

Ассоциация научно-технических организаций "Уральский профессиональный форум"
Автономная некоммерческая профессиональная образовательная организация
"Современный цифровой колледж при Западно-Уральском институте экономики и права"
(АНПОО "СЦК при ЗУИЭП")

«Утверждаю»

Директор АНПОО "СЦК при ЗУИЭП"



/И.И. Лобанова/

«20 апреля 2023 г.»
МП

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
БП.10 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Общеобразовательного цикла
по профессии
09.01.03 Оператор информационных систем и ресурсов
квалификация «Оператор информационных систем и ресурсов»

форма обучения: очная

Пермь, 2023

Рекомендовано к утверждению
на заседании Педагогического совета
АНПОО "СЦК при ЗУИЭП",
протокол № 9 от «07» апреля 2023 г.

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного Приказом Министерства и науки Российской Федерации от 17.05.2012 №413 (в действующей редакции, далее по тексту – ФГОС СОО), предъявляемым к структуре, содержанию и результатам освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» и является частью основной образовательной программы среднего профессионального образования - программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих по профессии 09.01.03 Оператор информационных систем и ресурсов, квалификация «Оператор информационных систем и ресурсов» (технологический профиль).

Разработчик программы: АНПОО "СЦК при ЗУИЭП".

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	4
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	9
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	17
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ	19
5.	ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ	20

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» является частью раздела БП Обязательные учебные предметы (базовый уровень) общеобразовательного цикла основной образовательной программы среднего профессионального образования - программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих по профессии 09.01.03 Оператор информационных систем и ресурсов, квалификация «Оператор информационных систем и ресурсов» (технологический профиль).

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины с учетом воспитательного компонента:

Цель изучения предмета: формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства.

В рамках программы учебного предмета обучающимися осваиваются:

Код ПР соответствующей предметной области	Планируемые результаты освоения дисциплины включают:	Воспитательный компонент в соответствии с календарным планом
ПР1б.	сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;	1. Классные часы «Памяти воинов-интернационалистов». Празднование Дня защитника отечества. Для всех курсов. 2. Беседа «День космонавтики». Для всех курсов.
ПР2б.	сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;	3. Создание фотоэкспозиции «Бессмертный полк». Для всех курсов. 4. День здоровья. Для 1 курса. 5. Военно-полевые сборы допризывной молодежи.
ПР3б.	сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте. Знание правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике, знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;	6. Участие в спортивном фестивале молодежи Пермского края «Здоровый край - здоровая Россия». Для всех курсов. 7. Участие в Краевом Дне призывника «Наша слава – Российская держава».
ПР4б.	знания о способах безопасного поведения в природной среде; умение применять их на практике; знать порядок действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность	8. Проведение туристского слета. Для всех курсов.

	представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;	9. Встречи с представителями военных комиссариатов г. Перми. Для всех курсов.
ПР56.	владение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знание мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера;	10. Спортивно-интеллектуальная игра «Солдатами не рождаются, солдатами становятся», посвященная Дню призывника. Для 1-х курсов
ПР66.	знание основ безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;	11. Классные часы «Защитники Отечества». Для всех курсов.
ПР76.	сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; знания о способах безопасного поведения в цифровой среде; умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;	12. Уроки Мужества. Для 1, 2 курса.
ПР86.	знание основ пожарной безопасности; умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности;	13. Классные часы «Российская армия – вчера, сегодня, завтра», встречи с ветеранами ВОВ, ВС и локальных конфликтов. Для 1-х и 2-х курсов
ПР96.	сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знать роль государства в противодействии терроризму; уметь различать приемы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знать порядок действий при объявлении разного уровня	14. Поздравление педагогов, подготовка праздничной презентации, посвященной Дню защитников Отечества. Для всех курсов.
		15. Участие в открытых соревнованиях Свердловского района г. Перми по пулевой стрельбе из винтовки. Для всех курсов.
		16. Участие в Краевой военно-спортивной игре «Честь! Слава! Победа!», посвященной Победе в Великой Отечественной войне. Для всех курсов.
		17. Проведение акции против курения. Для всех курсов.

