Министерство спорта РФ
Екатеринбургский колледж физической культуры
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Уральский государственный университет физической культуры»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
по дисциплине «**Основы безопасности жизнедеятельности**»

для специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура

Очная форма обучения
Курс – __1___
Семестр –2___
Объем в часах всего – 120
в т.ч.: лекции – 38
практические занятия – 42
лабораторные занятия –
самостоятельная работа – 40
Экзамен –__ семестр
Дифф. зачет – _2_ семестр
Курсовая работа – __ семестр

Заочная форма обучения
Курс – ___
Семестр – ___
Объем в часах всего – ___
в т.ч.: лекции – ___
практические занятия –___
лабораторные занятия –
самостоятельная работа – ___
Экзамен – __ семестр
Зачет – __ семестр
Курсовая работа – __ семестр
Контрольная работа – _семестр

Екатеринбург 2018

Программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.02 адаптивная физическая культура.

Разработчик:

Кафедра гуманитарных и социально-экономических дисциплин
преподаватель Червяков А.Е.

Рабочая учебная программа рассмотрена на заседании кафедры гуманитарных и социально-экономических дисциплин Екатеринбургского института физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО УралГУФК (протокол заседания кафедры от 07.02. 2018 №_6_)

Зав. кафедрой ГСЭД_____ /__ Шишенко Г.А
наименование кафедры подпись ФИО

Рабочая учебная программа утверждена на заседании Методического совета Екатеринбургского филиала УралГУФК (протокол от 22.03.2018_№ _7_)

Председатель Методического совета _____/М.И.Салимов
подпись

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	18
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	19

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.02 – педагог по адаптивной физической культуре.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Дисциплина «**Основы безопасности жизнедеятельности**» принадлежит циклу базовых общеобразовательных учебных дисциплин.

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

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций (согласно ФГОС) (таблица 1):

Таблица 1

Компетенции, формируемые при изучении дисциплины

Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях	ОК-3
Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся	ОК-10

В результате освоения дисциплины «ОБЖ» обучающийся должен уметь:

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам, принимать решения и действовать, обеспечивая личную безопасность;
- грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;
- пользоваться справочной литературой.

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

- основные правила безопасного поведения в повседневной жизни и в условиях чрезвычайных ситуаций, а также правила личной безопасности при угрозе террористического акта;
- организацию защиты населения в Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; в том числе организационные основы борьбы с терроризмом;
- основные принципы здорового образа жизни;
- правила оказания первой медицинской помощи;

Требования к результатам освоения основной образовательной программы

ФГОС среднего общего образования устанавливает следующие требования к результатам освоения обучающимися основной образовательной программы в части реализации среднего общего образования:

Личностные требования включают готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, антикоррупционное мировоззрение, правосознание, экологическую культуру, способность ставить цели и строить жизненные планы, способность к осознанию российской гражданской идентичности в

поликультурном социуме;

Личностные результаты освоения адаптированной основной образовательной программы должны отражать:

1) для глухих, слабослышащих, позднооглохших обучающихся:

способность к социальной адаптации и интеграции в обществе, в том числе при реализации возможностей коммуникации на основе словесной речи (включая устную коммуникацию), а также, при желании, коммуникации на основе жестовой речи с лицами, имеющими нарушения слуха;

2) для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

владение навыками пространственной и социально-бытовой ориентировки;

умение самостоятельно и безопасно передвигаться в знакомом и незнакомом пространстве с использованием специального оборудования;

способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее временно-пространственной организации;

способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

3) для обучающихся с расстройствами аутистического спектра:

формирование умения следовать отработанной системе правил поведения и взаимодействия в привычных бытовых, учебных и социальных ситуациях, удерживать границы взаимодействия;

знание своих предпочтений (ограничений) в бытовой сфере и сфере интересов.

Метапредметные требования включают освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные), способность их использования в познавательной и социальной практике, самостоятельность в планировании и осуществлении учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, способность к построению индивидуальной образовательной траектории, владение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;

Метапредметные результаты освоения адаптированной основной образовательной программы должны отражать:

1) для глухих, слабослышащих, позднооглохших обучающихся:

владение навыками определения и исправления специфических ошибок (аграмматизмов) в письменной и устной речи;

2) для обучающихся с расстройствами аутентического спектра:

способность планировать, контролировать и оценивать собственные учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации при сопровождающей помощи педагогического работника и организующей помощи тьютора;

овладение умением определять наиболее эффективные способы достижения результата при сопровождающей помощи педагогического работника и организующей помощи тьютора.

