

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет
им. Н.И. Лобачевского»
Балахнинский филиал ННГУ

УТВЕРЖДЕНО
решением президиума
Ученого совета ННГУ
протокол от 14. 12. 2021 г. №4

Рабочая программа учебного предмета
ОУП.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Специальность среднего профессионального образования
13.02.03 ЭЛЕКТРИЧЕСКИЕ СТАНЦИИ, СЕТИ И СИСТЕМЫ

Квалификация выпускника
ТЕХНИК - ЭЛЕКТРИК

Форма обучения
ОЧНАЯ

2022 год

Программа учебного предмета составлена в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности 13.02.03 Электрические станции, сети и системы.

Автор:

Преподаватель А.С. Почекутов

Программа рассмотрена и одобрена на заседании методической комиссии Балахнинского филиала ННГУ 15.11.2021 г., протокол №3.

Председатель методической комиссии Балахнинского филиала ННГУ С.С. Квашнин

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	3
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	8
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	13
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	14

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы

В учебных планах ППССЗ место учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» - в составе общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для специальностей СПО соответствующего профиля профессионального образования.

1.2. Цели и планируемые результаты освоения учебного предмета:

Цели:

- Повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы – совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- Снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства.

Задачи:

- Формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения обучающихся.

В результате освоения учебного предмета обучающийся должен знать:

- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

В результате освоения учебного предмета обучающийся должен уметь:

- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей граждан до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях(травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

Освоение содержания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих **результатов**:

• **личностных:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- исключение из своей жизни вредных привычек (курение, пьянства и т.д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение примеров действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

• **метапредметных:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности и использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
 - развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливость, силы, ловкость, гибкость, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• **предметные:**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а так же использовать различные информационные источники;
- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей граждан до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях(травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

Темы рефератов (докладов):

Эволюция среды обитания, переход к техносфере.

Взаимодействие человека и среды обитания.

Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.

Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.

Здоровый образ жизни - основа укрепления и сохранения личного здоровья.

Факторы, способствующие укреплению здоровья.

студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.

Роль физической культуры в сохранении здоровья.

Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.

Алкоголь и его влияние на здоровье человека.

Табакокурение и его влияние на здоровье.

Наркотики и их пагубное воздействие на организм.

Компьютерные игры и их влияние на организм человека.

Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.

Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.

Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.

Терроризм как основная социальная опасность современности.

Космические опасности: мифы и реальности.

Современные средства поражения и их поражающие факторы.

Оповещение и информирование населения об опасности.

Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.

Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.

МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.

Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.

Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.

Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.

Символы воинской чести.

Патриотизм и верность воинскому долгу.

Дни воинской славы России.

Города-герои Российской Федерации.

Города воинской славы Российской Федерации.

Профилактика инфекционных заболеваний.

Первая помощь при острой сердечной недостаточности.

СПИД – чума XXI века.

Оказание первой помощи при бытовых травмах.

Духовность и здоровье семьи.

Здоровье родителей – здоровье ребенка.

Формирование здорового образа жизни с пеленок.

Как стать долгожителем?

Рождение ребенка – высшее чудо на Земле.

Политика государства по поддержке семьи.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ учебного предмета

2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы	70
Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем	70
в том числе:	
теоретические занятия	50
практические занятия	20
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	-
Промежуточная аттестация в форме итоговой оценки, дифференцированного зачёта.	

2.2 Тематический план и содержание учебного предмета

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов
Введение		2
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		24
Тема 1.1 Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье.	Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье.	2
Тема 1.2 Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья.	Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья.	2
	Практическая работа № 1. Изучение основных положений организации рационального питания.	2
Тема 1.3 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера, как источник негативных факторов	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера, как источник негативных факторов	2
Тема 1.4 Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Курение и его влияние на состояние здоровья.	Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Курение и его влияние на состояние здоровья.	2
Тема 1.5 Правила безопасности дорожного движения. Модели поведения пешеходов и велосипедистов, пассажиров и водителей ТС, при организации дорожного движения	Правила безопасности дорожного движения. Модели поведения пешеходов и велосипедистов, пассажиров и водителей ТС, при организации дорожного движения	2
	Практическая работа № 2. Изучение и отработка моделей поведения при чрезвычайных ситуациях на транспорте.	2
Тема 1.6 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	2
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения		24
Тема 2.1. Общие понятия и классификация ЧС природного техногенного характера. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	Общие понятия и классификация ЧС природного техногенного характера. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	2
	Практическая работа № 3. Изучение и отработка модели	2

	поведения в условиях природных пожаров и ЧС метеорологического характера	
	Практическая работа № 4. Изучение и отработка моделей поведения при чрезвычайных ситуациях гидрологического характера.	2
Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	2
Тема 2.3. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.	Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.	2
Тема 2.4 Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения	Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения	2
	Практическая работа № 5. Изучение первичных средств пожаротушения	2
	Практическая работа № 6. Изучение и использование средств индивидуальной защиты.	2
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность		27
Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России	История создания Вооруженных Сил России	2
Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил.	Организационная структура Вооруженных Сил.	2
Тема 3.3. Воинская обязанность.	Воинская обязанность.	2
Тема 3.4. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе.	Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе.	2
	Практическая работа № 7. Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.	2
Тема 3.5. Воинская дисциплина, ее сущность и значение	Воинская дисциплина, ее сущность и значение	2
	Практическая работа № 8. Изучение освоения методик проведения строевой подготовки	2
Тема 3.6 Как стать офицером Российской армии.	Как стать офицером Российской армии.	2
Тема 3.7. Боевые традиции Вооруженных Сил России	Боевые традиции Вооруженных Сил России	2
Раздел 4. Основы медицинских знаний		26

