

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Абазян Артак Горикович

Должность: Заведующий кафедрой туризма и физической культуры

Дата подписания: 25.06.2019 г. 10:10

Уникальный программный ключ:

7fbf4a479f8599c708daba086bb08864e712b2a7

Министерство культуры Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«КРАСНОДАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ
КУЛЬТУРЫ»**

Факультет социально- культурной деятельности и туризма
Кафедра туризма и физической культуры

УТВЕРЖДАЮ

Зав. кафедрой туризма ФК

И. К. Спирина

«26» августа 2019 г. Пр №1

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОД.01.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Специальность

53.02.05 Сольное и хоровое народное пение

Вид – сольное народное пение, хоровое народное пение

Квалификации выпускника: артист-вокалист, преподаватель,
руководитель народного коллектива

Профиль подготовки – гуманитарный

Форма обучения – очная

Краснодар, 2019

Рабочая программа предназначена для преподавания дисциплины ОД.01.07. Основы безопасности жизнедеятельности части общеобразовательного учебного цикла обучающимся очной формы обучения по направлению специальности 53.02.05 Сольное и хоровое народное пение в 1 и 2 семестрах.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности 53.02.05 Сольное и хоровое народное пение, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 октября 2014 г. № 1388, зарегистрировано в Минюсте России от 24 ноября 2014 г. N 34959, укрупнённая группа 53.00.00 Музыкальное искусство.

Рецензенты:

зав. кафедрой туризма и физической культуры ФГБОУ ВО «Краснодарский государственный институт культуры»
(уч. степень, уч. звание, должность, место работы)

И.К. Спирина

(Ф.И.О. рецензента)

д.п.н., профессор, профессор кафедры физического воспитания Кубанского государственного университета

Н.А. Рыбачук

(уч. степень, уч. звание, должность, место работы)

(Ф.И.О. рецензента)

Разработчик: Преподаватель отделения СПО С.Н. Криворотенко.

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена и утверждена на заседании кафедры туризма и физической культуры «28» августа 2019 г., протокол №1.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
1.1. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.....	4
1.2. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины.....	4
1.3. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины.....	5
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.....	5
2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины.....	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15
3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.....	15
3.2. Информационное обеспечение обучения.....	16
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОД.01.07 Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

учебная дисциплина ОД.01.07 Основы безопасности жизнедеятельности является учебной дисциплиной общеобразовательного учебного цикла.

1.2. Цели и задачи курса – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

Цель дисциплины:

Изучением дисциплины достигается формирование у специалистов представления о неразрывном единстве эффективной профессиональной деятельности с требованиями к безопасности и защищенности человека. Реализация этих требований гарантирует сохранение работоспособности и здоровья человека, готовит его к действиям в экстремальных условиях.

Задачи:

Задача дисциплины – дать обучающемуся следующие знания:

- теоретические основы безопасности жизнедеятельности в системе «человек – среда обитания»;
- правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности; основы физиологии;
- анатомио-физиологические последствия воздействия на человека травмируемых, вредных и поражающих факторов;
- средства и методы повышения безопасности; методы прогнозирования чрезвычайных ситуаций.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС СПО по направлениям подготовки:

а) общих компетенций (ОК) :

ОК 10. Использовать умения и знания учебных дисциплин федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности.

Знать:

- о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- предназначение, структуру, задачи гражданской обороны.

Уметь:

- оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- действовать в чрезвычайных ситуациях;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;
- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

1.3. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:

Общая трудоемкость дисциплины составляет 117 часов, в том числе обязательной учебной нагрузки – 78 час., самостоятельной работы – 39 час.

