



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ  
«УЧИЛИЩЕ ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБПОУ Республики Марий Эл «УОР»  
\_\_\_\_\_ Н.В. Беткузина  
30.08.2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОДб.12 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
по специальности **49.02.01 Физическая культура**

2022

Документ подписан электронной подписью.

## РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА

Педагогическим советом

Протокол № \_\_\_\_\_

«30» 08 2022 г.

Председатель Педагогического совета

\_\_\_\_\_ /Н.В. Беткузина

Рабочая программа учебной дисциплины ОДб.12 *Основы безопасности жизнедеятельности* (далее - *ОБЖ*) разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее - ФГОС) среднего профессионального образования (далее - СПО) по специальности 49.02.01 *Физическая культура* (утв. приказом Минобрнауки Российской Федерации № 976 от 11 августа 2014 г.) и ФГОС среднего общего образования (утв. приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 г. № 61828, ред. от 25.12.2020) с учетом получаемой специальности СПО, на основании Примерной программы учебного предмета «*Основы безопасности жизнедеятельности*»

Организация-разработчик: ГБПОУ Республики Марий Эл «УОР».

Разработчик:

Баранов С.Д., преподаватель-организатор основ БЖД ГБПОУ Республики Марий Эл «УОР».

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
	ОДБ.12 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ	
1.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
2.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	19
3.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	23

## 1. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### 1.1 Место общеобразовательной дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Рабочая программа учебной дисциплины *ОДб.12 Основы безопасности жизнедеятельности* предназначена для изучения основ защиты человека в техносфере от негативных воздействий антропогенного и естественного происхождения и достижений комфортных условий жизнедеятельности, изучения основ здорового образа жизни, поведения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, а также основ военной службы, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования, при подготовке специалистов среднего звена.

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО *49.02.01 Физическая культура*.

Учебная дисциплина «**Основы безопасности жизнедеятельности**» является обязательной частью общеобразовательного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессии: *педагог по физической культуре и спорту*.

### 1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины *ОДб.12 «Основы безопасности жизнедеятельности»*

*Цели:*

- разработка и реализация мер защиты человека и среды обитания от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- прогнозирования развития и оценки последствий чрезвычайных ситуаций;
- принятия решений по защите населения и территорий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий применения современных средств поражения, а также принятия мер по ликвидации их воздействий;
- выполнения конституционного долга и обязанности по защите Отечества в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих компетенций:

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

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются личностные (ЛР), метапредметные (МР), предметные для базового уровня изучения (ПРб) результаты в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования:

Коды результатов	Планируемые результаты освоения дисциплины включают
ЛР 03	Готовность к служению Отечеству, его защите
ЛР 11	Принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков
ЛР 12	Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь
ЛР 13	Осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации

	собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем
ЛР 14	Сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности
МР 01	Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях
МР 02	Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты
МР 03	Владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания
МР 04	Готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников
МР 05	Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности
МР 06	Умение определять назначение и функции различных социальных институтов
МР 07	Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей
ПРб 01	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
ПРб 02	Знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз
ПРб 03	Сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения
ПРб 04	Сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности
ПРб 05	Знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера
ПРб 06	Знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.)
ПРб 07	Знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций
ПРб 08	Умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные

	информационные источники
ПРб 09	Умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях
ПРб 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
ПРб 11	Знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе
ПРб 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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

предпринимать профилактические меры для снижения опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;

использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

применять первичные средства пожаротушения;

ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;

применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;

владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

оказывать первую помощь пострадавшим.

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

принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;

основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;

основы военной службы и обороны государства;

задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;

меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;

основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;

Документ подписан электронной подписью.

область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;

порядок и правила оказания первой медицинской помощи.

**1.3. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальная учебная нагрузка обучающегося - 89 часов, в том числе:

обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося - 59 часов;

самостоятельная работа обучающегося - 30 часов;

Документ подписан электронной подписью.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Учебная нагрузка обучающихся</b>	<b>Объем в часах</b>
<b>Максимальная</b>	89
<b>Самостоятельная</b>	30
<b>Обязательная:</b>	
Всего	59
в том числе:	
лекции, уроки	38
практические занятия	20
курсовая работа (проект)	
<b>Формы промежуточной аттестации:</b>	
<i>дифференцированный зачет (2 семестр)</i>	1



## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОДб.12 ОБЖ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья</b>			<b>8</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
<b>Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни.</b>	1	<p>Общие понятия о здоровье. Значение здоровья при допуске к профессиональным работам. Медицинский осмотр. Особенности и профилактика профессиональных заболеваний. Риск профессиональных заболеваний и способы их профилактики. Рациональное питание и его значение для здоровья. Забота о жизни и здоровье специалистов при проведении работ на производственных участках. Региональные условия для занятия спортом и оздоровления граждан. Влияние вредных привычек на профессиональное долголетие.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> чтение текста, работа над конспектом лекции</p>	2	ПРб 01, ПРб 04, ПРб 05 ЛР 12, ЛР 13, МР 01, МР 02 ОК ...
<b>Тема 1.2. Психологическое здоровье.</b>	1	<p>Угроза снижения психологического здоровья населения, роста психических расстройств и заболеваний. Рост преступлений на основе психических отклонений, в том числе в молодежной среде. Инфантилизм молодого поколения.</p> <p>Требования к психическим и морально-этическим качествам человека. Основные понятия о психологической совместимости членов группы, бригады, коллектива. Диагностика и доврачебная помощь при истерии, шоке, панической атаке.</p> <p>Влияние психоактивных веществ на здоровье человека. Профилактика употребления психоактивных веществ.</p> <p>Влияние двигательной активности на эмоциональное состояние человека.</p> <p>Личная гигиена и ее значение для психологического здоровья человека.</p> <p>Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.</p> <p><i>Самостоятельная работа:</i> чтение текста, работа над конспектом лекции</p>	2	ПРб 06, ПРб 08, ЛР 11, ЛР 12, МР 02 ОК ...
<b>Тема 1.3. Правила и безопасность дорожного движения. Безопасное пользование всеми</b>		<p>Правила содержания и эксплуатации техники. Техника безопасности. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешехода, велосипедиста, пассажира и водителя транспортного средства при организации дорожного движения. Отработка моделей поведения при ЧС на транспорте, на производстве, в цеху, при транспортировке и настройке инфокоммуникационных сетей. Средства и методы самообороны. Отработка навыков самообороны при нападении в подъезде, в лифте, в замкнутом пространстве, на улице.</p>	2	ПРб 01, ПРб 05, ПРб 07, ПРб 09 ЛР 14, МР 01, МР 03, МР 04 ОК ...

<b>средствами передвижения.</b>				
		<i>Самостоятельная работа:</i> чтение текста, работа над конспектом лекции.	2	
		<b>Практическое занятие 1.</b> Отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.	2	
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.</b>			<b>14</b>	
<b>Тема 2.1 Изучение и отработка моделей поведения при ЧС.</b>	1	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характер, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайной ситуации. Отработка поведения при ЧС. Умение организовать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии: ЧС или катастрофа. Вынос пострадавшего из задымленного помещения.	2	Прб 07, ПРб 09, ЛР 11, МР 05, МР 03  ОК ...
		<i>Самостоятельная работа:</i> чтение текста, работа над конспектом лекции.	2	
<b>Тема 2.2 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</b>	1	История создания единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС: ее предназначение, структура, задачи. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Структура и органы управления гражданской обороны. Изучение первичных средств пожаротушения. Отработка навыков оказания помощи пострадавшим при асфиксии, ожогах. Отработка порядка и правил действий при пожаре с использованием первичных средств пожаротушения	2	Прб 07, ПРб 09, ЛР 11, МР 05, МР 07  ОК ...
		<i>Самостоятельная работа:</i> чтение текста, работа над конспектом лекции.	2	
<b>Тема 2.3 Современные средства поражения и их поражающие факторы.</b>	1	Классификация средств поражения. Химическое, ядерное, бактериологическое оружие. Средства коллективной и индивидуальной защиты: порядок и правила их использования. Виды защитных сооружений. Эвакуация населения. Умение определять количество необходимого оборудования для защиты коллектива от поражающих факторов. Отработка навыков пользования СИЗ. Сдача нормативов по надеванию противогаза, общевойскового защитного костюма, средств индивидуальной защиты.	2	ПРб 05, Прб 07, МР 02  ОК ...
		<i>Самостоятельная работа:</i> чтение текста, работа над конспектом лекции.	2	
<b>Тема 2.4 Правила безопасного поведения при угрозе</b>	1	Понятие о терроре, террористическом акте. Опасности террористического акта. Психология террористов. Модели поведения при стрельбе, при захвате в качестве заложника.	2	Прб 01, Прб 03, ПРб 05, ПРб 08, МР 02 ЛР 11, ЛР 12 Прб 07, ПРб 09,

<b>террористическо го акта.</b>				ЛР 13, МР 05, МР 07 ОК ...
		<i>Самостоятельная работа:</i> чтение текста, работа над конспектом лекции.	2	
		<b>Практическое занятие 2.</b> Изучение и отработка моделей поведения при ЧС.	2	
		<b>Практическое занятие 3.</b> Отработка навыков пользования СИЗ: противогаз, ватно-марлевая повязка ,респиратор). Сдача нормативов по надеванию противогаза, общевойскового защитного костюма.	2	
		<b>Практическое занятие 4.</b> Отработка порядка и правил действий при пожаре с использованием первичных средств пожаротушения.	2	
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.</b>			<b>12</b>	
<b>Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России.</b>	1	Организация вооруженных сил Московского государства. Военные реформы: Ивана Грозного; ПетраI; Реформа 19 века. Советские вооруженные силы их структура и предназначение. Современная военная реформа. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации: виды ВС РФ (сухопутные войска, воздушно-космические силы, военно-морской флот); рода войск (ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска). Их предназначение. Воинские звания. Знаки отличия	2	ПР6 02, ПР6 10, ПР6 11, ЛР01, ЛР02, ЛР03, МР 05  ОК ...
		<i>Самостоятельная работа:</i> чтение текста, работа над конспектом лекции.	2	
<b>Тема 3.2. Воинская обязанность и воинский учет.</b>	1	Основные понятия воинской обязанности и воинского учета. Постановка граждан на воинский учет. Категории годности. Медицинское освидетельствование граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Альтернативная гражданская служба. Служба по контракту.	2	ПР6 10, ПР6 11 ЛР 03, МР 01, МР 04
		<i>Самостоятельная работа:</i> чтение текста, работа над конспектом лекции.		ОК ...