	террористической опасности; знать порядок действий при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции;	
ПР10б.	сформированность представлений о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знание основ обороны государства и воинской службы; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны;	
ПР11б.	знание основ государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области;	
ПР12б.	знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности.	

Требования к предметным результатам освоения обучающимися с ограниченными возможностями здоровья базового курса "Основы безопасности жизнедеятельности" определяются с учетом особенностей их психофизического развития, состояния здоровья, особых образовательных потребностей.

В рамках освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» проходит также формирование *метапредметных результатов* и обеспечивающих их формирование универсальных учебных действий:

МР 1. У обучающегося будут сформированы следующие базовые логические действия как часть познавательных универсальных учебных действий:

- самостоятельно определять актуальные проблемные вопросы безопасности личности, общества и государства, обосновывать их приоритет и всесторонне анализировать, разрабатывать алгоритмы их возможного решения в различных ситуациях;
- устанавливать существенный признак или основания для обобщения, сравнения и классификации событий и явлений в области безопасности жизнедеятельности, выявлять их закономерности и противоречия;
- определять цели действий применительно к заданной (смоделированной) ситуации, выбирать способы их достижения с учётом самостоятельно выделенных критериев в парадигме безопасной жизнедеятельности, оценивать риски возможных последствий для реализации риск-ориентированного поведения;

- моделировать объекты (события, явления) в области безопасности личности, общества и государства, анализировать их различные состояния для решения познавательных задач, переносить приобретённые знания в повседневную жизнь;
- планировать и осуществлять учебные действия в условиях дефицита информации, необходимой для решения стоящей задачи;
- развивать творческое мышление при решении ситуационных задач.

MP 2. У обучающегося будут сформированы следующие базовые исследовательские действия как часть познавательных универсальных учебных действий:

- владеть научной терминологией, ключевыми понятиями и методами в области безопасности жизнедеятельности;
- владеть видами деятельности по приобретению нового знания, его преобразованию и применению для решения различных учебных задач, в том числе при разработке и защите проектных работ;
- анализировать содержание учебных вопросов и заданий и выдвигать новые идеи, самостоятельно выбирать оптимальный способ решения задач с учётом установленных (обоснованных) критериев;
- раскрывать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между реальным (заданным) и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) в повседневной жизни;
- критически оценивать полученные в ходе решения учебных задач результаты, обосновывать предложения по их корректировке в новых условиях;
- характеризовать приобретённые знания и навыки, оценивать возможность их реализации в реальных ситуациях;
- использовать знания других предметных областей для решения учебных задач в области безопасности жизнедеятельности; переносить приобретённые знания и навыки в повседневную жизнь.

MP 3. У обучающегося будут сформированы следующие умения работать с информацией как часть познавательных универсальных учебных действий:

- владеть навыками самостоятельного поиска, сбора, обобщения и анализа различных видов информации из источников разных типов при обеспечении условий информационной безопасности личности;
- создавать информационные блоки в различных форматах с учётом характера решаемой учебной задачи; самостоятельно выбирать оптимальную форму их представления;
- оценивать достоверность, легитимность информации, её соответствие правовым и морально-этическим нормам;
- владеть навыками по предотвращению рисков, профилактике угроз и защите от опасностей цифровой среды;
- использовать средства информационных и коммуникационных технологий в учебном процессе с соблюдением требований эргономики, техники безопасности и гигиены.

MP 4. У обучающегося будут сформированы следующие умения общения как часть коммуникативных универсальных учебных действий:

- осуществлять в ходе образовательной деятельности безопасную коммуникацию, переносить принципы её организации в повседневную жизнь;
- распознавать вербальные и невербальные средства общения; понимать значение социальных знаков; определять признаки деструктивного общения;
- владеть приёмами безопасного межличностного и группового общения; безопасно действовать по избеганию конфликтных ситуаций;

- аргументированно, логично и ясно излагать свою точку зрения с использованием языковых средств.