Дисциплина реализуется в 1 и 2 семестрах. Форма промежуточной аттестации - дифференцированный зачет во 2 семестре.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
--------------------	------------------

Максимальная учебная нагрузка (всего)	117
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	78
В том числе:	
Лекции	35
Практические занятия	39
Контрольная работа	4
Самостоятельная работа обучающегося (всего), в т.ч. написание рефератов, подготовка докладов и презентаций	39
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета – 2 семестр	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОД.01.07 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень усвоения
Раздел1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья			
Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни	Содержание учебного материала	6	1
	Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. Здоровый образ жизни как средство сохранения и укрепления здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Рациональное питание и его значение для здоровья и работоспособности человека. Гигиена питания. Нравственность и здоровье. Репродуктивное здоровье		
	Практические занятия	6	2
	1. Выявление факторов, разрушающих здоровье. Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	2	
	2. Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья. Планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания.	2	
	3. Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания и их влияния на здоровье человека. 4. Семья в современном обществе. Семейное законодательство Российской Федерации.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	5	3
	Подготовка доклада на тему: «Занятия физической культурой. Двигательная активность и закаливание»	2	

	организма».		
	2.Режим труда и отдыха. Биологические ритмы и трудоспособность человека.	1	
	3.Семья в современном обществе. Семейное законодательство Российской Федерации.	2	
Тема 2.2. Вредные привычки и их профилактика	Содержание учебного материала	2	1
	Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения.		
	Практические занятия	2	2
	1.Социальные последствия употребления алкоголя и снижение умственной и физической работоспособности.	2	
	2. Социальные последствия пристрастия к наркотикам.		
	Самостоятельная работа обучающихся	4	3
	Подготовка презентации на тему: «Профилактика вредных привычек».	4	
Раздел 2. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях			
Тема 2. Государственная система защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала	2	1
	Основные понятия, принципы, задачи безопасности жизнедеятельности. Проблемы оптимального управления безопасностью системы «человек – окружающая среда». Основы законодательства Российской Федерации по организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Права, обязанности и ответственность гражданина в области организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Составляющие государственной системы по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государства по защите населения от опасных и		

	чрезвычайных ситуаций. Потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, характерные для региона проживания, и опасности и чрезвычайные ситуации, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий. Терроризм как основная социальная опасность современности.		
	Практические занятия	4	2
	1. 1. Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций. Классификация ЧС мирного и военного времени.	2	
	2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях).	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	4	3
	Подготовка доклада по теме: «Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, личного и общественного имущества при ЧС».	4	
Тема 2.1. Сущность и значение безопасного поведения человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера	Содержание учебного материала	2	2
	Правила и рекомендации безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера и в условиях опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, для обеспечения личной безопасности.		
	Практические занятия	2	2
	1. Прогнозирование развития событий и оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья, а также действий в чрезвычайных ситуациях. Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах..	1	
	2. Правила и рекомендации безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся	4	3
	Написание реферата на тему: «Опасности» поражающих факторов техногенной катастрофы».	2	

	2. Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах.	2	
Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала	4	1
	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, структура, силы и средства, предназначение, решаемые задачи по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.		
	Практические занятия	4	2
	Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения.	4	2
	Самостоятельная работа обучающихся	4	3
	Реферат на тему :« Права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций».	4	
Тема 2.3. Предназначение, структура, задачи гражданской обороны	Содержание учебного материала	9	
	Гражданская оборона (ГО) – составная часть обороноспособности страны. Гражданская оборона, история её создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация и структура управления ГО. Современные средства поражения и их поражающие фактор: ядерное, химическое, бактериологическое оружие; современные средства поражения. Проводимые мероприятия по защите населения от современных средств поражения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях. Средства индивидуальной защиты населения. Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Эвакуация населения.		

	Организация и проведение эвакуации. Назначение и работа эвакуационных комиссий. Обязанности и правила поведения населения при эвакуации. Организация гражданской обороны в образовательных учреждениях, её предназначение. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий		
	Практические занятия	9	2
	1. Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	3	
	2. Способы защиты и оповещения населения в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Единая система доведения предупредительного сигнала «Внимание, Всем!». Передача речевой информации о чрезвычайных ситуациях, примерное её содержание. Действия населения и персонала объектов по сигналам оповещения.	3	
	3. Использование средств индивидуальной и коллективной защиты. Отработка правил поведения в защитных сооружениях.	3	
	Контрольные работы	4	
	Самостоятельная работа обучающихся	6	
	Подготовка реферата на тему: 1. Индивидуальные средства защиты органов дыхания и кожи (противогаз ГП-5 (7), общевойсковой защитный костюм)).	2	
	2. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения.	4	
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность			
Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России. Организация Вооруженных сил	Содержание учебного материала	2	1
	История создания Вооруженных Сил России. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации		

	Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.		
	Практические занятия	2	2
	1. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	4	3
	Подготовка реферата на тему: 1. Боевые традиции Вооруженных Сил России.	4	
Тема 3.2. Воинская обязанность и призыв на военную службу	Содержание учебного материала	2	1
	Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.		
	Практические занятия	2	2
	1. Воинская дисциплина и ответственность.	1	
	2. Призыв на военную службу. Обязанности военнослужащих. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся	4	3
	Подготовка презентации на тему: «Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации».	4	
Раздел 4. Основы медицинских знаний			
Тема 4.1. Первая помощь при ранениях, травмах и несчастных случаях	Содержание учебного материала	6	1
	Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации». Понятие о травмах и их виды.		
	Практические занятия	6	2
	Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь. Моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при ранениях,	2	

	травмах и несчастных случаях .Характеристика основных признаков жизни. Алгоритм оказания первой помощи.		
	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Правила первой помощи при ранениях. Первая помощь при переломах. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки.	1	
	Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения. Первая помощь при ожогах.	1	
	Первая помощь при воздействии низких температур. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при отсутствии сознания.	1	
	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.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся	4	3
	Подготовка презентации на тему: «Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика».	4	
	Зачет	2	
	ИТОГО:	117	

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)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» требует наличия учебного кабинета безопасности жизнедеятельности.

Оборудование учебного кабинета:

- типовое оборудование (столы, стулья, шкафы);
- аудиторная доска;
- видеотека мультимедийных учебных программ (мультимедийные обучающие программы и электронные учебники по основным разделам ОБЖ, видеofilмы по разделам курса ОБЖ, презентации по темам безопасности жизнедеятельности);
- нормативно-правовые документы;
- учебная литература;
- раздаточный материал;
- различные приборы (войсковой прибор химической разведки (ВПХР), дозиметры);
- индивидуальные средства защиты (респираторы, противогазы, ватно-марлевые повязки);
- общевойсковой защитный комплект;
- противохимический пакет;
- сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой медицинской, доврачебной помощи (сумка СМС);
- перевязочные средства (бинты, лейкопластыри, вата медицинская компрессная, косынка медицинская (перевязочная), повязка медицинская большая стерильная, повязка медицинская малая стерильная);
- медицинские предметы расходные (булавка безопасная, шина проволочная, шина фанерная);
- грелка;
- жгут кровоостанавливающий;
- индивидуальный перевязочный пакет;
- шприц-тюбик одноразового пользования;
- носилки санитарные;
- макет простейшего укрытия в разрезе;
- макет убежища в разрезе;
- тренажер для оказания первой помощи;
- учебно-наглядные пособия по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»;
- набор плакатов или электронные издания;
- массогабаритный макет автомата Калашникова.

Технические средства обучения:

- компьютер;
- мультимедийное оборудование;

Спортивный комплекс:

- спортивный зал,
- открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий;
- стрелковый тир (в любой модификации, включая электронный) или место для стрельбы.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений сред.проф. образования . – М: Академия, 2017. – 368 с..
2. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник – М.; ФОРУМ, 2013.
3. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 класс: учебник для общеобразовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2012.
4. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 класс: учебник для общеобразовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2012.

Дополнительные источники:

1. Наставление по стрелковому делу. М.: Воениздат, 1987.
2. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации . – Ростов-на-Дону .: Эксмо, 2013;
3. Общие вопросы безопасности жизнедеятельности
http://umka.nrp8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk ;
4. Методические пособия, статьи для обучения в сферах безопасности, здоровья, педагогики, методики преподавания для (программы, учебники)
http://www.edu-all.ru/pages/links/all_links.asp?page=1&razdel=9;
5. Министерство обороны <http://www.mil.ru>;
6. Министерство чрезвычайных ситуаций www.mchs.gov.ru;
7. Юридическая Россия
<http://www.law.edu.ru/book/book.asp?bookID=1212788>
8. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы военной службы: учебное пособие для студентов учреждений сред.проф. образования. М.: Изд. центр «Академия», 2011.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля

