

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ОРЕНБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Факультет среднего профессионального образования

УТВЕРЖДЕНО
Председатель учебно-методической
комиссии факультета СПО, доцент
_____ Завершинская М.В.
«____» 2016 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

БД.10 Основы безопасности жизнедеятельности

Специальность 20.02.03 Природоохранное обустройство территории

Форма обучения очная

Срок получения СПО по ППССЗ 3 года 10 месяцев

Оренбург, 2016 г.

1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

БД.010 Основы безопасности жизнедеятельности

1.1 Область применения программы.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с ФГОС среднего (полного) общего образования утвержденным Министерством образования и науки Российской Федерации 17 мая 2012г. приказ№413 и зарегистрированным в Минюсте России 7 июня 2012г. № 24480.

1.2 Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы. Дисциплина входит в общеобразовательный цикл.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:
 - для ведения здорового образа жизни;
 - оказания первой медицинской помощи;
 - развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для освоенной службы;
 - вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского свидетельствования, призыва на военную службу;

- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные правила и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

1.4 Количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 102 часа, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 70 часов;
самостоятельной работы обучающегося 32 часа.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Личностные результаты освоения учебной дисциплины отражают:

- 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 (курения, пьянства и т. д.); – воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

Метапредметные результаты освоения учебной дисциплины отражают:

- 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 с 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: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

Предметным результатом освоения учебной дисциплины являются формирование умений и знаний

№п/п	Формируемые знания, умения
У.1	Умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а так же использовать различные информационные источники.
У.2	Умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях..
У.3	Владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видов поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.
3.1	Сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально- нравственной позиции личности ,а так же, как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора.
3.2	Знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз.
3.3	Сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера а так же асоциального поведения.
3.4	Сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия.
3.5	Знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.
3.6	Знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни пагубных привычек (курения, пьянства и т. д.).
3.7	Знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций.
3.8	Знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая огневая и тактическая подготовка.
3.9	Знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе.

2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов	1 семестр	2 семестр
Максимальная учебная нагрузка (всего)	102	-	102
Обязательная аудиторная учебная нагрузка(всего)	70	-	70
В том числе:			
теоретическое обучение	54	-	54
практические занятия	16	-	16
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	32	-	32
Вопросы , выделенные на самостоятельное изучение	9	-	9
доклады	7	-	7
другие виды работ	16	-	16
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачёта			

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины БД.10 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Формируемые ЗУны	Уровень освоения
1	2	3	4	5
Введение	Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности.	2		1
Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		15		
Тема 1.1 Общие понятия о здоровье.	Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни - основа укрепления и сохранения личного здоровья. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятие физической культурой.	2	3.1;3.4	1
Тема 1.2 Вредные привычки и их профилактика.	Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно -сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам Профилактика наркомании.	2	3.6	1,2
Тема 1.3 Репродуктивное здоровье.	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	2	3.4	1,2

Тема 1.4 Первая медицинская помощь при травмах.	Практическое занятие №1. Первая медицинская помощь при травмах и ранениях. Наложение стерильных повязок.	2	У.3	1,3
Тема 1.5 Первая медицинская помощь при заболевании сердца и инсульте.	Помощь при острой недостаточности и инсульте. Первая медицинская помощь при остановке сердца. Комплекс реанимации.	2	У.3	1,3
	Самостоятельная работа обучающихся: выполнение домашних заданий по разделу 1. Тематика внеаудиторной самостоятельной работы. Понятия благополучия, счастья. Факторы, влияющие на здоровье (конспектирование текста). Мифы об алкоголе (доклад). Репродуктивное здоровье – основа счастливой жизни (конспектирование текста). Правила наложения стерильных повязок (ответы на вопросы). Первая медицинская помощь при коме (ответы на вопросы).	5		
Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения		26		
Тема 2.1 Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	Практическое занятие №2. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.)	2	У.1;3.5	2
Тема 2.2 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.	РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Режимы функционирования РСЧС.	2	3.7	1

Тема 2.3 Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.	2	3.7	1
Тема 2.4 Защитные сооружения гражданской обороны.	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. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях. Виды работ по приспособлению помещений под противорадиационные укрытия и содержание.	2	3.7;3.8; 3.9	1,3
Тема 2.5 Аварийно-спасательные и другие неотложные работы.	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения.	2	3.7	1,2
Тема 2.6 Организация гражданской обороны в образовательном учреждении.	Практическое занятие №3. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. Порядок выдачи СИЗ населению. Правила и приемы подготовки и эксплуатации противогаза.	2	3.7	1,3
Тема 2.7 Действия при чрезвычайных ситуациях социального характера, военного и мирного времени.	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника.. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.	2	3.3	2

	Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.	2	3.3	
Тема 2.8 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	<p>Основные направления деятельности государственных организаций организации и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.</p> <p>МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</p> <p>Милиция в Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств.</p> <p>Служба скорой медицинской помощи.</p> <p>Другие государственные службы в области безопасности.</p>	2	3.2	1,2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся: выполнение домашних заданий по разделу 2.</p> <p>Тематика внеаудиторной самостоятельной работы.</p> <p>Краткая характеристика землетрясений, селей, цунами, смерчей и других ЧС (конспектирование текста).</p> <p>Режимы функционирования РСЧС(доклад).</p> <p>Информация о ядерном взрыве на Тоцком полигоне в сентябре 1954 года (доклад).</p> <p>Правила поведения людей в противорадиационном укрытием (ответы на контрольные вопросы)..Устройство противогаза ГП -7 (ответы на контрольные вопросы).</p> <p>Как уцелеть в толпе?(доклад)</p>	8		
Раздел 3 Основы обороны государства и воинская обязанность.		45		
Тема 3.1 История создания	Организация вооруженных сил Московского государства в XIV-XV			

Вооруженных Сил России.	<p>веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии.</p> <p>Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.</p> <p>Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.</p>	2	3.8	1
Тема 3.2 Организационная структура Вооруженных Сил.	<p>Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура.</p> <p>Военно-Воздушные Силы: история создания, предназначение, структура.</p> <p>Военно-Морской Флот: история создания, предназначение, структура.</p> <p>Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура.</p> <p>Космические войска: история создания, предназначение, структура.</p> <p>Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.</p>	2	3.9	1
Тема 3.3 Вооруженные Силы России – основа национальной безопасности.	<p>Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение.</p> <p>Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.</p> <p>Реформа Вооруженных Сил.</p>	2	3.9	1
Тема 3.4 Воинская обязанность.	<p>Практическое занятие №4.</p> <p>Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет.</p> <p>Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по</p>	2	3.8	1,2

	воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.			
Тема 3.5 Подготовка граждан к военной службе.	Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.	2	3.8	1
Тема 3.6 Военная служба.	Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения, военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.	2	3.9	1
Тема 3.7 Права, обязанности и ответственность военнослужащих.	Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы. Общие права и обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Соблюдение норм международного гуманитарного права.	2	3.8	1

Тема 3.8 Военнослужащий – защитник своего Отечества.	<p>Основные качества личности военнослужащего: любовь к Родине, высокая дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества.</p> <p>Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.</p> <p>Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.</p> <p>Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск.</p>	2	3.8	1
Тема 3.9 Требования к качествам призывника и военнослужащего.	<p>Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).</p> <p>Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.</p> <p>Единоначалие – принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации.</p>	2	3.8	1,2
Тема 3.10 Дисциплинарная и уголовная ответственность для военнослужащих.	<p>Практическое занятие №5.</p> <p>Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих службу по призыву.</p> <p>Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.)</p>	2	3.8	1
Тема 3.11 Как стать офицером Российской армии.	<p>Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования.</p> <p>Правила приема граждан в военные образовательные учреждения</p>			

	профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Федерации.	2	3.9	1
Тема 3.12 Боевые традиции Вооруженных Сил России.	Практическое занятие №6. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Для воинской славы России – дни славных побед. Основные формы увековечивания памяти российских воинов, отличающихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.	2	3.8	1
Тема 3.12 Боевые традиции Вооруженных Сил России.	Дружба, воинское товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение воинского товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Воинское товарищество – боевая традиция Российской армии и флота.	2	3,8	1
Тема 3.13 Символы воинской чести.	Боевое Знамя Воинской Части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	2	3.8	1
Тема 3.14 Ритуалы Вооруженных Сил России.	Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной технике. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Самостоятельная работа обучающихся: выполнение домашних заданий по разделу 3.	2 14	3.8	1

	<p>Тематика внеаудиторной самостоятельной работы.</p> <p>Национальные интересы России (доклад).</p> <p>Военная доктрина Российской Федерации(доклад).</p> <p>Миротворческая деятельность Вооруженных Сил РФ (доклад).</p> <p>Обязанности граждан при подготовке и прохождении первоначальной постановки на воинский учет (ответы на контрольные вопросы)Правовые основы обязательной и добровольной подготовки граждан к военной службе (конспектирование текста).</p> <p>Общие обязанности военнослужащих (конспектирование текста).</p> <p>Правила поведения комбатантов при ведении военных действий (ответы на контрольные вопросы).</p> <p>Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск (конспектирование текста).</p> <p>Единоначалие – принцип строительства Вооруженных Сил РФ (доклад).</p> <p>Понятия Родина, Отечества, дни воинской славы России (ответы на контрольные вопросы).</p> <p>Примеры воинского товарищества как боевой традиции Российской армии и флота (доклад).</p> <p>Примеры защиты Боевого Знамени воинской части в годы Великой Отечественной войны (доклад).</p>			
Раздел 4 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.		17		
Тема 4.1 Здоровье родителей и ребенка.	Социальная роль женщины в современном обществе. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, на него влияющие. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.	2	3.1	1,2
Тема 4.2 Влияние неблагоприятных факторов	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Вредные привычки и их влияние на здоровье.			