Предметным требования включают освоенные обучающимися в ходе изучения учебного предмета умения, специфические для данной предметной области, виды деятельности по получению нового знания в рамках учебного предмета, его преобразованию и применению в учебных, учебно-проектных и социально-проектных ситуациях, формирование научного типа мышления, владение научной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приемами.

Предметные результаты изучения учебного предмета "**Основы безопасности жизнедеятельности**" (базовый уровень) - требования к предметным результатам освоения базового курса основ безопасности жизнедеятельности должны отражать:

1) 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 защищенность

личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

5) знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);

7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

8) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

9) умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

10) 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;

11) знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

12) 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.

Особенности учебного процесса на базе 9 классов

Особенностью учебного процесса на базе 9 классов является классно-урочная форма обучения. Проводятся уроки: урок – освоения новых знаний, урок – закрепления пройденного материала, комбинированные уроки, проверка знаний через текущий контроль, систематический контроль, индивидуальный, групповой, фронтальный, комбинированный и итоговый контроль. Применяются карточки, игры и технические средства. Используются методы проверки знаний: наблюдение, устный контроль, письменная проверка, практическая работа.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 120 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 80 часов;

самостоятельной работы обучающегося - 40 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	***Объем часов***	
	очная форма обучения	**заочная форма обучения**
Максимальная учебная нагрузка (всего)	120	
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	80	
в том числе:		
лабораторные занятия	-	
практические занятия	42	
контрольные работы	-	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	40	
в том числе:		
Рефераты Работа с дополнительными источниками Составление презентаций Подготовка докладов	*13* *9* *9* *9*	
Итоговая аттестация в форме *дифференцированного зачета*		

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины
Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) *(если предусмотрены)*	Объем часов		Уровень освоения
1	2	3	4	5
		очная форма обучения	заочная форма обучения	
Раздел 1. Основы комплексной безопасности.				
Тема 1. Введение. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.	Содержание учебного материала	*2*		*1*
	Понятие об экстремальной ситуации. Виды экстремальных ситуаций и их последствия. Причины возникновения экстремальных ситуаций.			*2*
	Лабораторные работы	*		
	Практические занятия	*		
	Контрольные работы	*		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Причины возникновения экстремальных ситуаций». 2. Подготовка докладов по теме «Причины возникновения экстремальных ситуаций».	*1*		
Тема 2. Автономное пребывание человека в природной среде.	Содержание учебного материала	*4*		*1*
	Автономное пребывание человека в природной среде			*2*
	Лабораторные работы			
	Практические занятия			
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Автономное пребывание человека в природной среде».	*2*		
Тема 3. Практическая подготовка к автономному пребыванию в природной среде.	Содержание учебного материала			*1*
				2
	Лабораторные работы			
	Практические занятия Практическая подготовка к автономному пребыванию в природной среде.	*2*		
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка докладов по теме «Автономное пребывание человека в природной среде».	*1*		
Тема 4. Обеспечение личной безопасности на	Содержание учебного материала			*1*
				2
	Лабораторные работы			

дорогах.	Практические занятия Обеспечение личной безопасности на дорогах.	*2*		
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Обеспечение личной безопасности на дорогах». 2. Подготовка докладов по теме «Обеспечение личной безопасности на дорогах».	*1*		
Тема 5. Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.	Содержание учебного материала			*1* *2*
	Лабораторные работы			
	Практические занятия Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.	*2*		
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Пожарная безопасность».	*1*		
Тема 6. Правила личной безопасности при пожаре.	Содержание учебного материала			*1* *2*
	Лабораторные работы			
	Практические занятия Правила личной безопасности при пожаре.	*2*		
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка докладов по теме «Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности».	*1*		
Тема 7. Обеспечение личной безопасности на водоемах в различное время года.	Содержание учебного материала			*1* *2*
	Лабораторные работы			
	Практические занятия Обеспечение личной безопасности на водоемах в различное время года.	*2*		
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Обеспечение личной безопасности на водоемах в различное время года».	*1*		
Тема 8. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях.	Содержание учебного материала			*1* *2*
	Лабораторные работы			
	Практические занятия Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях.	*2*		
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях».	*1*		
Тема 9. Обеспечение личной безопасности в	Содержание учебного материала			*1* *2*
	Лабораторные работы			

