

ГОБПОУ «Усманский многопрофильный колледж»

УТВЕРЖДАЮ:  
директор  
ГОБПОУ «Усманский  
многопрофильный колледж»

\_\_\_\_\_ Небогин А.В.

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2016г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП.11 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Специальность 49.02.01 Физическая культура  
Уровень подготовки- углубленный

2016г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура.

**Организация-разработчик: Государственное областное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Усманский многопрофильный колледж»**

Разработчик:  
**Бевз В. С.** преподаватель БЖ высшей квалификационной категории.

Председатель предметно- цикловой комиссии \_\_\_\_\_ Фролова Л.В.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ.....	13

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП. 11 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

## 1.1. Область применения программы.

Рабочая программа учебной дисциплины Безопасность жизнедеятельности является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 Физическая культура.

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

Учебная дисциплина Безопасность жизнедеятельности относится к профессиональному учебному циклу программы подготовки специалистов среднего звена.

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

Цель изучения дисциплины Безопасность жизнедеятельности – вооружить будущих выпускников учреждений СПО теоретическими знаниями и практическими навыками, необходимыми для:

- разработки и реализации мер защиты человека и среды обитания от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- прогнозирования развития и оценки последствий чрезвычайных ситуаций;
- принятия решений по защите населения и территорий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и применения современных средств поражения, а также принятия мер по ликвидации их воздействий;
- выполнения конституционного долга и обязанности по защите Отечества в рядах Вооружённых Сил Российской Федерации;
- своевременного оказания доврачебной помощи.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- применять первичные средства пожаротушения;
- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
- оказывать первую помощь пострадавшим;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать**:

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
- основы военной службы и обороны государства;

задачи и основные мероприятия гражданской обороны, способы защиты населения от оружия массового поражения;

меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;

основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;

область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;

порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

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

максимальной учебной нагрузки обучающегося 102 часа, в том числе:  
 обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 68 часов;  
 самостоятельная работа обучающихся – 34 часа.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП. 11 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>102</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>68</b>
в том числе:	
лабораторные занятия	–
практические занятия	<b>10</b>
контрольные работы	
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>34</b>
Тематика внеаудиторной самостоятельной работы - выполнение заданий по учебнику по темам:	
«Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций»	2
«Организация гражданской обороны»	4
«Защита населения и территорий при стихийных бедствиях»	4
«Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на транспорте»	4
«Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на производственных объектах»	4
«Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке»	2
«Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке»	2
«Вооружённые Силы России на современном этапе»	2
«Уставы Вооружённых Сил России»	2
«Строевая подготовка»	2
«Огневая подготовка»	2
«Физическая подготовка»	2

Форма промежуточной аттестации	<b>Дифференцированный зачет</b>
--------------------------------	-------------------------------------

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП. 11 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<b>Раздел 1. Гражданская оборона</b>		<b>65</b>	
<b>Тема 1.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.</b>	Содержание учебного материала		
	1   РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.	2	репродуктивный
	2   Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение.	2	
	3   Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.	2	
	4   Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений.	2	
	5   Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника.	2	
	Практические занятия	-	
	Самостоятельная работа обучающихся: проработка конспектов, работа с учебником.	2	
<b>Тема 1.2. Организация гражданской обороны</b>	Содержание учебного материала		
	1   Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения.	2	репродуктивный
	2   Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.	2	
	3   Правила поведения и действия людей в зонах радиоактивного, химического заражения	2	
	Практические занятия: Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Отработка нормативов по надеванию противогаза и ОЗК.	1 1	

	Самостоятельная работа обучающихся: проработка конспектов, работа с учебником.	4	
<b>Тема 1.3. Защита населения и территорий при стихийных бедствиях</b>	Содержание учебного материала		
	1   Защита населения и территорий при стихийных бедствиях	4	ознакомительный
	Практические занятия:	-	
	Самостоятельная работа обучающихся: проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику.	4	
<b>Тема 1.4. Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на транспорте</b>	Содержание учебного материала		
	1   Правила поведения при авариях на транспорте	4	ознакомительный
	Практические занятия:	-	
	Самостоятельная работа обучающихся: проработка конспектов, работа с учебником.	4	
<b>Тема 1.5. Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на производственных объектах</b>	Содержание учебного материала		
	1   Защита населения и территорий при авариях на производственных объектах	4	репродуктивный
	Практические занятия :Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику.	4	
<b>Тема 1.6. Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке</b>	Содержание учебного материала		
	1   Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке.	2	ознакомительный
	Практические занятия	-	
	Самостоятельная работа обучающихся: проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику.	4	
<b>Тема 1.7. Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке</b>	Содержание учебного материала		
	1   Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке	2	репродуктивный
	2   Обеспечение безопасности при эпидемии, нахождение на территории ведения боевых действий,	2	
	3   Обеспечение безопасности в случае захвата заложником, при обнаружении подозрительных предметов	2	
	Практические занятия:	-	