<p>знать:</p> <p>о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;</p> <p>о здоровье и здоровом образе жизни;</p> <p>о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;</p> <p>предназначение, структуру, задачи гражданской обороны.</p>	<p>Тестирование</p> <p>Контрольная работа</p> <p>Устный опрос</p> <p>Рефераты</p> <p>Дифференцированный зачет</p>
<p>уметь:</p> <p>оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья;</p> <p>действовать в чрезвычайных ситуациях;</p> <p>использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;</p> <p>оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;</p> <p>владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</p>	<p>Практическое занятие</p> <p>Умения и навыки демонстрируются при выполнении практических работ, при использовании СИЗ (респиратор, противогаз), при обращении с первичными средствами пожаротушения (огнетушитель, пожарный гидрант), при отработке приемов сердечно-легочной реанимации, наложении бинтовых повязок, наложении шин.</p> <p>Практическое выполнение строевых приемов.</p> <p>Дифференцированный зачет</p>

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
5. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
1.4. Область применения программы.....	4
1.5. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.....	4
1.6. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины.....	5
1.7. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины.....	
6. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.....	5
2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины.....	7
7. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15
3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.....	15
3.2. Информационное обеспечение обучения.....	16
8. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОД.01.07 Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью общеобразовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 53.02.05 Сольное и хоровое народное пение, вид – сольное народное пение, укрупненная группа специальностей 53.00.00 Музыкальное искусство.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Дисциплина ОД.01.07 Основы безопасности жизнедеятельности является учебной дисциплиной общеобразовательного учебного цикла.

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

Цель дисциплины:

Изучением дисциплины достигается формирование у специалистов представления о неразрывном единстве эффективной профессиональной деятельности с требованиями к безопасности и защищенности человека. Реализация этих требований гарантирует сохранение работоспособности и здоровья человека, готовит его к действиям в экстремальных условиях.

Задачи:

Задача дисциплины – дать обучающемуся следующие знания:

- теоретические основы безопасности жизнедеятельности в системе «человек – среда обитания»;
- правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности; основы физиологии;
- анатомо-физиологические последствия воздействия на человека травмируемых, вредных и поражающих факторов;
- средства и методы повышения безопасности; методы прогнозирования чрезвычайных ситуаций.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС СПО по направлениям подготовки:

а) общих компетенций (ОК) :

ОК 10. Использовать умения и знания учебных дисциплин федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности.

Знать:

- о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- предназначение, структуру, задачи гражданской обороны.

Уметь:

- оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- действовать в чрезвычайных ситуациях;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;
- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

1.3. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:

Общая трудоемкость дисциплины составляет 117 часов, в том числе обязательной учебной нагрузки – 78 час., самостоятельной работы – 39 час.

Дисциплина реализуется в 1 и 2 семестрах. Форма промежуточной аттестации - дифференцированный зачет во 2 семестре.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	117
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	78
В том числе:	
Лекции	35
Практические занятия	39
Контрольная работа	4
Самостоятельная работа обучающегося (всего), в т.ч. написание рефератов, подготовка докладов и презентаций	39
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета – 2 семестр	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОД.01.07 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень усвоения
Раздел1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья			
Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни	Содержание учебного материала	6	1
	Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. Здоровый образ жизни как средство сохранения и укрепления здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Рациональное питание и его значение для здоровья и работоспособности человека. Гигиена питания. Нравственность и здоровье. Репродуктивное здоровье		
	Практические занятия	6	2
	1. Выявление факторов, разрушающих здоровье. Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	2	
	2. Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья. Планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания.	2	
	3. Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания и их влияния на здоровье человека. 4. Семья в современном обществе. Семейное законодательство Российской Федерации.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	5	3

	Подготовка доклада на тему: «Занятия физической культурой. Двигательная активность и закаливание организма».	2	
	2.Режим труда и отдыха. Биологические ритмы и трудоспособность человека.	1	
	3.Семья в современном обществе. Семейное законодательство Российской Федерации.	2	
Тема 2.2. Вредные привычки и их профилактика	Содержание учебного материала	2	1
	Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения.		
	Практические занятия	2	2
	1.Социальные последствия употребления алкоголя и снижение умственной и физической работоспособности.	2	
	2. Социальные последствия пристрастия к наркотикам.		
	Самостоятельная работа обучающихся	4	3
	Подготовка презентации на тему: «Профилактика вредных привычек».	4	
Раздел 2. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях			
Тема 2. Государственная система защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала	2	1
	Основные понятия, принципы, задачи безопасности жизнедеятельности. Проблемы оптимального управления безопасностью системы «человек – окружающая среда». Основы законодательства Российской Федерации по организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Права, обязанности и ответственность гражданина в области организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Составляющие государственной системы по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Основные		

