Департамент образования и науки Кемеровской области
государственное профессиональное образовательное учреждение
Беловский многопрофильный техникум

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по УР
_____А.Р. Анохина
«____»_____2016_г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебной дисциплины
БД.09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

вид подготовки: базовый

форма обучения: очная

Специальность:

13.02.07 Электроснабжение (по отраслям)

Белово
2016г.

Рабочая программа учебной дисциплины УД БД.09 Основы безопасности жизнедеятельности составлена на основании Федерального компонента государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования по Основам безопасности жизнедеятельности, утвержденном Министерством образования Российской Федерации (приказ № 1089 от 5.03.2004 г.), приказа о внесении изменений в федеральный компонент государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования по Основам безопасности жизнедеятельности (приказ № 2643 от 10.11.2011г.), примерной программы учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности технического профиля для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным институтом развития (2008г), а также рабочего учебного плана ГПОУ БМТ, утвержденного директором ГПОУ БМТ 01.07.2016г.

Основы безопасности жизнедеятельности изучается как базовый предмет**.**

Организация-разработчик: государственное профессиональное образовательное учреждение Беловский многопрофильный техникум

Составитель: преподаватель Конова Ольга Николаевна

Подпись_____ Дата «01» сентября2016г.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена
на заседании ЦМК общеобразовательного профиля
Протокол №02 от «02» сентября 2016 г.
Председатель ЦМК _____

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка
Содержание учебной дисциплины
Тематический план
Поурочно-тематический план
Задания для внеаудиторных самостоятельных работ
Рекомендуемая литература

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения в учреждениях среднего профессионального образования, реализующих образовательную программу среднего общего образования, при подготовке специалистов среднего звена.

Рабочая программа составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования по ОБЖ на базовом уровне, приказ № 1089 от 05.03.2004г. При составлении рабочей программы было изучено и учтено содержание Примерной программы по ОБЖ среднего профессионального образования (ФГУ « ФИРО» Минобрнауки России,2008), Приказа Министерства образования и науки РФ № 427 от 19.10.2009г , Приказа Министерства образования и науки РФ от 10 ноября 2011г № 2643 а также учебный план, согласованный с департаментом образования и науки Кемеровской области и утвержденный директором ГПОУ БМТ 01.07.2016.

Согласно «Рекомендациям по реализации образовательной программы среднего общего образования в образовательных учреждениях среднего профессионального образования в соответствии с федеральным базисным учебным планом и примерными учебными планами для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования» (письмо Департамента государственной политики и нормативно-правового регулирования в сфере образования Минобрнауки России от 29.05.2007 № 03-1180) основы безопасности жизнедеятельности изучаются как базовый предмет в учреждениях среднего профессионального образования СПО на 1 курсе в объёме 40 часов.

Рабочая программа ориентирована на достижение следующих целей:

- **освоение знаний** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
- **воспитание** ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества;
- **развитие** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;
- **овладение умениями** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

Основу рабочей программы составляет содержание, согласованное с требованиями федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования базового уровня.

Программа выполняет две основные функции:

– информационно-методическую, позволяющую всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития обучающихся средствами предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»;

– организационно-планирующую, предусматривающую выделение этапов обучения, структурирование учебного материала, определение его количественных и качественных характеристик на каждом из этапов, в том числе для содержательного наполнения промежуточной аттестации обучающихся.

Основными содержательными модулями программы являются: обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья; государственная система обеспечения безопасности населения; основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

В соответствии с Законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе» изучение раздела «Основы обороны государства и воинская обязанность» является обязательным только для лиц мужского пола. Для девушек в программе предусмотрен раздел «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».

Таким образом, примерная программа предоставляет возможность реализации различных подходов к построению образовательного процесса, формированию у обучающихся системы знаний, умений, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций:

умений самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность в сфере безопасной жизнедеятельности;

умений оценивать и корректировать свое поведение в окружающей среде на основе выполнения экологических требований, участвуя в проектной деятельности, учебно-исследовательской работе;

умений отстаивать свою гражданскую позицию, осознанно осуществлять выбор пути продолжения образования или будущей профессии.

В программе приведены различные варианты примерных тематических планов для организации образовательного процесса при изучении учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

В программе курсивом выделен материал, который при изучении учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» контролю не подлежит.

Рабочая программа по «Основам безопасности жизнедеятельности» изучается в СПО на базовом уровне.

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности
на базовом уровне обучающийся должен

Знать и понимать:
- 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;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- состав и предназначение Вооруженных сил Российской Федерации;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- основные права 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 подготовки призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.
- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств дополнительно Приказ Минобрнауки России от 19 октября 2009 года N 427

Уметь:
- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- владеть навыками в области гражданской обороны;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.
- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств) Приказ Минобрнауки России от 19 октября 2009 года N 427 ;
- адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья Приказ Минобрнауки России от 19 октября 2009 года N 427 ;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и

здоровья (своих и окружающих людей) Приказ Минобрнауки России от 19 октября 2009 года N 427).

