

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ НОВГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ  
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «БОРОВИЧСКИЙ ТЕХНИКУМ  
СТРОИТЕЛЬНОЙ ИНДУСТРИИ И ЭКОНОМИКИ» ФИЛИАЛ В П. ХВОЙНАЯ**

УТВЕРЖДАЮ:

Зав. филиалом Г. С. Зорькина

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2021 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОУД.07. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих по профессии  
35.01.01 Мастер по лесному хозяйству  
укрупненной группы профессий

35.00.00 «Сельское, лесное и рыбное хозяйство»

Хвойная

2021 г.

**Аннотация программы учебной дисциплины**

## ОУД. 07. ОБЖ

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования, федерального базисного учебного плана и примерной программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», одобренных Департаментом государственной политики нормативно-правового регулирования в сфере образования Минобрнауки России 16.04.2008г., федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее - СПО) по профессии 35.01.01 Мастер по лесному хозяйству укрупненной группы профессий 35.00.00 «Сельское, лесное и рыбное хозяйство»

Организация - разработчик: филиал ОГА ПОУ «Боровичский техникум строительной индустрии и экономики» в п. Хвойная

Разработчики: \_\_\_\_\_

Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	108
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	72
в том числе:	
практические занятия	43
контрольные работы	3
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	36
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	2

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	стр. 4
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	10
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	17
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	20

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ Основы безопасности жизнедеятельности

## Область применения программы

### 1.1. Область применения примерной программы

Рабочая программа является частью Программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих по профессии:

35.01.01 Мастер по лесному хозяйству

**1.2 Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** является базовой общеобразовательной дисциплиной.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен

#### знать/понимать:

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила безопасного поведения;
- социально-демографические процессы, происходящие в России, и их влияние на безопасность государства;
- перспективы развития ядерной энергетики в стране и обеспечение радиационной безопасности населения;
- индивидуальные меры предосторожности при угрозе совершения террористического акта, правила безопасного поведения при захвате в качестве заложника и при освобождении заложников спецподразделениями;
- основные источники опасностей в природе, техносфере и социуме;
- основные чрезвычайные ситуации природного, техногенного характера и их классификацию;
- организацию в Российской Федерации защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики в чрезвычайных ситуациях;
- права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- рекомендации специалистов в области безопасности жизнедеятельности по правилам безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- правила оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- основы здорового образа жизни как индивидуальной системы поведения человека, обеспечивающей ему личную безопасность и здоровье;
- основные составляющие здорового образа жизни, способствующие обеспечению духовного, физического и социального благополучия личности;
- правовые нормы взаимоотношения полов;
- основные качества личности, характерные для хорошего семьянина, способного обеспечить социальное благополучие;

- взаимосвязь репродуктивного здоровья с социально-демографическими процессами;
- правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья;
- основные положения Военной доктрины Российской Федерации по обеспечению военной безопасности государства;
- предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации, основные функции и задачи Вооруженных Сил по обеспечению военной безопасности государства. Виды и рода войск Вооруженных Сил. Их состав и предназначение;
- историю Вооруженных Сил Российской Федерации и дни воинской славы России;
- основные составляющие воинской обязанности граждан Российской Федерации;
- организацию воинского учета и его предназначение;
- организацию медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет;
- содержание обязательной и добровольной подготовки граждан к военной службе;
- правовые основы военной службы( основные положения Конституции Российской Федерации и Федеральных законов «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащего»);
- порядок прохождения военной службы по призыву и по контракту;
- права и обязанности военнослужащих;
- виды ответственности военнослужащих с учетом особенностей их правового положения;
- нормы международного гуманитарного права;
- основные виды воинской деятельности;
- содержание начальной военной подготовки военнослужащих в войсках;
- строи отделения и порядок управления ими;
- назначение и боевые свойства автомата Калашникова;
- правила ухода за автоматом, его хранения и сбережения;
- правила подготовки автомата к стрельбе;
- приемы и правила стрельбы из автомата;
- основы современного общевойскового боя;
- общие обязанности солдата в бою;
- основные способы передвижения солдата в бою;
- способы ориентирования на местности и движения по азимутам; -ориентирование на местности по карте и определение своего местонахождения;-
- основные цели и задачи военно-профессиональной ориентации;
- государственные и военные символы Российской Федерации;
- боевые традиции Вооруженных Сил России;
- классы сходных воинских должностей;
- общие требования к безопасности военной службы;
- порядок обязательного государственного страхования жизни и здоровья военнослужащих;