<p><b>Тема 3.3. Гражданская оборона- составляющая часть оборонеспособно сти страны.</b></p>	<p>1</p>	<p>Предназначение и задачи гражданской обороны по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.</p>	<p>2</p>	<p>ПР6 10, ПР6 11 ЛР 03, МР 01, МР 04  ОК ...</p>
		<p><i>Самостоятельная работа:</i> чтение текста, работа над конспектом лекции.</p>	<p>2</p>	
<p><b>Тема 3.4. Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.</b></p>	<p>1</p>	<p>Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.</p>	<p>2</p>	<p>ПР6 10, ПР6 11 ЛР 03, МР 01, МР 04  ОК ...</p>
		<p><i>Самостоятельная работа:</i> чтение текста, работа над конспектом лекции.</p>	<p>2</p>	
<p><b>Тема 3.5. Организация проведения аварийно- спасательных работ в зоне ЧС.</b></p>	<p>1</p>	<p>. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации. Организация гражданской обороны в общеобразовательной организации, её предназначение и задачи. План гражданской обороны общеобразовательной организации. Обязанности учащихся.</p>	<p>2</p>	<p>ПР6 10, ПР6 11 ЛР 03, МР 01, МР 04  ОК ...</p>

		<i>Самостоятельная работа:</i> чтение текста, работа над конспектом лекции.	2	
<b>Тема 3.6. Боевые традиции и ритуалы ВС РФ.</b>	1	Патриотизм и верность воинскому долгу-качества защитника Отечества. Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. Исторические примеры воинских традиций. Воинский ритуал – это воинские обряды, торжественные церемонии, совершаемые при повседневной деятельности и в торжественных случаях.	2	ПРб 10, ПРб 11 ЛР 03, МР 01, МР 04  ОК ...
		<i>Самостоятельная работа:</i> чтение текста, работа над конспектом лекции.	2	
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний.</b>			<b>24</b>	
<b>Тема 4.1 Понятие первой помощи.</b>	1	Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».	2	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 05  ОК ...
		<i>Самостоятельная работа:</i> чтение текста, работа над конспектом лекции.	2	
<b>Тема 4.2 Оказание первой помощи при остановке</b>	1	Порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим. Алгоритм оказания первой помощи при остановке сердца и асфиксии.	2	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 05

<b>сердца, искусственная вентиляция легких.</b>				ОК ...
		<i>Самостоятельная работа:</i> чтение текста, работа над конспектом лекции.	2	
		<b>Практическое занятие 5.</b> Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственной вентиляции лёгких.	2	М Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 05  ОК ...
<b>Тема 4.3 Понятие травм и их виды.</b>	1	Отработка навыков наложения повязок. Оказание помощи при ранениях. Работа в группах. Наложение шин. Первая помощь при проникающих ранениях грудной клетки, брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах, травматизме на производстве. Помощь при электротравмах и ударах молнией.	2	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 05  ОК ...
		<b>Практическое занятие 6.</b> Способы иммобилизации и переноски пострадавшего.	2	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 05  ОК ...
<b>Тема 4.4. Понятие и виды кровотечений.</b>	1	Отработка навыков оказания первой помощи при кровотечении. Наложение повязок, жгута, закрутки. Правила оказания помощи при кровотечениях. Личная безопасность при оказании помощи. Оказание помощи при венозном, капиллярном, артериальном, смешанном и внутреннем кровотечении.	2	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 05  ОК ...
		<b>Практическое занятие 7.</b> Оказание первой помощи при электротравмах.	2	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 05

				ОК ...
<b>Тема 4.5 Первая помощь при ожогах, при воздействии низких температур.</b>	1	Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах, при химических ожогах. Основные признаки теплового удара. Основные степени отморожений. Порядок оказания помощи.	2	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 05  ОК ...
<b>Тема 4.6 Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути.</b>	1	Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Отработка навыков выполнения приема Геймлиха. Оказание помощи при удушье детей. Отработка мероприятий по оказанию помощи при отравлении. Острое и хроническое отравление.	2	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 05  ОК ...
		<b>Практическое занятие 8.</b> Отработка основных приёмов удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.	2	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 05  ОК ...
		<b>Практическое занятие 9.</b> Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.	2	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 05  ОК ...
		<b>Практическое занятие 10.</b> Решение ситуационных задач.	2	Прб 07, ПРб 12 ЛР 12, МР 01, МР 04, МР 05