	направления деятельности государства по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, характерные для региона проживания, и опасности и чрезвычайные ситуации, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий. Терроризм как основная социальная опасность современности.		
	Практические занятия	4	2
	1. 1. Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций. Классификация ЧС мирного и военного времени.	2	
	2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях).	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	4	3
	Подготовка доклада по теме: «Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, личного и общественного имущества при ЧС».	4	
Тема 2.1. Сущность и значение безопасного поведения человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера	Содержание учебного материала	2	2
	Правила и рекомендации безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера и в условиях опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, для обеспечения личной безопасности.		
	Практические занятия	2	2
	1. Прогнозирование развития событий и оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья, а также действий в чрезвычайных ситуациях. Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах..	1	
	2. Правила и рекомендации безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся	4	3

	Написание реферата на тему: «Опасности» поражающих факторов техногенной катастрофы».	2	
	2. Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах.	2	
Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала	4	1
	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, структура, силы и средства, предназначение, решаемые задачи по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.		
	Практические занятия	4	2
	Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения.	4	2
	Самостоятельная работа обучающихся	4	3
	Реферат на тему :« Права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций».	4	
Тема 2.3. Предназначение, структура, задачи гражданской обороны	Содержание учебного материала	9	
	Гражданская оборона (ГО) – составная часть обороноспособности страны. Гражданская оборона, история её создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация и структура управления ГО. Современные средства поражения и их поражающие фактор: ядерное, химическое, бактериологическое оружие; современные средства поражения. Проводимые мероприятия по защите населения от современных средств поражения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях. Средства индивидуальной защиты населения. Основные		

	<p>средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Эвакуация населения. Организация и проведение эвакуации. Назначение и работа эвакокомиссий. Обязанности и правила поведения населения при эвакуации. Организация гражданской обороны в образовательных учреждениях, её предназначение. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий</p>		
	Практические занятия	9	2
	1. Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	3	
	2. Способы защиты и оповещения населения в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Единая система доведения предупредительного сигнала «Внимание, Всем!». Передача речевой информации о чрезвычайных ситуациях, примерное её содержание. Действия населения и персонала объектов по сигналам оповещения.	3	
	3. Использование средств индивидуальной и коллективной защиты. Отработка правил поведения в защитных сооружениях.	3	
	Контрольные работы	4	
	Самостоятельная работа обучающихся	6	
	Подготовка реферата на тему:	2	
	1. Индивидуальные средства защиты органов дыхания и кожи (противогаз ГП-5 (7), общевойсковой защитный костюм)).		
	2. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения.	4	
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность			
Тема 3.1.	Содержание учебного материала	2	1

История создания Вооруженных Сил России. Организация Вооруженных сил	История создания Вооруженных Сил России. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.		
	Практические занятия	2	2
	1. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	4	3
	Подготовка реферата на тему: 1.Боевые традиции Вооруженных Сил России.	4	
Тема 3.2. Воинская обязанность и призыв на военную службу	Содержание учебного материала	2	1
	Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.		
	Практические занятия	2	2
	1.Воинская дисциплина и ответственность.	1	
	2. Призыв на военную службу. Обязанности военнослужащих. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся	4	3
	Подготовка презентации на тему: «Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации».	4	
Раздел 4. Основы медицинских знаний			
Тема 4.1.	Содержание учебного материала	6	1

Первая помощь при ранениях, травмах и несчастных случаях	Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации». Понятие о травмах и их виды.		
	Практические занятия	6	2
	Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь. Моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при ранениях, травмах и несчастных случаях. Характеристика основных признаков жизни. Алгоритм оказания первой помощи.	2	
	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Правила первой помощи при ранениях. Первая помощь при переломах. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки.	1	
	Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения. Первая помощь при ожогах.	1	
	Первая помощь при воздействии низких температур. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при отсутствии сознания.	1	
	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.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся	4	3
	Подготовка презентации на тему: «Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика».	4	
	Зачет	2	
	ИТОГО:	117	

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)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» требует наличия учебного кабинета безопасности жизнедеятельности.