**уметь:**

- перечислять комплекс основных мероприятий, проводимых в регионе проживания, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;

- перечислять последовательность действий при оповещении возникновения угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
- правильно пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; - перечислять основные положения Военной доктрины Российской Федерации, касающиеся обеспечения военной безопасности государства;
- охарактеризовать основные особенности военной службы по призыву и по контракту
- выполнять строевые приемы на месте и в движении;
- выполнять воинское приветствие на месте и в движении;
- выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
- готовить автомат к стрельбе;
- вести стрельбу из автомата по неподвижным и появляющимся целям;
- определять стороны горизонта по компасу, небесным светилам и некоторым признакам местных предметов;
- ориентироваться на местности по карте и двигаться в заданную точку по азимуту;
- пользоваться справочной литературой для целенаправленной подготовки к военной службе с учетом индивидуальных качеств.

**использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- выработки потребности в соблюдении норм здорового образа жизни и устойчивой психологической невосприимчивости к вредным привычкам;
- формирования в себе качеств хорошего семьянина;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим ;
- формирования психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву;
- формирования психологической, физической и профессиональной готовности к обучению по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах образовательных учреждений высшего профессионального образования;
- выбора военного образовательного учреждения профессионального образования и военной профессии для подготовки к трудовой деятельности.

Освоение содержания учебной дисциплины «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 (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;

### *метапредметн ых:*

- 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;
- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- 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;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- локализация 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; *предметных:*

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищённость личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных 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;
- знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека,
- знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- 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;
- знание 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 (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 108 часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 72 часа;  
самостоятельной работы обучающегося 36 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Количество часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	108
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	72
в том числе:	
практические занятия	43
контрольные работы	3
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	36
<b>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	2

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся)	Объем часов	Уровень освоения
<b>Введение</b>			
	<b>Теоретические занятия:</b>	2	
	1. Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»,	1	2
	2. Необходимость формирования безопасного мышления и поведения.	1	2
<b>Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>		16	
<b>Тема 1.1 Здоровье и здоровый образ жизни.</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Здоровье и здоровый образ жизни	1	2
	<b>Практические занятия:</b>	2	
	2. Изучение способов достижения психологической уравновешенности и ее значение для здоровья.	1	
	3. Изучение рационального питания и его значения для здоровья	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Режим дня, труда и отдыха.	1	
<b>Тема 1.2 Окружающая среда и здоровье человека</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	1	2
	<b>Практические занятия:</b>	1	
	2. Изучение основных источников загрязнения окружающей среды.	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Подготовить сообщение: Источники загрязнения окружающей среды	1	
<b>Тема 1.3. Вредные привычки человека.</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Вредные привычки	1	2
	<b>Практические занятия:</b>	1	
	2. Изучение факторов вредного воздействия на человека от употребления алкоголя, табака, наркотиков	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b> Подготовить сообщение: Вредные привычки	2	
<b>Тема 1.4 Правила и безопасность дорожного движения.</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Правила и безопасность дорожного движения	1	2
	<b>Практические занятия:</b>	3	
	2. Изучение моделей поведения пешеходов	1	



	4. Изучение моделей поведения пассажиров	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		
	Подготовить сообщение: Правила дорожного движения в черте поселка, города.	2	
<b>Тема 1.5 Брак и семья.</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	1	
	<b>Практические занятия:</b>	4	
	2. Анализ социальной роли женщины в современном обществе	1	
	3. Анализ социальной роли женщины в современном обществе	1	
	4. Изучение основных функции семьи	1	
	5. Контрольная работа: Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		
	Подготовить сообщение: Права и обязанности родителей.	2	
<b>Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения</b>		15	
<b>Тема 2.1 Классификация чрезвычайных ситуаций и правила поведения в условиях ЧС</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1	2
	<b>Практические занятия:</b>	1	
	2. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		
<b>Тема 2.2 Гражданская оборона</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	1	2
	<b>Практические занятия:</b>	2	
	2. Изучение структуры и органов управления гражданской обороной	1	
	3. Изучение структуры и органов управления гражданской обороной	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		
	Работа с конспектом	2	
<b>Тема 2.3. Современные средства поражения и их</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Современные средства поражения и их поражающие факторы.	1	2
	<b>Практические занятия:</b>	3	
	2. Изучить правила эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций	1	