МР 5. У обучающегося будут сформированы следующие умения самоорганизации как части регулятивных универсальных учебных действий:

- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- самостоятельно выявлять проблемные вопросы, выбирать оптимальный способ и составлять план их решения в конкретных условиях;
- делать осознанный выбор в новой ситуации, аргументировать его; брать ответственность за своё решение;
- оценивать приобретённый опыт;
- расширять познания в области безопасности жизнедеятельности на основе личных предпочтений и за счёт привлечения научно-практических знаний других предметных областей; повышать образовательный и культурный уровень.

МР 6. У обучающегося будут сформированы следующие умения самоконтроля, принятия себя и других как части регулятивных универсальных учебных действий:

- оценивать образовательные ситуации; предвидеть трудности, которые могут возникнуть при их разрешении; вносить коррективы в свою деятельность; контролировать соответствие результатов целям;
- использовать приёмы рефлексии для анализа и оценки образовательной ситуации, выбора оптимального решения;
- принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства, невозможности контроля всего вокруг;
- принимать мотивы и аргументы других при анализе и оценке образовательной ситуации; признавать право на ошибку свою и чужую.

МР 7. У обучающегося будут сформированы следующие умения совместной деятельности:

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы в конкретной учебной ситуации;
- ставить цели и организовывать совместную деятельность с учётом общих интересов, мнений и возможностей каждого участника команды (составлять план, распределять роли, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, договариваться о результатах);
- оценивать свой вклад и вклад каждого участника команды в общий результат по совместно разработанным критериям;
- осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях; предлагать новые идеи, оценивать их с позиции новизны и практической значимости; проявлять творчество и разумную инициативу.

и **личностных результатов** в соответствии с «Рабочей программой воспитания (приложение к основной образовательной программе по профессии 09.01.03 Оператор информационных систем и ресурсов, (квалификация «Оператор информационных систем и ресурсов»))»:

в части трудового воспитания:

ЛР 16. готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие;

ЛР 17. готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;

ЛР 18. интерес к различным сферам профессиональной деятельности, умение совершать осознанный выбор будущей профессии и реализовывать собственные жизненные планы;

ЛР 19. готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни;

экологического воспитания:

ЛР 20. сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознание глобального характера экологических проблем;

ЛР 21. планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества;

ЛР 22. активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;

ЛР 23. умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их;

ЛР 24. расширение опыта деятельности экологической направленности;

Особое значение предмет имеет при подготовке к формированию **общих компетенций:**

ОК 1. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам.

ОК 4. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде

ОК 7. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебного предмета	72
теоретическое обучение	40
Практическая подготовка (практические занятия)	28
Самостоятельная работа	2
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачёт)	2