	Самостоятельная работа обучающихся: проработка конспектов, выполнение заданий по учебнику.	4	
<b>Раздел 2. Основы военной службы</b>		<b>37</b>	
<b>Тема 2.1. Уставы Вооружённых Сил России</b>	Содержание учебного материала		
	1 Военная присяга. Боевое знамя воинской части.	4	репродуктивный
	2 Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Внутренний порядок, размещение и быт военнослужащих.	4	
	3 Суточный наряд роты.	4	
	4 Воинская дисциплина.	4	
	5 Караульная служба. Обязанности и действия часового.	4	
	Практические занятия: Самостоятельная работа обучающихся: проработка конспектов, работа с учебником.	- 4	
<b>Тема 2.2. Строевая подготовка</b>	Содержание учебного материала		
	Практические занятия: Строевая стойка и повороты на месте. Движение строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте.	1 1	
	Самостоятельная работа обучающихся: проработка конспектов, работа с учебником.	2	
<b>Тема 2.3. Огневая подготовка</b>	Содержание учебного материала		
	1 Материальная часть автомата Калашникова. Подготовка автомата к стрельбе. Ведения огня из автомата.	2	репродуктивный
	Практические занятия: Неполная разборка и сборка автомата.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: проработка конспектов, работа с учебником.	2	
<b>Тема 2.4. Физическая подготовка</b>	Содержание учебного материала		
	Практические занятия Кросс 1 км.	1	
	Челночный бег.	1	
	Подтягивание	1	
	Метание гранаты	1	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
	<b>Всего:</b>	<b>102</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета безопасности жизнедеятельности.

Оборудование учебного кабинета:

1. Общевоинской защитный комплект (ОЗК)
2. Общевоинской противогаз или противогаз ГП-7
3. Гопкалитовый патрон ДП-5В
4. Изолирующий противогаз в комплекте с регенеративным патроном
5. Респиратор Р-2
6. Индивидуальный противохимический пакет (ИПП-8, 9, 10, 11)
7. Ватно-марлевая повязка
8. Противопыльная тканевая маска
9. Медицинская сумка в комплекте
10. Носилки санитарные
11. Аптечка индивидуальная (АИ-2)
12. Бинты марлевые
13. Бинты эластичные
14. Жгуты кровоостанавливающие резиновые
15. Индивидуальные перевязочные пакеты
16. Косынки перевязочные
17. Ножницы для перевязочного материала прямые
18. Шприц-тюбики одноразового пользования (без наполнителя)
19. Шинный материал (металлические, Дитерихса)
20. Огнетушители порошковые (учебные)
21. Огнетушители пенные (учебные)
22. Огнетушители углекислотные (учебные)
23. Устройство отработки прицеливания
24. Учебные автоматы АК-74
25. Винтовки пневматические
26. Комплект плакатов по Гражданской обороне
27. Комплект плакатов по Основам военной службы

**Технические средства обучения:**

1. Аудио-, видео-, проекционная аппаратура
2. Войсковой прибор химической разведки (ВПХР)
3. Рентгенметр ДП-5В
4. Робот-тренажер (Гоша 2 или Максим-2)

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения.**

Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: Учебник. – М.: КНОРУС, 2012. – 288 с.

**Дополнительные источники:**

1. Наставление по стрелковому делу. М.: Воениздат, 2013. – 640 с.
2. Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации. – М.: Эксмо, 2011. – 608 с.
3. Сборник законов Российской Федерации. – М.: Эксмо, 2016. – 928 с.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОП. 11 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и приёма нормативов, а также сдачи обучающимися дифференцированного зачета.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p><u>умения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;</li> <li>- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;</li> <li>- применять первичные средства пожаротушения;</li> <li>- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;</li> <li>- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;</li> <li>- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;</li> </ul> <p><u>знания:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях;</li> <li>- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;</li> <li>- основы военной службы и обороны государства;</li> <li>- задачи и основные мероприятия гражданской обороны;</li> </ul>	<p><u>Формы контроля обучения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– домашние задания проблемного характера;</li> <li>– практические задания по работе с информацией, документами, литературой;</li> <li>– подготовка и защита индивидуальных и групповых заданий проектного характера.</li> </ul> <p><u>Формы оценки результативности обучения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- накопительная система баллов, на основе которой выставляется итоговая отметка.</li> <li>- традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая отметка.</li> </ul> <p><u>Методы контроля направлены на проверку умения учащихся:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– выполнять условия задания на творческом уровне с представлением</li> <li>- оказывать первую помощь пострадавшим.</li> </ul> <p><u>Методы оценки результатов обучения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– мониторинг роста творческой самостоятельности и навыков получения нового знания каждым обучающимся</li> <li>– формирование результата итоговой аттестации по дисциплине на основе суммы результатов текущего контроля.</li> </ul> <p><u>Формы контроля обучения:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– домашние задания проблемного характера;</li> <li>– практические задания по работе с информацией, документами, литературой;</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- способы защиты населения от оружия массового поражения;</li> <li>- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;</li> <li>- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке;</li> <li>- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;</li> <li>- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;</li> <li>- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– подготовка и защита индивидуальных и групповых заданий проектного характера.</li> </ul>
---	--