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 военной службы;

- обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи;

- понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по данному учебному предмету.

(Приказ Минобрнауки России от 10 ноября 2011 года N 2643.

Обучающийся в процессе изучения дисциплины БД.09 Основы безопасности жизнедеятельности должен овладеть следующими общими компетенциями:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

Заканчивается обучение дифференцированным зачетом, который проводится в форме тестирования.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
БД.09 **Основы безопасности жизнедеятельности**

РАЗДЕЛ 1. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ

Здоровье и здоровый образ жизни .Правила и безопасность дорожного движения, как аспект сохранения здоровья(2). Общие понятия о здоровье(2). Здоровый образ жизни – основа нравственного и физического здоровья(2).

Факторы, способствующие укреплению здоровья(2). Двигательная активность и закаливание организма(2). Занятия физической культурой(2).

Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика(2).

Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности(2).

Курение и его влияние на состояние здоровья(2). Табачный дым и его составные части(2). Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему(2). Пассивное курение и его влияние на здоровье(2).

Наркотики(2). Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения(2). Социальные последствия пристрастия к наркотикам(2). Профилактика наркомании(2).

Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества(2).Правила личной гигиены. Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем.

Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика(2).

Первая медицинская помощь при травмах и ранениях(2). Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте(2). Первая медицинская помощь при остановке сердца(2

Самостоятельная работа.

Проработка конспекта по теме: Здоровье и здоровый образ жизни. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Правила и безопасность дорожного движения, как аспект сохранения здоровья.

Написание реферата по теме: «Соблюдение правил движения ж. д. транспорта – основа безопасности пассажиров и перевозки грузов.»

Письменное сообщение по теме: « Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика».

Практическая работа.

1. Оценка воздействия вредных веществ, содержащихся в воздухе. 2ч.

РАЗДЕЛ 2. ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера(2). Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.)(2).

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций(2).

Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.

Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны(2).

Структура и органы управления гражданской обороной(2).

Современные средства поражения и их поражающие факторы(2). Мероприятия по защите населения(2).

Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени(2).

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени(2).

Защитные сооружения гражданской обороны(2). Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны(2). Виды защитных сооружений(2). Правила поведения в защитных сооружениях(2).

Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций(2). Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ(2). Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения(2).

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение(2).

Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения(2).

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника(2). Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий(2).

Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени(2).

Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.

МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций(2).

Милиция в Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств(2).

Служба скорой медицинской помощи(2).

Другие государственные службы в области безопасности(2).

Самостоятельная работа.

3.Составьте план – конспект по теме: «наиболее характерных ЧС природного и техногенного характера, случившегося в вашем районе, проанализируйте причины». 1ч.

4. Подготовить сообщение по теме: «основных видах оружия массового поражения». 1ч.

5.Закрепления темы «Основные источники ЧС военного характера». 1ч.

6.Подготовить сообщение по теме «Основных видов современного терроризма». 1ч.

Практическая работа.

2. Использование средств индивидуальной защиты.

РАЗДЕЛ 3. ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА И ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ

История создания Вооруженных Сил России.

Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках(2). Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века(2). Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности(2). Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии(2).

Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение(2).

Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы(2).

Организационная структура Вооруженных Сил.

Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск(2).

Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура(2).

Военно-Воздушные Силы: история создания, предназначение, структура(2).

Военно-Морской Флот, история создания, предназначение, структура(2).

Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура(2).

Космические войска: история создания, предназначение, структура(2).

Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура(2).

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(2). Их состав и предназначение(2).

Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности(2). Реформа Вооруженных Сил(2).

Воинская обязанность.

Основные понятия о воинской обязанности(2). Воинский учет(2). Организация воинского учета и его предназначение(2). Первоначальная постановка граждан на воинский учет(2). Обязанности граждан по воинскому учету(2). Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет(2).

Обязательная подготовка граждан к военной службе(2). Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе(2).

Добровольная подготовка граждан к военной службе(2).

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).

Призыв на военную службу(2). Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих(2). Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части(2).

Прохождение военной службы по контракту(2).

Основные условия прохождения военной службы по контракту(2). Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту(2). Сроки военной службы по контракту(2). Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту(2).

Альтернативная гражданская служба(2). Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы(2). Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы(2).

Общие права и обязанности военнослужащих(2). Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная)(2).

Соблюдение норм международного гуманитарного права(2).

Военнослужащий – защитник своего Отечества.

Основные качества личности военнослужащего: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества(2).

Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой(2).

Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина(2).

Виды воинской деятельности и их особенности(2). Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск(2).

Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника(2). Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета)(2).

Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников(2).

Единоначалие – принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации(2).

Воинская дисциплина, ее сущность и значение(2). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву(2).

Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.)(2).

Как стать офицером Российской армии.

Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования(2).

Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования(2).

Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации(2).

Боевые традиции Вооруженных Сил России.

Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества(2).

Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите(2).

Дни воинской славы России – дни славных побед(2).

Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России(2).

Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений(2).

Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений(2).

Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота(2).

Символы воинской чести.

Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы(2).

Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе(2).

Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Ритуал приведения к военной присяге(2). Ритуал вручения Боевого знамени воинской части(2). Вручение личному составу вооружения и военной техники(2). Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку(2).

Самостоятельная работа.

7. Составить план – конспект на тему «Военные реформы, какова их необходимость». Обязательная подготовка граждан к военной службу, ее предназначение. 1ч.

8. Составить план – конспект на тему: «Особенности прохождения военной службы по призыву, контракту, альтернативной гражданской службы». 1ч.

9.Подготовить сообщение по теме: «Законы и другие нормативно – правовые акты регламентирующие военную службу». 1ч.

10. Подготовить сообщение по теме: «возрастание роли военной организации государства в обеспечении национальных интересов. Военные аспекты Международного гуманитарного права». 1ч.

Практическая работа.

3.Сборка и разборка автомата Калашникова.

4. Принятие положения для стрельбы .Стрельба с пневматической винтовки.

4. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Социальная роль женщины в современном обществе(2). Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества(2). Репродуктивное здоровье женщины и факторы, на него влияющие(2). Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка(2).

Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека(2). Вредные привычки и их влияние на здоровье(2). Профилактика вредных привычек и злоупотребления наркотическими веществами(2). Ранние половые связи и их последствия для здоровья(2). Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика(2).

Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья(2). Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья(2). Режим дня, труда и отдыха(2). Рациональное питание и его значение для здоровья(2).

Влияние двигательной активности на здоровье человека(2).
Закаливание и его влияние на здоровье(2). Правила личной гигиены и здоровье человека(2).

Правовые аспекты взаимоотношения полов(2). Брак и семья(2). Культура брачных отношений(2). Основные функции семьи(2). Основы семейного права в Российской Федерации(2). Права и обязанности родителей(2). Конвенция ООН «О правах ребенка»(2). Беременность и гигиена беременности(2). Уход за младенцем(2).

Самостоятельная работа.

1.Сообщение: Ранние половые связи, их последствия для здоровья. Инфекции, передаваемые половым путём, и их профилактика.
2.Проработка конспекта: Основы семейного права в РФ. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребёнка».
3.Проработка конспекта и составление вопросов: Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем

Практическая работа.

1.Составление плана самоконтроля по сохранению репродуктивного здоровья как составляющей части здоровья человека и общества.
2. Оценивание проблем здоровья человека, на основе характеристики инфекций передающихся половым путем и их профилактики.
3. Характеристика правовых основ семьи и брака

Текущий контроль.

Тестовый контроль знаний.
Контроль знаний с применением дидактического материала.

Промежуточный контроль.

Дифференцированный зачёт.

Основная литература:

1. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности [Текст]: учебник для учреждений нач. и сред. проф. образования / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – 4-е изд., стер. – М. : Издательский центр «Академия», 2014 – 320 с.
2. Фролов, М. П. Основы безопасности жизнедеятельности 10 кл. [Текст]: учеб. для общеобразоват. учреждений / М. П. Фролов, Е. Н. Литвинов, А. Т. Смирнов и др.; под ред. Ю. Л. Воробьева. – 2-е изд., испр. И доп. – М.: АСТ: Астрель, 2014. – 350, [2] с.: ил.

Дополнительная литература:

3. Латчук, В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности 10 кл.[Текст]: учеб. для общеобразоват. учреждений / В. Н. Латчук, В. В. Марков, К. С. Миронов, С. Н. Вангородский. – 9-е изд., испр. - М. : Дрофа, 2008. – 318, [2] с. : ил.
4. Марков, В. В. Основы безопасности жизнедеятельности 11 кл.[Текст]: учеб. для общеобразоват. учреждений / В. В. Марков, В. Н. Латчук, К. С. Миронов, С. Н. Вангородский. – 8-е изд., стереотип. - М. : Дрофа, 2007. – 303, [1] с. : ил.
5. Фролов, М. П. Основы безопасности жизнедеятельности 11 кл.[Текст]: учеб. для общеобразоват. учреждений / М. П. Фролов, Е. Н. Литвинов, А. Т. Смирнов и др.; под ред. Ю. Л. Воробьева. – 2-е изд., испр. И доп. – М.: АСТ: Астрель, 2009. – 318, [2] с.: ил.
6. Сапронов, Ю. Г. Безопасность жизнедеятельности [Текст]: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования/ Ю.Г. Сапронов, А.Б.Сыса В.В. Шахбазян. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2004 - 320с.