2.2. Тематический план и содержание учебного предмета

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. часах	Коды ЛР и ОК, формированию которых способствует элемент программы
Раздел 1	Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья		
Тема 1.2 Психологическое здоровье	Угроза снижения психологического здоровья населения, роста психических расстройств и заболеваний. Рост преступлений на основе психических отклонений, в том числе в молодежной среде. Инфантилизм молодого поколения. Требования к психическим и морально-этическим качествам человека. Основные понятия о психологической совместимости членов группы, бригады, коллектива. Диагностика и доврачебная помощь при истерии, шоке, панической атаке. Влияние психоактивных веществ на здоровье человека. Профилактика употребления психоактивных веществ. Влияние двигательной активности на эмоциональное состояние человека. Личная гигиена и ее значение для психологического здоровья человека. Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Тема 1.3 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов	Окружающая среда: природная, техногенная, социальная, производственная. Виды негативных факторов по происхождению: природные, биологические, экологические, техногенные, социальные и антропогенные. Воздействие негативных факторов на человека и среду обитания. Глобальное и региональное загрязнение среды (водной, воздушной, почв) объектами экономики (энергетики, промышленности, транспорта, сельского хозяйства). Биологические опасности. Техногенные аварии. Социальные и антропогенные факторы техногенных аварий. Глобальная инфантилизация, низкий профессионализм персонала как фактор ЧС разного происхождения	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Тема 1.4 Правила и безопасность дорожного движения. Безопасное пользование всеми средствами передвижения	Правила содержания и эксплуатации техники. Техника безопасности. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешехода, велосипедиста, пассажира и водителя транспортного средства при организации дорожного движения. Отработка моделей поведения при ЧС на транспорте, на производстве, в цеху, при транспортировке и настройке инфокоммуникационных сетей. Средства и методы самообороны. Отработка навыков самообороны при нападении в подъезде, в лифте, в замкнутом пространстве, на улице.	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. часах	Коды ЛР и ОК, формированию которых способствует элемент программы
	<p><i>Практическое занятие № 1.</i> Отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.</p> <p><i>Практическое занятие № 2.</i> Отработка навыков самообороны при нападении в подъезде, в лифте, в замкнутом пространстве, на улице</p>	4	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Раздел 2.	Государственная система обеспечения безопасности населения		
Тема 2.1 Изучение и отработка моделей поведения при ЧС	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайной ситуации. Отработка поведения при ЧС. Умение организовать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии: ЧС или катастрофа. Вынос пострадавшего из задымленного помещения	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Тема 2.2 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	История создания единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС: ее предназначение, структура, задачи. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Структура и органы управления гражданской обороны. Изучение первичных средств пожаротушения. Отработка навыков оказания помощи пострадавшим при асфиксии, ожогах. Отработка порядка и правил действий при пожаре с использованием первичных средств пожаротушения	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Тема 2.3 Современные средства поражения и их поражающие факторы	Классификация средств поражения. Химическое, ядерное, бактериологическое оружие. Средства коллективной и индивидуальной защиты: порядок и правила их использования. Виды защитных сооружений. Эвакуация населения. Умение определять количество необходимого оборудования для защиты коллектива от поражающих факторов. Отработка навыков пользования СИЗ. Сдача нормативов по надеванию противогаза, общевойскового защитного костюма, средств индивидуальной защиты	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
	<i>Практическое занятие № 3.</i> Отработка навыков пользования СИЗ: противогаз (ватно-марлевая повязка, респиратор). Сдача нормативов по надеванию противогаза, общего защитного костюма, средств индивидуальной защиты при работе с животными	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. часах	Коды ЛР и ОК, формированию которых способствует элемент программы
Тема 2.4 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта	Понятие о терроре, террористическом акте. Опасности террористического акта. Психология террористов. Модели поведения при стрельбе, при захвате в качестве заложника.	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
	<i>Практическое занятие № 4.</i> Отработка навыков поведения при стрельбе, при захвате в качестве заложника	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Тема 2.5 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Структура и порядок работы МЧС, МВД, Росгвардии, службы скорой медицинской помощи, службы медицины катастроф. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор). Правовые основы взаимодействия граждан с органами защиты населения	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Раздел 3	Основы обороны государства и воинская обязанность		
Тема 3.1 История создания Вооруженных Сил России	Организация вооруженных сил Московского государства. Военные реформы: Ивана Грозного; Петра I; Реформа 19 века. Советские вооруженные силы их структура и предназначение. Современная военная реформа. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации: виды ВС РФ (сухопутные войска, воздушно-космические силы, военно-морской флот); рода войск (ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска). Их предназначение. Воинские звания. Знаки отличия	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Тема 3.2 Воинская обязанность и воинский учет	Основные понятия воинской обязанности и воинского учета. Постановка граждан на воинский учет. Категории годности. Медицинское освидетельствование граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Альтернативная гражданская служба. Служба по контракту	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Раздел 4.	Основы медицинских знаний		