криминогенных ситуациях.	Практические занятия Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.	*2*		
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка докладов по теме «Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.».	*1*		
Тема 10. Правила личной безопасности при угрозе террористического акта.	Содержание учебного материала	*4*		*1* *2*
	Правила личной безопасности при угрозе террористического акта.			
	Лабораторные работы			
	Практические занятия			
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Правила личной безопасности при угрозе террористического акта».	*2*		
Тема 11. Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности.	Содержание учебного материала			*1* *2*
	Лабораторные работы			
	Практические занятия Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности.	*2*		
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка докладов по теме «Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности.».	*1*		
Тема 12. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций.	Содержание учебного материала	*4*		*1* *2*
	Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Геофизические, геологические, метеорологические, морские гидрологические, гидрологические опасные явления, природные пожары, инфекционные заболевания людей.			
	Лабораторные работы			
	Практические занятия			
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Чрезвычайные ситуации: причины их возникновения и возможные последствия». 2. Подготовка докладов по теме «Чрезвычайные ситуации природного характера».	*2*		
Тема 13. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных	Содержание учебного материала			*1* *2*
	Лабораторные работы			
	Практические занятия Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.	*2*		
	Контрольные работы			

ситуаций природного характера.	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Чрезвычайные ситуации природного характера».	*1*		
Тема 14. Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия.	Содержание учебного материала	*4*		
	Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Транспортные аварии и катастрофы, пожары, взрывы, угрозы взрывов, аварии с выбросом (угрозой выброса) химически опасных веществ, аварии с выбросом (угрозой выброса) радиоактивных веществ, аварии с выбросом (угрозой выброса) биологических опасных веществ, внезапные обрушения зданий и сооружений, аварии на электроэнергетических системах, аварии в коммунальных системах жизнеобеспечения, гидродинамические аварии.			
	Лабораторные работы			
	Практические занятия			
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка докладов по теме «Транспортные аварии и катастрофы».	*2*		
Тема 15. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	Содержание учебного материала			*1* *2*
	Лабораторные работы			
	Практические занятия Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	*2*		
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Чрезвычайные ситуации техногенного характера».	*1*		
Тема 16. Современный комплекс проблем безопасности социального характера. Военные угрозы национальной безопасности России.	Содержание учебного материала	*2*		*1* *2*
	Военные угрозы национальной безопасности России. Чрезвычайные ситуации социального характера. Чрезвычайные ситуации мирного времени, Чрезвычайные ситуации военного времени.			
	Лабораторные работы			
	Практические занятия			
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Чрезвычайные ситуации социального характера».	*1*		
Тема 17. Характер современных войн и вооруженных конфликтов.	Содержание учебного материала			*1*
	Лабораторные работы			
	Практические занятия Характер современных войн и вооруженных конфликтов.	*2*		

	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка докладов по теме «Характер современных войн».	*1*		
Тема 18. Международный терроризм_ угроза национальной безопасности России.	Содержание учебного материала			*1* *2*
	Лабораторные работы			
	Практические занятия Международный терроризм_ угроза национальной безопасности России.	*2*		
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Международный терроризм_ угроза национальной безопасности России».	*1*		
Тема 19. Виды террористических актов, их цели и способы осуществления.	Содержание учебного материала	*4*		*1* *2*
	Виды террористических актов, их цели и способы осуществления.			
	Лабораторные работы			
	Практические занятия			
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка докладов по теме «Виды террористических актов».	*2*		
Тема 20. Наркотизм и национальная безопасность России.	Содержание учебного материала			*1* *2*
	Лабораторные работы			
	Практические занятия Наркотизм и национальная безопасность России.	*2*		
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Наркотизм».	*1*		
Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций				
Тема 21. Нормативно-правовая база Российской Федерации по обеспечению	Содержание учебного материала	*2*		*1* *2*
	Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности. Законы Российской Федерации и субъектов Российской Федерации, принимаемые Государственной Думой и законодательными органами субъектов РФ в соответствии с Конституцией РФ и регулирующие определенные сферы общественной жизни. Указы Президента РФ и постановления Правительства РФ, имеющие нормативный характер и т.д.			