поражающие факторы	4. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		
	Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны.	2	
Тема 2.4. Организация аварийно-спасательных работ	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.		2
	<b>Практические занятия:</b>	2	
	2. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.	1	
	3. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		
	Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.	2	
Тема 2.5. Угроза террористического акта	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Защита населения от чрезвычайных ситуаций	1	2
	<b>Практические занятия:</b>	2	
	2. Изучение правовых основ организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени	1	
	3. <b>Контрольная работа:</b> Государственная система обеспечения безопасности населения	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		
	Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России).	2	
<b>Раздел 3 Основы медицинских знаний</b>		37	
Тема 3.1. Понятие первой помощи.	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь	1	2
	<b>Практические занятия:</b>	2	
	2. Изучение общие правила оказания первой помощи	1	
	3. Изучение общие правила оказания первой помощи	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		
	Работа с конспектом	2	
Тема 3.2. Понятие и виды травм	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Правила первой помощи при ранениях	1	2
	<b>Практические занятия:</b>	2	



	3. Изучение правил оказания первой помощи при переломах	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		
	Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга	2	
<b>Тема 3.3</b> <b>Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания	1	2
	<b>Практические занятия:</b>	2	
	2. Изучение основных периодов развития травматического токсикоза.	1	
	3. Изучение основных периодов развития травматического токсикоза.	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		
	Работа с конспектом	2	
<b>Тема 3.4.</b> <b>Первая помощь при наружных кровотечениях.</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Первая помощь при наружных кровотечениях	1	2
	<b>Практические занятия:</b>	2	
	2. Изучение правил наложения жгута и закрутки при кровотечении.	1	
	3. Изучение правил наложения жгута и закрутки при кровотечении.	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		
	Работа с конспектом	2	
<b>Тема 3.5.</b> <b>Первая помощь при ожогах.</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Первая помощь при ожогах	1	2
	<b>Практические занятия:</b>	2	
	2. Первая помощь при термических ожогах.	1	
	3. Первая помощь при воздействии высоких температур	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		
	Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.	2	
<b>Тема 3.6.</b> <b>Первая помощь при воздействии низких температур.</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Первая помощь при воздействии низких температур	1	2
	<b>Практические занятия:</b>	1	
	2. Изучение правил первой помощи при отморожениях.	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		
	Работа с конспектом	2	

<b>Тема 3.7.</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.	1	2

<b>Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.</b>	<b>Практические занятия:</b>	2	
	2. Изучение основных приемов удаления инородных тел из дыхательных путей	1	
	3. Изучение основных приемов удаления инородных тел из дыхательных путей	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		
<b>Тема 3.8. Первая помощь при отравлениях.</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Первая помощь при отравлениях	1	2
	<b>Практические занятия:</b>	2	
	2. Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при отравлении.	1	
	3. Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при отравлении.	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		
<b>Тема 3.9. Первая помощь при отсутствии сознания.</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Первая помощь при отсутствии сознания	1	2
	<b>Практические занятия:</b>	2	
	2. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.	1	
	3. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		
Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца).	2		
<b>Тема 3.10 Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Основные инфекционные болезни	1	2
	<b>Практические занятия:</b>	2	
	2. Изучение индивидуальной и общественной профилактики инфекционных заболеваний.	1	
	3. Изучение индивидуальной и общественной профилактики инфекционных заболеваний.	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		
Инфекции, передаваемые половым путем и их профилактика.	2		
<b>Тема 3.11. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	1	
	1. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка	1	2
	<b>Практические занятия:</b>	2	
	2. Изучение особенностей питания и образа жизни беременной женщины	1	
	3. Изучение особенностей питания и образа жизни беременной женщины	1	
<b>Самостоятельная работа:</b>			

	Понятие патронажа, виды патронажей	2	
--	------------------------------------	---	--

<b>Тема 3.12. Основы ухода за младенцем.</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	2	
	1. Основы ухода за младенцем	1	2
	2. Основы ухода за младенцем		2
	<b>Практические занятия:</b>	3	
	3. Изучение основных мероприятий по уходу за младенцами.	1	
	4. Изучение основных мероприятий по уходу за младенцами.	1	
	5. <b>Контрольная работа:</b> итоговая контрольная работа	1	
	<b>Самостоятельная работа:</b>		
	Духовность и здоровье семьи. Роль физической культуры в сохранении здоровья.	2	
	Дифференцированный зачет	2	3

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

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
  - рабочее место преподавателя;
  - комплект учебно-наглядных пособий по основам безопасности жизнедеятельности;
  - таблицы по разделам основам безопасности жизнедеятельности
- Технические средства обучения:
- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
  - телевизор;
  - проектор;
  - DVD;
  - экран.