Тема 4.1 Понятие первой помощи	Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации»	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Тема 4.2 Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственная вентиляция легких	Порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим. Алгоритм оказания первой помощи при остановке сердца и асфиксии	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
	<i>Практическое занятие № 5.</i> Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственной вентиляции легких	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Тема 4.3 Понятие травм и их виды	Отработка навыков наложения повязок. Оказание помощи при ранениях. Работа в группах. Наложение шин. Первая помощь при проникающих ранениях грудной	1	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. часах	Коды ЛР и ОК, формированию которых способствует элемент программы
	клетки, брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах, травматизме на производстве. Помощь при электротравмах и ударах молнией.		
Тема 4.4 Понятие и виды кровотечений	Отработка навыков оказания первой помощи при кровотечении. Наложение повязок, жгута, закрутки. Правила оказания помощи при кровотечениях. Личная безопасность при оказании помощи. Оказание помощи при венозном, капиллярном, артериальном, смешанном и внутреннем кровотечении.	1	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Тема 4.5 Первая помощь при ожогах, при воздействии низких температур	Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах, при химических ожогах. Основные признаки теплового удара. Основные степени отморожений. Порядок оказания помощи	1	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Тема 4.6 Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути	Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Отработка навыков выполнения приема Геймлиха. Оказание помощи при удушье детей. Отработка мероприятий по оказанию помощи при отравлении. Острое и хроническое отравление	1	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
	<i>Практическое занятие № 6.</i> Отработка основных приемов удаления инородных тел из верхних дыхательных путей	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Тема 4.7 Первая помощь при инсульте, инфаркте, эпилепсии	Первая помощь при отсутствии сознания. Алгоритм оказания помощи при инсульте. Диагностика инсульта. Виды инсультов. Помощь при предынфарктном состоянии, алгоритм помощи пострадавшему. Виды эпилепсии, оказание помощи при эпилептическом припадке	1	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Тема 4.8 Первая помощь на воде. Помощь при утоплении	Помощь пострадавшему на воде, правила транспортировки пострадавшего. Оказание помощи при утоплении	1	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Профессионально - ориентированное содержание			
Раздел №1	Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья		
Тема 1.1 Здоровье и здоровый образ жизни	Продолжение жизни как закон и смысл человека и общества (<i>бинарное теоретическое занятие</i>). Смысл Живого мира – не прекращение процесса Жизни. Прогресс и регресс: условия и признаки процессов. Смысл жизни Человека как части Живого мира. Определение смысла жизни в мировых религиях. Понимание смысла жизни человека в философии и психологии. Понятия о реализации и самореализации Человека (А. Маслоу, пирамида Дилтса и др.) Важнейшие аспекты самореализации: жизненные Цели, Мечта. Творчество, раскрытие способностей. Любовь к Делу. Профессиональная самореализация.	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. часах	Коды ЛР и ОК, формированию которых способствует элемент программы
	<p>Примеры из жизни известных людей, преодолевших массу преград на пути к Мечте и самореализации в своем Деле.</p> <p>Смысл и реальность ограничивающих факторов в самореализации: Время и жизненная энергия. Понятие «Тайминга» - все вовремя. Понятие жизненного норматива как сбережения ресурса времени.</p> <p>Характеристики и отличие Взрослого человека и Ребенка. Характеристики подросткового и периода. Нарушения и сбои в развитии.</p> <p>Глубокое планирование собственной жизни как признак взрослого человека.</p> <p>Разветвленное, комбинированное планирование, допуск худших сценариев и понимание подготовки к ним</p>		
	<p>Общие понятия о здоровье. Значение здоровья при допуске к профессиональным работам. Медицинский осмотр. Особенности и профилактика профессиональных заболеваний. Риск профессиональных заболеваний и способы их профилактики.</p> <p>Рациональное питание и его значение для здоровья. Забота о жизни и здоровье специалистов при проведении работ на производственных участках. Региональные условия для занятия спортом и оздоровления граждан. Влияние вредных привычек на профессиональное долголетие</p>	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
	<p><i>Практическое занятие № 7.</i> Планирование действий на ближайшие 5-10 лет</p> <p><i>Практическое занятие № 8.</i> Составление научно обоснованного пищевого рациона для работника по специальности/профессии</p>	4	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Тема 1.3 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов	<p><i>Практическое занятие № 9.</i> Изучение комплекса опасностей на рабочем месте специалиста (мастерской, учебном полигоне, производстве)</p>	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Раздел 2	Государственная система обеспечения безопасности населения		
Тема 2.1 Изучение и отработка моделей поведения при ЧС	<p><i>Практическое занятие № 10.</i> Изучение и отработка моделей поведения при ЧС на учебном полигоне, производственном участке проведения профессиональных работ</p>	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. часах	Коды ЛР и ОК, формированию которых способствует элемент программы
Тема 2.2 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	Порядок и правила действий при пожаре с использованием первичных средств пожаротушения в условиях профессиональной деятельности специалиста <i>Практическое занятие № 11. Решение ситуационных задач</i>	6	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7 ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Тема 2.5 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Ознакомление с работой службы по охране здоровья и безопасности граждан в регионе (<i>по выбору педагога с учетом получаемой специальности/профессии</i>).	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Раздел 4	Основы медицинских знаний		
Тема 4.3 Понятие травм и их виды	Оказание первой помощи при электротравмах в работе специалиста	2	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
Тема 4.4 Понятие и виды кровотечений	<i>Практическое занятие № 12. Решение ситуационных задач</i>	4	ЛР 16 – ЛР 24 ОК1, ОК 4, ОК 7
	Самостоятельная работа	2	
	Промежуточная аттестация (дифференцированный зачёт)	2	
	Всего по предмету	72 часа	