Оборудование учебного кабинета:

- типовое оборудование (столы, стулья, шкафы);
- аудиторная доска;
- видеотека мультимедийных учебных программ (мультимедийные обучающие программы и электронные учебники по основным разделам ОБЖ, видеофильмы по разделам курса ОБЖ, презентации по темам безопасности жизнедеятельности);
- нормативно-правовые документы;
- учебная литература;
- раздаточный материал;
- различные приборы (войсковой прибор химической разведки (ВПХР), дозиметры);
- индивидуальные средства защиты (респираторы, противогазы, ватно-марлевые повязки);
- общевойсковой защитный комплект;
- противохимический пакет;
- сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой медицинской, доврачебной помощи (сумка СМС);
- перевязочные средства (бинты, лейкопластыри, вата медицинская компрессная, косынка медицинская (перевязочная), повязка медицинская большая стерильная, повязка медицинская малая стерильная);
- медицинские предметы расходные (булавка безопасная, шина проволочная, шина фанерная);
- грелка;
- жгут кровоостанавливающий;
- индивидуальный перевязочный пакет;
- шприц-тюбик одноразового пользования;
- носилки санитарные;
- макет простейшего укрытия в разрезе;
- макет убежища в разрезе;
- тренажер для оказания первой помощи;
- учебно-наглядные пособия по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»;
- набор плакатов или электронные издания;
- массогабаритный макет автомата Калашникова.

Технические средства обучения:

- компьютер;
- мультимедийное оборудование;

Спортивный комплекс:

- спортивный зал,
- открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий;
- стрелковый тир (в любой модификации, включая электронный) или место для стрельбы.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Косолапова, Нина Васильевна. Основы безопасности жизнедеятельности. Практикум : учебное пособие для среднего профессионального образования [СПО] / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. - Москва : Кнорус, 2020. - 155 с. - (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-406-07468-8 : 646.80. - Текст (визуальный) : непосредственный. безопасность жизнедеятельности; чрезвычайная ситуация; отработка модели поведения при ЧС; оказание первой помощи; СПО.
2. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности : учеб. для сред. проф. образования [СПО] [гриф ФГАУ "ФИРО"]. - 4-е изд., стер. - Москва : Академия, 2017. - 368 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-4468-5993-1 : 721.00. - Текст (визуальный) : непосредственный. безопасность жизнедеятельности; гражданская оборона; чрезвычайная ситуация; Вооруженные силы РФ; воинская обязанность; оборона государства; первая медицинская помощь; СПО.

Дополнительные источники:

1. Наставление по стрелковому делу. М.: Воениздат, 1987.
2. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации . – Ростов-на-Дону .: Эксмо, 2013;
3. Общие вопросы безопасности жизнедеятельности http://umka.nrp8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk ;
4. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 класс: учебник для общеобразовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2012.
5. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 класс: учебник для общеобразовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2012.
6. Методические пособия, статьи для обучения в сферах безопасности, здоровья, педагогики, методики преподавания для (программы, учебники) http://www.edu-all.ru/pages/links/all_links.asp?page=1&razdel=9;
7. Министерство обороны <http://www.mil.ru>;
8. Министерство чрезвычайных ситуаций www.mchs.gov.ru;
9. Юридическая Россия <http://www.law.edu.ru/book/book.asp?bookID=1212788>

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля
<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; предназначение, структуру, задачи гражданской обороны. 	<ul style="list-style-type: none"> Тестирование Контрольная работа Устный опрос Рефераты Дифференцированный зачет
<p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим; владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; 	<ul style="list-style-type: none"> Практическое занятие Умения и навыки демонстрируются при выполнении практических работ, при использовании СИЗ (респиратор, противогаз), при обращении с первичными средствами пожаротушения (огнетушитель, пожарный гидрант), при отработке приемов сердечно-легочной реанимации, наложении бинтовых повязок, наложении шин. Практическое выполнение строевых приемов. Дифференцированный зачет