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

##### **Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

Основная литература:

1. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для общеобразовательных учреждений (базовый и профильный уровни) 10 - 11 кл. / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников ; под ред. А.Т.Смирнова. — 4-е изд., перераб. – М., 2012.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10—11 кл. Смирнов А.Т., Б.И.Мишин, П.В.Ижевский – М., 2010.
3. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 кл. / В.Н.Латчук, В.В.Марков, С.К.Миронов, С.Н.Вангородский. - 13-е изд., стереотип. - М.: Дрофа, 2012.
4. 100 вопросов — 100 ответов о прохождении военной службы солдатами и сержантами по призыву и по контракту: Сборник. – М., 2010.
5. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 10 кл. общеобразоват. учрежд. / А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, В.А.Васнев; под ред. А.Т.Смирнова. — 8-е изд., перераб. – М., 2011.

Дополнительная литература:

1. Конституция РФ.
2. Федеральные законы РФ: «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «О гражданской обороне», «О защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

3. Основы безопасности жизнедеятельности: 10-11 кл.: Учебник для общеобразовательных учреждений./ А.Т. Смирнов, М.П.Фролов, Е.Н.Литвинов – М.: «АСТ», 2010.
4. 100 вопросов и ответов о прохождении военной службы солдатами и сержантами по призыву и контракту: Н.А. Панков – М.: «Красная звезда», 2011.
5. Основы подготовки к военной службе: Васнев В. А., Чинённый С. А. Кн. для учителя. М.: Просвещение, 2010.
6. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10—11 кл. Тупикин Е. И., Смирнов А. Т.— М.: Просвещение, 2010.
7. Семейный кодекс Российской Федерации.— Любое издание.
8. Основы безопасности жизнедеятельности. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Методические рекомендации. 10 кл. – М., 2011.
9. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: тестовый контроль знаний старшеклассников: 10 —11 кл. А.Т.Смирнов, М.В.Маслов; под ред. А.Т.Смирнова. – М., 2011.
10. Большой энциклопедический словарь. – М., 1997.
11. Основы подготовки к военной службе: Кн. для учителя В.А.Васнев, С.А.Чиненный. — М., 2012.
12. Военная доктрина Российской Федерации Вестник военной информации. – 2010. – № 5.
13. Русские награды XVIII — начала XX в. / В.А.Дуров. – 2-е изд., доп. – М., 2010.
14. Дуров В.А. Отечественные награды / В.А.Дуров. — М.: Просвещение, 2010.
15. Конституция Российской Федерации (действующая редакция). Концепция национальной безопасности Российской Федерации
16. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для обучающихся. / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, Э.Н.Аюбов; под ред. А.Т.Смирнова. – М., 2010.
17. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие С.В.Петров, В.Г.Бубнов. – М., 2010.
18. Семейный кодекс Российской Федерации (действующая редакция).
19. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб. для 10—11 кл. общеобразоват. учрежд. / А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, П.В.Ижевский; под общ. ред. А.Т.Смирнова. М., 2012.
20. Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).
21. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. Топоров И.К. 10—11 кл. – М., 2010.

**Для информационно-компьютерной поддержки учебного процесса предполагается использование следующих программно-**

**педагогических средств, реализуемых с помощью компьютера:**

Для обеспечения плодотворного учебного процесса предполагается использование информации и материалов следующих Интернет – ресурсов:

- Министерство образования РФ: <http://www.informika.ru/>;  
<http://www.ed.gov.ru/> ; <http://www.edu.ru/>
- Тестирование online: 5 - 11 классы :<http://www.kokch.kts.ru/cdo/>
- Педагогическая мастерская, уроки в Интернет и многое другое:  
<http://teacher.fio.ru>
- Новые технологии в образовании:<http://edu.secna.ru/main/>
- Путеводитель«В мире науки» для школьников:  
<http://www.uic.ssu.samara.ru/~nauka/>
  
- Мегаэнциклопедия Кирилла и Мефодия: <http://mega.km.ru>
- сайты «Энциклопедий энциклопедий», например: <http://www.rubricon.ru/>;  
<http://www.encyclopedia.ru/>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате изучения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обучающийся должен:

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Знать/понимать</b>	
основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;	Практические занятия
потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;	Практические занятия
основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	Практические занятия
Основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;	Практические занятия
основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;	Практические занятия
порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;	Практические занятия
состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации	Практические занятия
основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;	Практические занятия
основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;	Практические занятия
требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;	Практические занятия
предназначение, структуру и задачи РСЧС;	Практические занятия

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