		ОК ...
<p><b>Тематика индивидуальных проектов по УД (примерная)</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Способы подготовки человека к автономному существованию.</li> <li>2. Правила личной безопасности при пожаре.</li> <li>3. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях и природной среде.</li> <li>4. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью.</li> <li>5. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.</li> <li>6. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.</li> <li>7. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.</li> <li>8. Терроризм как основная социальная опасность современности.</li> <li>9. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в качестве заложника.</li> <li>10. Чрезвычайные ситуации военного времени.</li> <li>11..Дни воинской славы России.</li> <li>12. Современные средства поражения и их поражающие факторы.</li> <li>13..Оповещение и информирование населения об опасности.</li> <li>14.Боевые традиции и ритуалы Вооружённых Сил России.</li> <li>15.Оказание первой помощи при бытовых травмах.</li> <li>16.Оказание первой помощи при кровотечениях.</li> <li>17. Профилактика инфекционных заболеваний.</li> <li>18.Основы обороны государства.</li> <li>19.Символы воинской чести.</li> <li>20.Военная форма одежды и знаки различия.</li> </ol>		
<b><i>Дифференцированный зачет</i></b>		<b><i>1</i></b>
<b>ВСЕГО</b>		<b>89</b>



### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**3.1.** Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «*Основы безопасности жизнедеятельности*», оснащенный оборудованием<sup>1</sup>:

многофункциональный комплекс преподавателя;

наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов, портретов выдающихся ученых в области обеспечения безопасной жизнедеятельности населения и др.);

тренажер для отработки действий при оказании помощи в воде;

имитаторы ранений и поражений;

образцы аварийно-спасательных инструментов и оборудования (АСИО), средств индивидуальной защиты (СИЗ): противогаз ГП-7, респиратор Р-2, защитный костюм Л-1, общевойсковой защитный костюм, общевойсковой прибор химической разведки, компас-азимут; дозиметр бытовой (индикатор радиоактивности);

учебно-методический комплект «Факторы радиационной и химической опасности» для изучения факторов радиационной и химической опасности; •

образцы средств первой медицинской помощи: индивидуальный перевязочный пакет ИПП-1; жгут кровоостанавливающий;

аптечка индивидуальная АИ-2; комплект противоожоговый; индивидуальный противохимический пакет ИПП-11; сумка санитарная; носилки плащевые;

образцы средств пожаротушения (СП);

макеты: встроенного убежища, быстровозводимого убежища, противорадиационного укрытия, а также макеты местности, зданий и муляжи;

макет автомата Калашникова;

электронный стрелковый тренажер;

обучающие и контролирующие программы по темам дисциплины;

комплекты технической документации, в том числе паспорта на средства обучения, инструкции по их использованию и технике безопасности;

библиотечный фонд,

техническими средствами обучения:

информационно-коммуникативные средства;

экранно-звуковые пособия;

---

<sup>1</sup> Письмо Министерства образования и науки РФ от 24.11.2011 № МД-1552/03 «Об оснащении общеобразовательных учреждений учебным и учебно-лабораторным оборудованием».

тренажеры для отработки навыков оказания сердечно-легочной и мозговой реанимации с индикацией правильности выполнения действий на экране компьютера и пульте контроля управления — роботы-тренажеры типа «Гоша» и др.;

## **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

### **3.2.1. Основные издания**

1. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебное пособие для среднего профессионального образования / Я. Д. Вишняков [и др.] ; под общей редакцией Я. Д. Вишнякова. – Москва : Издательство Юрайт, 2019. – 249 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-01577-5. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/43460>

2. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 399 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-02041-0. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/45078>

3. Бочарова, Н. И. Педагогика дополнительного образования. Обучение выживанию: учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. И. Бочарова, Е. А. Бочаров. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 174 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-08521-1. – Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/454510>

4. Долгов, В. С. Основы безопасности жизнедеятельности : учебник / В. С. Долгов. – Санкт-Петербург : Лань, 2020. – 188 с. – ISBN 978-5-8114-3928-7. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/133903>

5. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений сред. проф. образования/Н.В.Косолапова, Н.А. Прокопенко, Побежимова Е.Л — М.: Издательский центр «Академия», 2017. -368 с.

6. Пантелеева, Е. В. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / Е. В. Пантелеева, Д. В. Альжев. – 2-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2019. – 287 с. – ISBN 978-5-9765-1727-1. – Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. – URL: <https://e.lanbook.com/book/119416>

### **3.2.2. Дополнительные источники**

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993)

2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

3. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.

4. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.

5. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.

6. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.

7. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.

8. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.

9. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.

10. Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.

11. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.

12. Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2011. — № 47.

13. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2012.

14. Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. — М., 2013.

15. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. — М., 2012.

16. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2013.

17. Микрюков В.Ю. Основы военной службы: учебник для учащихся старших классов сред. образовательных учреждений и студентов сред. спец. учеб. заведений, а также преподавателей этого курса. — М., 2014

18. Назарова Е.Н., Жилев Ю.Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.

19. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2013 <http://anty-crim.boxmail.biz> Искусство выживания

20. <http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь

21. <http://www.meduhod.ru> Портал детской безопасности

22. <http://www.spas-extreme.ru> Россия без наркотиков

23. <http://www.obzh.info> информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).

24. <http://www.school-obz.org/> Информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности

25. <http://kombat.com.ua/stat.html> Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях

26. <http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1132/index.htm> Автономное существование в природе – детям

27. <http://www.mnr.gov.ru> Министерство природных ресурсов и экологии Российской Федерации (Минприроды России)

28. <https://www.gosnadzor.ru> Федеральная служба по экологическому, технологическому и атомному надзору (Ростехнадзор)

29. <http://www.mchs.gov.ru> Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России)

30. <http://www.mzsrff.ru> Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации (Минздравсоцразвития России)

31. <http://www.rostrud.info> Федеральная служба по труду и занятости (Роструд)

32. <http://www.gsen.ru> Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор)

33. <http://www.safety.ru> ОАО НТЦ «Промышленная безопасность».