безопасности личности, общества и государства.	Лабораторные работы			
	Практические занятия			
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности».	*1*		
Тема 22. Единая государственная система по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.	Содержание учебного материала	*4*		*1* *2*
	Единая государственная система по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи. Основные принципы защиты населения и территорий от ЧС. Основные задачи РСЧС. Силы и средства РСЧС. Координация деятельности.			
	Лабораторные работы			
	Практические занятия			
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Силы и средства РСЧС».	*2*		
Тема 23. МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.	Содержание учебного материала	*2*		*1*
	МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Структура МЧС. Основные задачи МЧС. Силы и средства МЧС.			
	Лабораторные работы			
	Практические занятия			
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка докладов по теме «Структура МЧС».	*1*		
Тема 24. Центральный аэромобильный спасательный отряд МЧС России (Центроспас). Поисково-спасательная служба МЧС России (ПСС).	Содержание учебного материала	*2*		*1*
	Центральный аэромобильный спасательный отряд МЧС России (Центроспас). Структура, основные задачи, силы и средства. Поисково-спасательная служба МЧС России (ПСС). Структура, основные задачи, силы и средства.			
	Лабораторные работы			
	Практические занятия			
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка докладов по теме «Поисково-спасательная служба МЧС России (ПСС)».	*1*		
Тема 25. Организационные основы борьбы с терроризмом и наркобизнесом в	Содержание учебного материала	*2*		*1*
	1. Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом. 2. Контртеррористическая операция. 3. Правила поведения при угрозе террористического акта.			
	Лабораторные работы			

Российской Федерации.	Практические занятия			
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка докладов по теме «Контртеррористическая операция».	*1*		
Тема26. Государственная политика противодействия наркотизму	Содержание учебного материала			*1*
	Лабораторные работы			
	Практические занятия Государственная политика противодействия наркотизму	*2*		
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Государственная политика противодействия наркотизму».	*1*		
Раздел 3. Основы здорового образа жизни.				
Тема 27. Здоровый образ жизни и его составляющие.	Содержание учебного материала	*2*		*1*
	Здоровый образ жизни и его составляющие			*2*
	Лабораторные работы			
	Практические занятия 1. Здоровый образ жизни. 2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. 3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.	*2*		
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека».	*2*		
Тема 28. Вредные привычки, и их влияние на здоровье.	Содержание учебного материала			*1*
	Лабораторные работы			
	Практические занятия 1. Профилактика вредных привычек. 2. Профилактика личной гигиены.	*2*		
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка докладов по теме «Вредные привычки, и их влияние на здоровье».	*1*		
Тема 29. Нравственность и здоровье.	Содержание учебного материала			*1* *2*
	Лабораторные работы			
	Практические занятия 1. Нравственность и здоровье. 2. Инфекции, передаваемые половым путем. Меры их профилактики. 3. Понятия о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции.	*2*		

	4. Семья в современном обществе. Законодательство и семья.			
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Понятия о ВИЧ-инфекции и СПИДе».	*1*		
Тема 30. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.	Содержание учебного материала			*1*
				2
	Лабораторные работы			
	Практические занятия 1. Сохранение и укрепление здоровья молодежи. 2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	*2*		
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика».	*1*		
Раздел 4. Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи				
Тема 31. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.	Содержание учебного материала			*1*
	Лабораторные работы			
	Практические занятия 1. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. 2. Первая медицинская помощь при ранениях. 3. Основные правила оказания первой медицинской помощи.	*2*		
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Основные правила оказания первой медицинской помощи».	*1*		
Тема 32. Правила остановки артериального кровотечения.	Содержание учебного материала			*1*
	Лабораторные работы			
	Практические занятия 1. Правила остановки артериального кровотечения. 2. Способы иммобилизации и переноска пострадавшего. 3. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.	*2*		
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к опросу по теме «Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.».	*1*		
Тема 33. Первая медицинская помощь при черепно-мозговой	Содержание учебного материала			*1*
	Лабораторные работы			
	Практические занятия 1. Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.	*2*		

травме, травме груди, травме живота.	2. Первая медицинская помощь при травме в области таза, при повреждении позвоночника, спины. 3. Первая помощь при остановке сердца.			
	Контрольные работы			
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка докладов по теме «Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме».	*1*		
				**
Примерная тематика курсовой работы (проекта) *(если предусмотрены)*		*		
Самостоятельная работа обучающихся над курсовой работой (проектом) *(если предусмотрены)*		*		
	Всего:	*80*		

2.3. Использование интерактивных форм обучения

Используются следующие интерактивные формы:

Ситуационные задачи, практикумы, конкурсы, военно-полевые сборы, исследовательские проекты

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Кабинет безопасности жизнедеятельности», оснащенного оборудованием и техническими средствами обучения: рабочее место преподавателя, посадочные места обучающихся (по количеству обучающихся), мебель для хранения, учебные наглядные пособия (Флаг России, наглядные плакаты по оказанию первой мед. помощи, портреты президентов России, плакаты с обозначением воинских званий), компьютер (ноутбук), видеопроекционное оборудование.

