искусство выживания
2. <http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь
3. <http://www.meduhod.ru> Портал детской безопасности
4. <http://www.spas-extreme.ru> Россия без наркотиков 5. <http://www.obzh.info> информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).
5. Официальный сайт МЧС РФ [Электронный ресурс].—URL:<http://www.mchs.gov.ru>.
6. Энциклопедия безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс].—URL:<http://bzhde.ru>.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<p>У.1. Применять основные способы защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</p> <p>У.2Практически использовать необходимые навыки в области гражданской обороны;</p> <p>У.3Пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;</p> <p>У.4Оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;</p> <p>У.5Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни: для ведения здорового образа жизни; для развития у себя духовных и физических качеств, необходимых для военной службы; при обращении в случае необходимости в службы экстренной помощи.</p> <p>У6. Владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы; -оказывать первую доврачебную помощь</p>	<p>90-100 % правильных ответов – «5»</p> <p>70-89 % правильных ответов – «4»</p> <p>50-69 % правильных ответов – «3»</p> <p>Менее 50 % - «2»</p>	<p>✓ Оценка результатов деятельности обучающихся при выполнении и защите самостоятельных работ, выполнении домашних работ, устный опрос</p>
<p>3.1 Основные понятия и термины; традиционные и новые методы .</p>	<p>90-100 % правильных ответов – «5»</p> <p>70-89 % правильных ответов – «4»</p> <p>50-69 % правильных ответов – «3»</p> <p>Менее 50 % - «2»</p>	<p>✓ оценка результатов деятельности обучающихся при выполнении и защите самостоятельных работ, выполнении домашних работ, демонстрация умения применять логические методы</p>