34. <http://www.risot.safework.ru> Российская Информационная Система Охраны Труда (РИСОТ)

35. <http://www.mspsng.org> Межгосударственный совет по промышленной безопасности

36. <http://www.ilo.org> Международная организация труда (МОТ)

### **3.3.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

<b>Результаты обучения</b>	<b>Методы оценки</b>
ПР6 01	Тестирование
ПР6 02	Тестирование
ПР6 03	Эссе по проблемам
ПР6 04	Тестирование, эссе по проблемам
ПР6 05	Тестирование Оценка результатов выполнения практической работы
ПР6 06	Тестирование
ПР6 07	Оценка результатов выполнения практической работы
ПР6 08	Оценка результатов выполнения практической работы
ПР6 09	Оценка результатов выполнения практической работы
ПР610	Тестирование
ПР6 11	Тестирование
ПР612	Оценка результатов выполнения практической работы

Документ подписан электронной подписью.

### 3.4. Календарно-тематический план учебной дисциплины

Номер занятия	Календарные сроки изучения темы, номер учебной недели	Наименование темы	Количество часов на занятие		Учебная литература и задания для студентов	Самостоятельная работа студентов
			всего	в т.ч. практич. занятия		
<b>Раздел 1. Основы личной безопасности и сохранения здоровья.</b>			<b>8</b>	<b>2</b>		<b>30</b>
1		Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни..	2		Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности (17-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	2
2		Тема 1.2. Психологическое здоровье.	2		Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности (17-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	2
3		Тема 1.3. Правила и безопасность дорожного движения. Безопасное пользование всеми средствами передвижения..	2		Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности (17-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	2
4		ПЗ 1. Отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.		2		
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.</b>			<b>14</b>	<b>6</b>		
5		Тема 2.1. Изучение и отработка моделей поведения при ЧС.	2		Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности (17-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	2
6		Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.	2		Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности (17-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	2
7		Тема 2.3. Современные средства поражения и их поражающие факторы.	2		Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности (17-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	2
8		Тема 2.4. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.	2		Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности (17-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	2

Документ подписан электронной подписью.

9		ПЗ 2. Изучение и отработка моделей поведения при ЧС.		2		
10		ПЗ 3. Отработка навыков пользования СИЗ(средств индивидуальной защиты).		2		
11		ПЗ. 4. Отработка порядка и правил действий при пожаре с использованием первичных средств пожаротушения.		2		
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и военная обязанность.</b>			<b>12</b>			
12		Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России.	2		Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности (17-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	2
13		Тема 3.2. Военская обязанность и воинский учёт..	2		Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности (17-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	2
14		Тема 3.3 Гражданская оборона-составляющая часть обороноспособности страны..	2		Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности (17-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	2
15		Тема 3.4. Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени.	2		Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности (17-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	2
16		Тема 3.5. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС.	2		Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности (17-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	2
17		Тема 3.6. Боевые традиции и ритуалы ВС РФ.	2		Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности (17-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	2
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний.</b>			<b>24</b>	<b>12</b>		
18		Тема 4.1. Понятие первой помощи.	2		Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности (17-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	2
19		Тема 4.2. Оказание первой помощи при остановке сердца,искусственной вентиляции лёгких.	2		Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности (17-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	2
20		ПЗ 5. Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственной вентиляции лёгких		2		
21		Тема 4.3. Понятие травм и их виды.	2			

Документ подписан электронной подписью.

22		П.З. 6 Способы иммобилизации и переноски пострадавшего..		2		
23		Тема 4.4. Понятие и виды кровотечений.	2		Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности (17-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	
24		ПЗ 7. Оказание первой помощи при электротравмах.		2		
25		Тема 4.5. Первая помощь при ожогах, при воздействии низких температур..	2		Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности (17-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	
26		Тема 4.6. Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути.	2		Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности (17-е изд.) учебник - М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2018	
27		ПЗ 8. Отработка основных приёмов удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.		2		
28		ПЗ 9. Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.		2		
29		ПЗ 10. Решение ситуационных задач.		2		
30		<i>Дифференцированный зачет</i>	<b>1</b>			
		<i>Всего:</i>			89	



**Фонды оценочных средств по специальности «49.02.01 физическая культура».**

Фонды оценочных средств (далее – ФОС) представлены в виде междисциплинарных заданий, направленные на контроль качества и управление процессами достижения ЛР, МР и ПР, а также создание условий для формирования ОК и (или) ПК у обучающихся посредством промежуточной аттестации. ФОС разрабатываются с опорой на синхронизированные образовательные результаты, с учетом профиля обучения, уровня освоения общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» и профессиональной направленности образовательной программы по специальности «49.02.01 физическая культура».