Аудитория для самостоятельной работы, оснащенная компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспеченное доступом в электронную информационно-образовательную среду.

3.2. Информационное обеспечение обучения.

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Методические материалы по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» для специальности 49.02.02 «Адаптивная физическая культура». Автор – Бучельникова А.В., 2020. – 26 с.

Дополнительные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/433376 (дата обращения: 10.02.2020).

2. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 313 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-04629-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://biblio-online.ru/bcode/433348 (дата обращения: 10.02.2020).

Рекомендуемые источники:

Методические рекомендации для студентов очной и заочной формы обучения по специальности – физическая культура и адаптивная физическая культура по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» / Авт.-сост.: А.Е.Червяков. – Екатеринбургский филиал Уральского гос. Ун-та физической культуры Екатеринбургский колледж физической культуры. Екатеринбург, 2016. – 48с.

Ястребов Г.С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф/под ред. Б. В. Кабарухина.- Ростов н/Д.: Феникс, 2012

Безопасность жизнедеятельности/под ред. Б. С. Мастрюкова.- М.: Академия, 2012

Фролов М.П. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для студентов учебных заведений среднего профессионального образования. - М.: Просвещение, 2003.

Серия «Памятка спасателя» М., 2001 а) доврачебная помощь; б) поисково-спасательные мероприятия при обрушении зданий и сооружений; в) Спасательные работы при дорожно-транспортных происшествиях; г) Спасательные работы в условиях наводнения.

Серия «Ч.П.» М., 2001 а) Оказание экстренной помощи до прибытия врача; б) личная безопасность в Ч.С. в) Безопасность в дорожно-транспортных происшествиях; г) Экстренная психологическая помощь

Некляев С.Э., Поведение учащихся в экстремальных условиях природы, М., 2004.

Ильичев А.А., Популярная энциклопедия выживания, М., 2001.

Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

1. http://www.obzh.ru – Образовательный портал ОБЖ.ру

2. https://kopilkaurokov.ru/obzh - ОБЖ - уроки, тесты, презентации, конспекты

3. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов: http://fcior.edu.ru (linkisexternal)
4. Электронно-библиотечная система Университетская библиотека Onlinehttp://biblioclub.ru/
5. Электронно-библиотечная система «Юрайт» www.biblio-online.ru

Программное обеспечение

- Операционная система ROSALinux
- Текстовый процессор и визуальный редактор HTML Writer
- Табличный процессорCalc
- Программа подготовки презентаций Impress
- Векторный графический редактор Draw
- Графический редактор GIMP.

- Интернет обозреватель MozillaFirefox
- Интернет обозреватель Chrome
- Система автоматизации учебного процесса «Автор-вуз».

Применением дистанционных образовательных технологий при проведении учебных занятий по дисциплине

Применение ДОТ допускается при наличии объективных уважительных причин (форс-мажорные обстоятельства), препятствующих обучающимися и педагогическим работниками лично присутствовать в Институте.

Преподаватель обеспечивает освоение обучающимися учебной дисциплины в дистанционном режиме в полном объеме: организует взаимодействие со студентами в ЭИОС с использованием прикладных инструментов для проведения online-занятий (Zoom, Skype и др.), а также электронной почты, социальных сетей и мессенджеров; проводят консультации со студентами согласно графику, размещенному на сайте; осуществляют текущий и промежуточный контроль результатов обучения.

Возможны следующие формы проведения занятий: проведения online-занятий с использованием прикладных инструментов (Zoom, Skype и др.); запись и размещение видеоматериалов или ссылок на них в системе «Автор-вуз»; размещение в системе «Автор-вуз» текстов лекций или презентаций лекций; размещение практических заданий в системе «Автор-вуз» с последующей их проверкой.