Internet-ресурсы для преподавателей-организаторов ОБЖ

Инновационноое учебное оборудование и учебные пособия http://www.zarnitza.ru/o-kompanii/

«Лига безопасного интернета» http://www.ligainternet.ru/hotline.php

Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё о Безопасности Жизнедеятельности http://www.bezopasnost.edu66.ru/

"Основы безопасности жизнедеятельности" журнал МЧС России. Информационно-методическое издание для преподавателей school-obz.org

Международная Академия наук экологии и безопасности жизнедеятельности http://www.maneb.spb.su/

Искусство выживания http://www.goodlife.narod.ru

Сайт о поведении в экстремальной ситуации http://chronicl.chat.ru/security.htm

Первая медицинская помощь http://www.meduhod.ru/deseases/firstaid.shtml

Пожарная охрана России http://www.fireman.ru/

Сайт учителя физкультуры и ОБЖ Казанкина Вячеслава Владимировича http://kazankin.siteedit.ru/testob

Сайт о борьбе с наркоманией/ http://www.narkotiki.ru/

Сайт о детской и юношеской наркомании. http://www.medline.narod.ru

Россия без наркотиков. http://www.rwd.ru

Портал детской безопасности http://www.spas-extreme.ru

Всё о комплексе «Безопасная школа» — единственной системе контроля и управления доступом для учебных заведений, прошедшей все необходимые согласования с МЧС.http://safeschool.ru/pages/243/

Сайт общественного объединения по предупреждению жестокого обращения с детьми г. Минска http://nonviolence.iatp.by

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

учебной дисциплины

БД.09 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

13.02.07 Электроснабжение (по отраслям)

Раздела темы	Наименование разделов и тем	Количество часов				
		Макси-мальной нагрузки	Самосто-ятельной нагрузки	Обязательной аудиторной		
				Всего	Практич работы	Контрольн ых работ
I КУРС						
Р – I	**Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья**	**12**	**4**	**8**	**2**	
1 - 2.	ЗОЖ – основа укрепления и сохранение личной жизни. Факторы, способствующие укреплению здоровья.			2		
3 - 4.	Алкоголь и его влияние на здоровье. Курение и его влияние на состояние здоровья			2		
5 - 6.	Наркомания и токсикомания, понятия и определения. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья Профилактика.			2		
7 - 8.	Оценка воздействия вредных веществ содержащихся в воздухе.				2	
Р – II	**Государственная система обеспечения безопасности населения**	**12**	**4**	**8**	**2**	**1**
9 - 10.	РСЧС-история, предназначение, задачи. ГО основные понятия и определения, задачи. Хар-ка наиболее вероятных ЧС в данной местности			2		
11 - 12.	Современные средства поражения и их поражающие факторы.			2		

	Оповещение и информирование населения об опасностях. Виды защитных соружений. Правила пове-дения.					
13-14	Изготовление ватно-марлевой повязки. Использование средств индивидуальной защиты. Способы иммобилизации при переломах костей.				2	
15 - 16.	Аварийно-спасательные и др. Неотложные работы. Меры безопасности населения, оказавшиеся на территории военных действий			2		
16-18	Первая медицинская помощь при ожогах и обморожениях. Пр. работа № 4					
Р - Ш	**Основы обороны государства и воинс-кая обязанность**	**36**	**12**	**24**	**6**	
19-20.	История создания ВС РФ. Вооруженные Силы России. Сухопутные войска			2		
21-22.	Военно-воздушные силы. Военно-морской флот. Ракетные войска стратегического назначения. Воздушно-десантные войска			2		
23-24.	Др. Войска: пограничные, железнодорожные, ГО. Космически е войска. Реформа ВС			2		
25 - 26.	Первоначальная постановка на воинский учет.Обязательная подготовка граждан к военной службе.			2		
27 - 28.	Призыв на срочную военную службу. Общие права и обязанности военнослужащих			2		

29 - 30.	Соблюдение норм международного гуманитарного права. Сборка и разборка автомата Калашникова.			1	1	
31 - 32.	Требования предъявляемые к индивидуально-психологическим, профессиональным и морально-зтическим качест-вам призывника .			2		
33 - 34.	Виды воинской деятельности и их особенности. Воинская дисциплина, ее сущность и значение			2		
35 - 36.	Сборка и разборка автомата Калашникова. Пр.работа №5				2	
37 -38.	Особенности воинского коллектива, повседневная жизнь. Ритуалы ВС РФ. Дружба, войсковое товарищество-основа боевой готовности			2		
39-40.	Дифференцирован-ный зачет					1
	Итого:	**60**	**20**	**40**	**10**	**1**