Таблица

№ раздела, темы	Коды образовательных результатов (ЛР, МТР, ПР, ОК, ПК)	Варианты междисциплинарных заданий
<b>Раздел № 1. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья</b>		
<b>Тема 1.1</b> Здоровье и здоровый образ жизни	ЛР 03, ЛР 08, ЛР 09, ЛР 11, ЛР 12, ЛР 14, МР 01, МР 03, МР 07, МР 09, ПР6.01, ПР6.04, ПР6.05, ПР6.06, ПР6.07, ПР6.08, ПР6.09, ПР6.10, ПР6.12	Продолжение жизни как закон и смысл человека и общества. Как взаимосвязана работа преподавателя физической культуры со смыслом жизни человека? Планирование действий на ближайшие 5-10 лет. Саморазвитие личности-преподавателя физической культуры.
<b>Тема1.2</b> Психологическое здоровье		Осознанность как фактор повышения безопасности личности и общества. Безопасность в работе преподавателя физической культуры.

<p><b>Тема 1.3</b> Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.</p>	<p>ЛР 03, ЛР 08, ЛР 09, ЛР 11, ЛР 12, ЛР 14, МР 01, МР 03, МР 07, МР 09, ПР6.01, ПР6.04, ПР6.05, ПР6.06, ПР6.07, ПР6.08, ПР6.09, ПР6.10, ПР6.12</p>	<p>Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. Расчет калорий для преподавателя физической культуры</p> <p>Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. На основе особенностей труда и затрат энергии в будущей профессиональной деятельности (при занятиях спортом). Рассчитать калории необходимые для эффективной работы преподавателя физкультуры. Выявить Достоинства и недостатки представленного меню на день. Выяснить есть ли продукты питания, назначенные за вредность производства. Предоставить отчет о проделанной работе.</p> <p>Экскурсия в школу олимпийского резерва.</p> <p>Проведите исследование территории школы Олимпийского резерва на предмет, нарушения техники безопасности. Проверить наличие огнетушителей. Изучить журналы по технике безопасности. Составить отчет о проделанной работе. Представить алгоритм действий по решению возникших проблем и устранения недостатков.</p>
<p><b>Тема 1.4</b> Правила и безопасность дорожного движения. Безопасное пользование всеми средствами передвижения.</p>	<p>, ЛР 07, ЛР 04, МР 02 РП6 01, ПР6 05, ПР6 08, ПР6 12ОК 07, ОК 04</p>	<p>Отработка моделей поведения при ЧС на транспорте, на производстве, при погрузке и разгрузке спортивного инвентаря.</p> <p>Изучите правила содержания и эксплуатации техники. Вспомните технику безопасности при погрузке и разгрузке спортивного инвентаря. Изучения инструкций по технике безопасности при занятиях спортом. . Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешехода, велосипедиста, пассажира и водителя транспортного средства. При организации дорожного движения. Разберите ситуацию представьте алгоритм действий.</p> <p>Учебное учреждение организовало вело-кросс среди обучающихся. НА одном из отрезков трассы участникам пришлось выезжать на проезжую часть. Один из водителей проигнорировал ограждения трассы и выехал на проезжую часть, в следствие чего допустил наезд на вело-гонщика. Кто прав в данной ситуации? Какие правила ПДД были нарушены? Какая ответственность предусмотрена в данной ситуации? Дайте письменный ответ на вопрос. Ваше отношение к поступку подростков?</p> <p>Отработка навыков самообороны при нападении в подъезде, в лифте, в замкнутом</p>

		<p>пространстве, на улице. Изучите законодательную базу по вопросу допустимой самообороны. Приведите примеры самообороны. Проанализируйте ситуацию и предложите алгоритм действий при самообороне. Ситуация- на остановке общественного транспорта на малолетнего ребенка напал мужчина 50 лет. Крепко держит ребенка, избивает его. Ребенок кричит и плачет. Окружающие не вмешиваются, думая что это родственник, выясняет отношения. Девушка подросток вмешалась в ситуацию. Вызвала полицию, одновременно с этим пыталась оттащить мужчину от ребенка, била его и отвлекла его на себя. Приехавший наряд выяснил, что эти люди не родственники. Девушка спасла жизнь ребенку. Отработка навыков самообороны при нападении в подъезде, в лифте, в замкнутом пространстве, на улице.</p>
<p><b>Раздел № 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b></p>		
<p><b>Тема 2.1</b> Изучение и отработка моделей поведения при ЧС.</p>	<p>ЛР 03, ЛР 09, ЛР 11, ЛР 12, МР 01, МР 03, МР 07, ПРБ.04, ПРБ.05, ПРБ.06, ПРБ.07, ПРБ.08, ПРБ.09, ПРБ.10, ПРБ.12</p>	<p>Изучение и отработка моделей поведения при ЧС. Возгорания, замыкание электропроводки в школе олимпийского резерва. Изучение безопасности в сети интернет. Финансовая безопасность населения. Безопасные покупки спортивного инвентаря с использованием сети интернет. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Ситуация. Вы находитесь в темный период времени на берегу водоема, вокруг лес, роща. Вам необходимо сориентироваться и добраться до ближайшего населенного пункта. Вам автомобиль не заводится, но в нем есть карта или навигатор. Вас двое. Повреждений нет. На улице туман и холодно. 1) Отработайте алгоритм действий при ЧС или катастрофе.. Вы выехали в туристическую поездку в горы, на знакомство с водопадами. Одна из девушек во время экскурсии сошла с туристической тропы и заблудилась в самшитовом лесу. Гид предложил вашей группе организовать поиски пропавшей туристки своими силами. Вы нашли девушку она травмировала ногу, сильный ушиб с вывихом. Какова последовательность ваших действий? Вынос пострадавшего из задымленного помещения. Во время строительных-отделочных работ. В одном из помещений произошло замыкание проводки. Помимо этого одного из строителей ударило током, он потерял сознание. Его увидел второй строитель и пытается оказать ему помощь, в помещении едкий дым и гарь. Отработайте алгоритм помощи пострадавшему с выносом человека из здания.</p>
<p><b>Тема 2.2</b></p>	<p>ЛР 03, ЛР 09, ЛР 11, ЛР</p>	<p>Отработка порядка и правил действий при пожаре с использованием первичных</p>