на здоровье.	Профилактика вредных привычек и злоупотребления наркотическими веществами. Ранние половые связи и их последствия для здоровья. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика.	2	3.1;3.6	1,2
Тема 4.3 Здоровый образ жизни.	Практическое занятие №7. Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья.	2	3.4	1,2
Тема 4.4 Физическая культура и здоровье.	Практическое занятие №8. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.	2	3.3	1,2
Тема 4.5. Брак и семья.	Правовые аспекты взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка». Определение основных видов планирования семьи. Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины. Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем.	2	3,1;3.4	1,2
	Самостоятельная работа обучающихся: выполнение домашних заданий по разделу 4. Тематика внеаудиторной самостоятельной работы. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка (сообщение). Ранние половые связи и их последствия для здоровья (доклад). Рациональное питание и его значение для здоровья (конспект). Двигательная активность и здоровье человека (сообщение). Культура брачных отношений (доклад).	5		
Всего:		102		

Для 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 минимальному материально- техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета безопасности жизнедеятельности и охраны труда.

- посадочные места (по количеству обучающихся) – 13 парт;
- стол учительский – 1 шт.;
- стул учительский – 1 шт.;
- плакаты по основам военного дела - 1 компл.
- макеты массо-габаритные автоматов Калашникова - 2 шт.;
- винтовка пневматическая – 5 шт.;
- пистолет пневматический - 1 шт.;
- войсковой прибор химической разведки - 1 шт.;
- противогаз ГП -5 - 50 шт.;
- макет ударно-спускового механизма автомата Калашникова - 1 шт.;
- компас - 10 шт.;
- комплект ОЗК – 2 шт.;
- противогаз в разрезе (учебный макет) – 1 шт.;
- стрелковый тир: электронная Мишень Тренажер Tir-Centremini – 1 шт.;
- пистолет Макарова (Лазерный) красный луч СТАРТ+ - 1 шт.

3.2 Информационное обеспечение обучения

Основная литература:

1.Основы безопасности жизнедеятельности 10 класс [Текст]/ под ред. Ю.Л. Воробьева. – М.:Астрель, 2013.

Дополнительная литература:

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения.
Умения:	
владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	текущий контроль: устный (и/или письменный) опрос, оценка выполнения практических работ
пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;	текущий контроль: устный (и/или письменный) опрос, оценка выполнения практических работ и действий обучающегося
оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.	текущий контроль: устный (и/или письменный) опрос, оценка решения ситуационных задач и выполнения внеаудиторной самостоятельной работы
использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:	текущий контроль: устный (и/или письменный) опрос, оценка выполнений действий обучающегося
для ведения здорового образа жизни;	текущий контроль: устный (и/или письменный) опрос, оценка выполнений действий обучающегося и решения ситуационных задач
оказания первой медицинской помощи;	текущий контроль: устный (и/или письменный) опрос Оценка выполнений действий обучающегося и решения ситуационных задач
развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;	текущий контроль: устный (и/или письменный) опрос, оценка решений ситуационных задач и выполнение внеаудиторной самостоятельной работы
вызыва (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы	текущий контроль: устный (и/или письменный) опрос,

экстренной помощи.	оценка решений ситуационных задач
Знания:	
основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;	текущий контроль: устный и письменный опрос, выполнение внеаудиторной самостоятельной работы, тестированный опрос
потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания.	текущий контроль: устный и письменный опрос, выполнение внеаудиторной самостоятельной работы, тестированный опрос
основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	текущий контроль: устный и письменный опрос, выполнение внеаудиторной самостоятельной работы, тестированный опрос
основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;	текущий контроль: устный и письменный опрос, выполнение внеаудиторной самостоятельной работы, тестированный опрос
порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;	текущий контроль: устный и письменный опрос, выполнение внеаудиторной самостоятельной работы, тестированный опрос
состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;	текущий контроль: устный и письменный опрос, выполнение внеаудиторной самостоятельной работы, тестированный опрос
основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывание в запасе;	текущий контроль: устный и письменный опрос, выполнение внеаудиторной самостоятельной работы, тестированный опрос
основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;	текущий контроль: устный и письменный опрос, выполнение внеаудиторной самостоятельной работы, тестированный опрос
требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;	текущий контроль: устный и письменный опрос, выполнение внеаудиторной самостоятельной работы,

	тестированный опрос
предназначение, структуру и задачи РСЧС;	текущий контроль: устный и письменный опрос, выполнение внеаудиторной самостоятельной работы, тестированный опрос
предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.	текущий контроль: устный и письменный опрос, выполнение внеаудиторной самостоятельной работы, тестированный опрос
	дифференцированный зачет

Программа разработана в соответствии с ФГОС среднего (полного) общего образования утвержденным Министерством образования и науки Российской Федерации 17 мая 2012г. приказ №413 и зарегистрированным в Минюсте России 7 июня 2012г. № 24480.

Разработала: _____

Программа рассмотрена и одобрена на заседании ПЦК общеобразовательных дисциплин
протокол № ____ от «__» _____ 2016 г.
Председатель ПЦК _____

Программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно-методической комиссии факультета СПО
протокол № ____ от «__» _____ 2016 г.

Председатель
учебно-методической комиссии _____ М.В. Завершинская