Проведение занятий с использованием ДОТ предполагает размещение в ЭИОС учебно-методического комплекса

Особенности организации обучения по дисциплине для инвалидов и лиц с ОВЗ

Содержание высшего образования по образовательным программам и условия организации обучения обучающихся с ОВЗ определяются адаптированной образовательной программой, а для инвалидов также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида. Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется на основе образовательных программ, адаптированных при необходимости для обучения указанных обучающихся. Обучение по образовательным программам студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ осуществляется Университетом с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся. Исходя из психофизического развития и состояния здоровья студентов - инвалидов и студентов с ОВЗ, организуются занятия совместно с другими обучающимися в общих группах, используя социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе, отражающегося в планах воспитательной

работы в Университете, а так же при разработке индивидуальных планах обучения студентов.

Обучение студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ может осуществляться индивидуально, а также *с применением дистанционных технологий*.

Дистанционное обучение обеспечивает возможность коммуникаций с преподавателем, а так же с другими обучаемыми посредством вебинаров, что способствует сплочению группы, направляет учебную группу на совместную работу, обсуждение, принятие группового решения. В учебном процессе для студентов-инвалидов и студентов с ОВЗ применяются специализированные технические средства приема-передачи учебной информации в доступных формах для студентов с различными нарушениями, обеспечивается выпуск альтернативных форматов печатных материалов (крупный шрифт), электронных образовательных ресурсов в формах, адаптированных к ограничениям здоровья обучающихся, наличие необходимого материально-технического оснащения.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**
уметь: - предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам, принимать решения и действовать, обеспечивая личную безопасность;	*Текущий контроль:* индивидуальная форма – *защита выводов докладов и сообщений,;* фронтальная форма – *устный опрос, взаимоопрос;* групповая форма – *представление и защита презентаций и докладов.* *Итоговый контроль: устный экзамен.*
- грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;	*Текущий контроль:* индивидуальная форма – *защита выводов докладов и сообщений,;* фронтальная форма – *устный опрос, взаимоопрос;* групповая форма – *представление и защита презентаций и докладов.* *Итоговый контроль: устный экзамен.*
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;	*Текущий контроль:* индивидуальная форма – *защита выводов докладов и сообщений, практических работ;* фронтальная форма – *устный опрос, взаимоопрос;* групповая форма – *представление и защита*

	презентаций и докладов. *Итоговый контроль: устный экзамен.*
- пользоваться справочной литературой. **знать:**	
- основные правила безопасного поведения в повседневной жизни и в условиях чрезвычайных ситуаций, а также правила личной безопасности при угрозе террористического акта;	*Текущий контроль:* индивидуальная форма – *защита выводов докладов и сообщений,;* фронтальная форма – *устный опрос, взаимоопрос;* групповая форма – *представление и защита презентаций и докладов.* *Итоговый контроль: устный экзамен.*
- организацию защиты населения в Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; в том числе организационные основы борьбы с терроризмом;	*Текущий контроль:* индивидуальная форма – *защита выводов докладов и сообщений,;* фронтальная форма – *устный опрос, взаимоопрос;* групповая форма – *представление и защита презентаций и докладов.* *Итоговый контроль: устный экзамен.*
- основные принципы здорового образа жизни;	*Текущий контроль:* индивидуальная форма – *защита практических работ;* фронтальная форма – *письменный опрос;* групповая форма – *совместная защита одного из способов решения.* *Итоговый контроль: устный экзамен.*
- правила оказания первой медицинской помощи;	*Текущий контроль:* индивидуальная форма – *защита выводов практической работы;* фронтальная форма – *устный опрос;* групповая форма – *организация полемики.* *Итоговый контроль: устный экзамен.*

Темы практических работ

Автономное пребывание человека в природной среде.
Практическая подготовка к автономному пребыванию в природной среде.
Обеспечение личной безопасности на дорогах.
Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.
Правила личной безопасности при пожаре.
Обеспечение личной безопасности на водоемах в различное время года.
Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях.
Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.
Правила личной безопасности при угрозе террористического акта.
Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.
Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
Военные угрозы национальной безопасности России.
Характер современных войн и вооруженных конфликтов.

Международный терроризм_ угроза национальной безопасности России.
Виды террористических актов, их цели и способы осуществления.
Наркотизм и национальная безопасность России.
Правила поведения при угрозе террористического акта.
Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.
Первая медицинская помощь при ранениях.
Основные правила оказания первой медицинской помощи.
Правила остановки артериального кровотечения.
Способы иммобилизации и переноска пострадавшего.
Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.
Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.
Первая медицинская помощь при травме в области таза, при повреждении позвоночника, спины.
Первая помощь при остановке сердца.