<p>Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</p>	<p>12, МР 01, МР 03, МР 07, ПРБ.05, ПРБ.06, ПРБ.07, ПРБ.08, ПРБ.09, ПРБ.10, ПРБ.12</p>	<p>средств пожаротушения в школе олимпийского резерва. Изучение первичных средств пожаротушения. Вам необходимо пройти по коридору третьего этажа учебного корпуса, изучить план эвакуации этажа, научиться правильно его читать, ориентироваться в здании. Изучить где расположены средства пожаротушения в строительной мастерской. Укажите есть ли нарушения безопасности в учебном и лабораторных мастерских. Отработка навыков оказания помощи пострадавшим при асфиксии, ожогах. Представьте алгоритм ваших действий. Отработка порядка и правил действий при пожаре с использованием первичных средств пожаротушения. Вы находитесь на 6 этаже многоэтажного здания. Вы должны самостоятельно эвакуироваться и использовать средства защиты. Объясните алгоритм своих действий. Укажите их порядок.</p>
<p><b>Тема 2.3</b> Современные средства поражения и их поражающие факторы.</p>		<p style="text-align: center;">Отработка навыков пользования СИЗ</p> <p>Изучите список потенциально опасных химических элементов. Список биологического оружия. Бактериологического оружия. Способы их воздействия на организм и средства борьбы с ними. Проанализируйте ситуацию, как эпидемия или пандемия влияет на экономику страны. По симптомам из карточек-заданий, определите какое вещество воздействовало на человека. Проведите сравнительный анализ внешних признаков химических соединений, определите на какие вещества они похожи. Приведите примеры ядовитых веществ, применяемых в работе строителя. Повторите технику безопасной работы с ядохимикатами.</p> <p>1) Расскажите правила пользования средствами индивидуальной и коллективной защиты. Отработка навыков пользования СИЗ. Сдача нормативов по надеванию противогаза, общего защитного костюма, средств индивидуальной защиты при работе с лакокрасочными и отравляющими веществами. Покажите как использовать средства индивидуальной защиты.</p>
<p><b>Тема 2.4</b> Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта</p>	<p>ЛР 03, ЛР 08, ЛР 09, ЛР 11, ЛР 12, ЛР 14, МР 01, МР 03, МР 07, МР 09, ПРБ.01, ПРБ.04, ПРБ.05, ПРБ.06, ПРБ.07, ПРБ.08,</p>	<p>Отработка навыков поведения при стрельбе, при захвате в качестве заложника. Отработка навыков поведения при стрельбе, при захвате в качестве заложника. Отработка навыков поведения в аудитории, при нештатной ситуации. При нападении в общественном месте (транспорт, торговый центр). Изучение путей и методов эвакуации из помещения. Отработка навыков пользования «Планом эвакуации этажа», уметь читать.</p>

<p><b>Тема 2.5</b> Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан</p>	<p>ПРб.09, ПРб.10, ПРб.12</p>	<p>Знакомство с работой службы безопасности России. Экскурсия в музей. Ознакомление с работой пожарной части, МВД или МЧС, санэпидемстанции региона</p>
<p><b>Раздел № 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b></p>		
<p><b>Тема №3.2</b> Воинская обязанность и воинский учет</p>	<p>ЛР 03, ЛР 09, ЛР 11, ЛР 12, МР 01, МР 03, МР 07, ПРб.04, ПРб.05, ПРб.06, ПРб.07, ПРб.08, ПРб.09, ПРб.10, ПРб.12</p>	<p>Служба в вооруженных силах Российской Федерации. Особенности военной службы преподавателя физической культуры, спортивная рота. Основные понятия воинской обязанности и воинского учета. Постановка граждан на воинский учет. Категории годности. Медицинское освидетельствование граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Альтернативная гражданская служба. Служба по контракту. Урок-игра. Сам себя готовлю к службе в армии. Определить категорию годности по своим заболеваниям. Как сохранить здоровье строителю? Как не повредить своему здоровью при прохождении производственной практики на стройке. Строевая подготовка. Изучение и отработка строевых команд. Задание. 1. Выписать основные формулировки: Что понимается под обороной? С какой целью создаются ВС РФ? Что включает в себя организация обороны? Что составляет основу военной организации государства? 3. Решение тестов по теме</p>
<p><b>Раздел № 4. Основы медицинских знаний.</b></p>		
<p><b>Тема 4.2</b> Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственная вентиляция легких.</p>	<p>ЛР 03, ЛР 09, ЛР 11, ЛР 12, МР 01, МР 03, МР 07, ПРб.04, ПРб.05, ПРб.06, ПРб.07, ПРб.08, ПРб.09, ПРб.10, ПРб.12</p>	<p>Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственная вентиляция легких на занятиях физической культурой. Отработка навыков ИВЛ, особенности декомпрессии ребенку до 1 года, ребенку до 12 лет, подростку и взрослому человеку. Отработайте алгоритм группой лиц по оказанию помощи. Например, женщине на остановке стало плохо, она резко повалилась на бок и захрипела, признаков жизни не подает. Диагностируйте состояние и отработайте алгоритм помощи с одноклассниками. Отработка навыков измерения пульсометрии, понижение и повышение артериального давления. Его значение на организм. Самодиагностика давления с измерением пульса.</p>