Тема 4.1. Понятие первой помощи. Общие правила оказания первой помощи	Понятие первой помощи. Общие правила оказания первой помощи	2
Тема 4.2. Понятие травм и их виды. Первая медицинская помощь при травмах и ранениях.	Понятие травм и их виды. Первая медицинская помощь при травмах и ранениях.	2
	Практическая работа № 9. Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечении и травмах	2
Тема 4.3 Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.	2
Тема 4.4. Первая помощь при ожогах. Первая помощь при воздействии низких температур.	Первая помощь при ожогах. Первая помощь при воздействии низких температур.	2
Тема 4.5 Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути	Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути	2
Тема 4.6. Первая помощь при отсутствии сознания. Первая медицинская помощь при остановке сердца.	Первая помощь при отсутствии сознания. Первая медицинская помощь при остановке сердца	2
	Практическая работа № 10. Изучение и освоение основных способов выполнения искусственного дыхания.	2
Тема 4.7. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	4
Итого:		70

Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ УЧЕБНЫХ СБОРОВ

(ДЛЯ ЮНОШЕЙ)

№ п/п	Тема занятия	Количество часов					Общее количество часов
		1-ый день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день	
1	Тактическая подготовка			2	1	1	4
2	Огневая подготовка		3		2	4	9
3	Радиационная, химическая и биологическая защита			2			2
4	Общевоинские уставы	4	1	1	2		8
5	Строевая подготовка	1		1	1	1	4
6	Физическая подготовка	1	1	1	1	1	5
7	Военно-медицинская подготовка		2				2
8	Основы безопасности военной службы	1					1
Итого		7	7	7	7	7	35

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

3.1. Материально–техническое обеспечение

В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» входят:

- Тренажёр дыхания «Максим»
- Электронный тир
- ДП-12 150*100
- Интерактивная доска Intel Write Board 1077B
- Персональный компьютер HeliosProfisVLX310 (2 шт.)
- Принтер OKI C5850 цветной
- Проектор Infocus X15
- Сканер CanonDR-2580C
- Web камера Genius VideoCam Slim 1320
- Бинокль
- Видеомагнитофон Panasonic
- Винтовка пневматическая
- Винтовка пневматическая МР-512
- Винтовка спортивная ГДР
- Войсковой прибор хим. Разведки ВПХР
- Дозиметр ДП-22В
- Компас
- Ксерокс Canon FC - 366
- Макет автомата ММГ
- Макет ударно-пускового механизма
- Пирамида для установки оружия
- Прибор ВПХР
- Прибор ДП-24
- Прибор ДП-5А
- Прибор ДП-5В (рентгенметр)
- Противогаз

3.2. Информационное обеспечение обучения

Для реализации программы библиотечный фонд укомплектован печатными и (или) электронными образовательными и информационными ресурсами, рекомендованными для использования в образовательном процессе.

Основная литература:

1. Косолапова Н.В. Безопасность жизнедеятельности: учебник. М.: КНОРУС, 2020 г. 192 с.

(Доступно в ЭБС «BOOK.ru»)

2. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник. М.: КНОРУС, 2020. 282с.

(Доступно в ЭБС «BOOK.ru»)

Дополнительная литература:

1. Косолапова Н.В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебник. М.: КНОРУС, 2016.

156с. (Доступно в ЭБС «BOOK.ru»)

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
Знания:		
<ul style="list-style-type: none">- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;	Полнота продемонстрированных знаний и умение применять их при выполнении практических работ.	Устный опрос, контрольные работы, тестирование, проекты.
Умения:		
<ul style="list-style-type: none">- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей граждан до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка нанесения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей	Выполнение практических работ в соответствии с заданием.	Проверка результатов и хода выполнения практических работ.

прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе; - владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях(травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.		
--	--	--

Активные и интерактивные формы проведения занятий по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности».

Тема занятий	Формы проведения занятий
Тема 1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	Просмотр и обсуждение видеофильмов
Тема 1.4. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков)	Просмотр и обсуждение видеофильма «Роковой шаг»
Тема 2.3.Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	Экскурсия на предприятие
Тема 2.4. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Экскурсия в управление ГО и ЧС района, использование общественных ресурсов (приглашение специалистов)
Тема 3.3. Воинская обязанность	просмотр видео урока
Тема 3.6. Как стать офицером Российской армии	использование общественных ресурсов (приглашение специалистов)
Тема 4.1. Основы медицинских знаний	Лекционно-практические занятия

Описание шкал оценивания

Индикаторы	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
Полнота знаний	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок.	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок.
Наличие умений	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки.	Продemonстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме.	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продemonстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными несущественным и недочетами, выполнены все задания в полном объеме.