2.3. Темы индивидуальных проектов:

1. Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности.
2. Правила поведения и действия населения ЧС с выходом из строя систем коммунального хозяйства.
3. Книга памяти «Бессмертный полк». Как воевали деды и прадеды моих друзей.
4. Влияние стресса на здоровье человека. Организация режима дня для студента.
5. Новые вакцины - надежды человечества.
6. Снеки в питании современных подростков.
7. Изображение стихийных бедствий в живописи великих художников.
8. Ордена и медали ВОВ
9. Ордена и медали России.
10. Влияние соли на жизнедеятельность человека.
11. Индивидуальный план подготовки к военной службе.
12. Этапы развития вооруженных сил России.
13. Роль физической культуры в сохранении здоровья
14. Алгоритмы оказания первой помощи при бытовых травмах.
15. Города-герои Российской Федерации.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

3.1. Программа реализуется исключительно с применением дистанционных образовательных технологий.

Реализация программы осуществляется с применением исключительно дистанционных образовательных технологий с учетом требований федерального законодательства.

В колледже создана единая электронная информационно-образовательная среда (ЭИОС), представляющая собой совокупность электронных информационных и образовательных ресурсов, информационных и телекоммуникационных технологий, соответствующих технических и технологических средств, обеспечивающая освоение обучающимися образовательных программ или их частей, а также взаимодействие всех субъектов образовательного процесса. Самый большой элемент в этой системе – система управления обучением (LMS) «MOODLE», в котором внедрены личный кабинет студента и личный кабинет преподавателя.