Контрольные вопросы к зачету

- Понятие об экстремальной ситуации
- Безопасное поведение в быту
-Безопасность в транспортно-дорожных ситуациях
- Как не стать жертвой преступления. Безопасность на улице и в городском транспорте.
-Заложники и их безопасность. Самооборона и ее пределы.
-Выживание в условиях автономного существования.
-Организация ночлега и добывание огня.
-Добывание воды и пищи. Профилактика и лечение возможных заболеваний.
-Классификация и общая характеристика чрезвычайных ситуаций.
-Основные способы обеспечения безопасности жизнедеятельности в ЧС.
-Поведение и действие при стихийных бедствиях.
-Радиационная безопасность.
-Химическая безопасность.
-Эпидемиологическая безопасность.
-Пожарная безопасность.
-Экологическая безопасность.
-Психология поведения людей в экстремальной ситуации.
-Самовоспитание физических качеств.

Эксперты:

_____	_____	_____
(место работы)	(занимаемая должность)	(инициалы, фамилия)
_____	_____	_____
(место работы)	(занимаемая должность)	(инициалы, фамилия)

Приложение 1

Формы и критерии оценки контроля для различных видов деятельности (для дисциплины с зачетом)

Виды деятельности	Тема	баллы	
		min	max
Модуль 1. Основы комплексной безопасности.		**16,0**	**32,0**
Контроль			
Посещение занятий	Посещение одного занятия – 0,53 балла		**7,8**
Тестирование.	Основы комплексной безопасности.	**4,0**	**8,0**
Работа на практическом занятии	Практическая подготовка к автономному пребыванию в природной среде.	**0,3**	**0,6**
	Обеспечение личной безопасности на дорогах.	**0,3**	**0,6**
	Правила личной безопасности при пожаре.	**0,3**	**0,6**
	Обеспечение личной безопасности на водоемах в различное время года.	**0,3**	**0,6**
	Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях.	**0,3**	**0,6**
	Правила личной безопасности при угрозе террористического акта.	**0,3**	**0,6**
	Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности.	**0,3**	**0,6**
	Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.	**0,3**	**0,6**
	Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	**0,3**	**0,6**
	Международный терроризм_ угроза национальной безопасности России.	**0,3**	**0,6**
	Виды террористических актов, их цели и способы осуществления	**0,3**	**0,6**
	Наркотизм и национальная безопасность России.	**0,3**	**0,6**
	Государственная политика противодействия наркотизму	**0,3**	**0,6**
Самостоятельная работа			
Анализ нормативных документов	Изучение ФЗ.	**4,0**	**8,0**
Подготовка сообщений, докладов и рефератов	Военные угрозы национальной безопасности России.	**1,3**	**2,7**
	Терроризм	**1,3**	**2,7**
	Профилактика наркомании.	**1,3**	**2,7**
Модуль 2. Основы здорового образа жизни. Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи		**16,0**	**32,0**
Контроль			
Посещение занятий	Посещение одного занятия – 0,53 балла		**8,2**

Тестирование	Основы здорового образа жизни. **Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи**	**4,0**	**8,0**
Работа на практическом занятии	Здоровый образ жизни. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.	**0,6**	**1,1**
	Профилактика вредных привычек. Профилактика личной гигиены.	**0,6**	**1,1**
	Нравственность и здоровье. Инфекции, передаваемые половым путем. Меры их профилактики. Понятия о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции. Семья в современном обществе. Законодательство и семья.	**0,6**	**1,1**
	Сохранение и укрепление здоровья молодежи. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	**0,6**	**1,1**
	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая медицинская помощь при ранениях. Основные правила оказания первой медицинской помощи.	**0,6**	**1,1**
	Правила остановки артериального кровотечения. Способы иммобилизации и переноска пострадавшего. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.	**0,6**	**1,1**
	Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота. Первая медицинская помощь при травме в области таза, при повреждении позвоночника, спины. Первая помощь при остановке сердца.	**0,6**	**1,1**
Самостоятельная работа			
Анализ нормативных документов	Изучение ФЗ.	**4,0**	**8,0**
Подготовка сообщений, докладов и рефератов	Здоровый образ жизни.	**1,0**	**2,0**
	Нравственность и здоровье.	**1,0**	**2,0**
	Семья в современном обществе.	**1,0**	**2,0**
	Сохранение и укрепление здоровья молодежи	**1,0**	**2,0**
		60	**100**