При обучении инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья дистанционные образовательные технологии предусматривают возможность приема-передачи информации в доступных для них формах. Образовательная платформа Moodle поддерживает функцию голосового чтения с экрана, экранную лупу и клавиатуру.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Основные источники:

1. Вайнер, Э. Н., Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник / Э. Н. Вайнер. — Москва : КноРус, 2024. — 307 с. — ISBN 978-5-406-11587-9. — URL: <https://book.ru/book/950418>. — Текст : электронный.
2. Микрюков, В. Ю., Основы безопасности жизнедеятельности + eПриложение : учебник / В. Ю. Микрюков. — Москва : КноРус, 2023. — 290 с. — ISBN 978-5-406-11971-6. — URL: <https://book.ru/book/950156>. — Текст : электронный.
3. Микрюков, В. Ю., Основы военной службы : учебник / В. Ю. Микрюков, В. Г. Шамаев. — Москва : КноРус, 2023. — 505 с. — ISBN 978-5-406-11238-0. — URL: <https://book.ru/book/948607>. — Текст : электронный.

Дополнительные источники:

1. Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. — М., 2013.
2. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. — М., 2012.
3. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2013.
4. Назарова Е.Н., Жилов Ю.Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.
5. Общевоинские уставы Вооруженных сил Российской Федерации, 2023. — Москва : Эксмо, 2023. — 704 с. — (Актуальное законодательство).
6. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. ЭФУ : Учебник / Б.О. Хренников, Н.В. Гололобов, Л.И. Льянная, М.В. Маслов; под. ред. С.Н. Егоров — Москва : Просвещение, 2023. — 10 с. — ISBN 978-5-09-103468-4. — URL: <https://book.ru/book/950725>. — Текст : электронный.

Нормативно - правовые акты:

1. Конституция Российской Федерации.
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе».
4. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
5. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов».
6. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе».
7. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне».
8. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды».
9. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
10. "Военная доктрина Российской Федерации" (утв. Президентом РФ 25.12.2014 N Пр-2976).
11. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций».
12. Приказ Министра обороны РФ от 09.10.2020 N 525 "Об утверждении Правил ношения военной формы одежды, знаков различия военнослужащих, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков в Вооруженных Силах Российской Федерации и Порядка смешения предметов существующей и новой военной формы одежды в Вооруженных Силах Российской Федерации".
13. 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».

Интернет-ресурсы

1. <http://www.hsea.ru> - первая медицинская помощь.
2. <http://www.meduhod.ru> - портал детской безопасности.
3. <http://www.spas-extreme.ru> - Россия без наркотиков.
4. <http://www.obzh.info> - информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).
5. <http://www.school-obz.org/> - информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований (при наличии).

Результаты обучения <i>(кодирование - в соответствии с образовательной программой среднего общего образования в рамках освоения образовательной программы среднего профессионального образования и настоящей рабочей программой)</i>			Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Формируемые результаты			
Предметные	Личностные	Метапредметные (на уровне УУД)	
<i>ПР 16 - ПР 126</i>	<i>ЛР 16 – ЛР24</i>	<i>МР 1- МР 7</i>	<ul style="list-style-type: none"> – <i>Тестирование</i> – <i>Опросы (индивидуальный; письменный)</i> – <i>Оценка выполнения индивидуальных заданий в ходе тематических контрольных работ</i> – <i>Интерпретация результатов экспертного наблюдения за процессом освоения личностных и метапредметных результатов (с фиксацией в «Портфолио студента»)</i> – <i>Защита индивидуального проекта (при наличии)</i>

Примечание: в качестве оценочных средств промежуточной аттестации в форме дифференцированного зачета происходит оценивание достижения обучающимися предметных результатов, формирование личностных и метапредметных результатов не оценивается, но фиксируется в «Портфолио студента».

5. ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

Содержание изменения:

Изменена структура и содержание, техническая ошибка, актуализирован список литературы в части указания основных, дополнительных источников (ненужное зачеркнуть) рабочей программы учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в части

Основание: _____

Например: Приказ от 31.12.2015 № 751-О «О введении СТО 7.3-3»

Утверждено и введено в действие протоколом заседания ЦМК
« _____ » № __ от __. __.20__ г.

Дата введения изменения в действие __. __.20__ г.