<p><b>Тема 4.3</b> Понятие травм и их виды.</p>		<p>Первая помощь при травмировании преподавателя физической культуры , детский травматизм на занятии физической культурой Отработка навыков наложения повязок. Оказание помощи при ранениях. Работа в группах. Наложение шин. Первая помощь при проникающих ранениях грудной клетки, брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. При травматизме на производстве. Помощь при электротравмах и ударах молнией. Пример ситуации. Во время занятия физической культуры мальчик 10 лет подвернул ногу. Другой мальчик принимая мяч получил травму пальца он вышел из сустава. Девочка во время разминки упала и получила ушиб колена.</p>
<p><b>Тема 4.4</b> Понятие и виды кровотечений</p>	<p>ЛР 03, ЛР 09, ЛР 11, ЛР 12, МР 01, МР 03, МР 07, ПРб.04, ПРб.05, ПРб.06, ПРб.07, ПРб.08, ПРб.09, ПРб.10, ПРб.12</p>	<p>Решение ситуационных задач. Остановка кровотечений на занятии физической культурой. Отработка навыков оказания первой помощи при кровотечении. Наложение повязок, жгута, закрутки. Правила оказания помощи при кровотечениях. Личная безопасность при оказании помощи. Оказание помощи при венозном, капиллярном, артериальном, смешанном и внутреннем кровотечении. Ситуация. Отработайте алгоритм оказания помощи и наложения повязок. При различных видах кровотечений, например при открытом переломе.</p>
<p><b>Тема 4.6</b> Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути.</p>		<p>Отработка основных приемов удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Отработка основных приемов удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Отработка навыков «Объятий жизни». Оказание помощи при удуши детей. Отработка мероприятий по оказанию помощи при отравлении. Острое и хроническое отравление. Вы увидели человека. Человек размахивает руками, показывает на горло, его лицо начало краснеть и синеть. Как помочь человеку. Объясните свои действия.</p>

Документ подписан электронной подписью.

**4.1. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по учебной дисциплине ОП.10 Безопасность жизнедеятельности**

**КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА  
по дисциплине ОП. 10 Безопасность жизнедеятельности  
по специальности 49.02.01 Физическая культура  
Критерии оценки**

Количество правильных ответов		Оценка
баллов	%	
18 - 20	90 - 100	5 (отлично)
14-17	70 - 90	4 (хорошо)
12-13	60 – 70	3 (удовлетворительно)
11 и менее	0 - 59	2 (неудовлетворительно)

**ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ  
необходимых для оценки знаний, умений, навыков,  
характеризующих формирование образовательных результатов**

**Вопрос 1. Какую опасность таит прогулка по лесу, сбор ягод и грибов?**

*Варианты ответов:*

1. Никакой опасности.
2. Полная неизвестность.
3. Потеря ориентировки, заблудиться.
4. Потеря ориентировки.

**Вопрос 2. Укажите общий алгоритм действий при обнаружении предмета, похожего на взрывное устройство.**

*Варианты ответов:*

1. Накрыть каким-либо материалами, предметами, немедленно сообщить об обнаружении подозрительного предмета по мобильному телефону дежурному территориального отделения МВД или ФСБ и дождаться прибытия представителей правоохранительных органов.
2. Немедленно сообщить об обнаружении подозрительного предмета по мобильному телефону дежурному территориального отделения МВД или ФСБ, накрыть каким-либо материалами, предметами и дождаться прибытия представителей правоохранительных органов.
3. Отойдя на расстояние не менее 5 м., немедленно сообщить об обнаружении подозрительного предмета по мобильному телефону дежурному территориального отделения МВД или ФСБ, не трогать, не вскрывать и не передвигать находку, зафиксировать время и место обнаружения, дождаться прибытия представителей правоохранительных органов, указать месторасположения подозрительного предмета, время и обстоятельства его обнаружения.
4. Отойдя на расстояние не менее 5 м., немедленно сообщить об обнаружении подозрительного предмета по мобильному телефону дежурному территориального отделения МВД или ФСБ, далее действовать по указанию представителей правоохранительных органов.

**Вопрос 3. Определите правильный алгоритм действий по оказанию первой помощи пострадавшему?**

*Варианты ответов:*

Документ подписан электронной подписью.

1. Выяснить обстоятельства происшествия, устранить причину поражения, остановить артериальное кровотечение, восстановить сердечную деятельность и дыхание, наложить повязку и шину, транспортировать пострадавшего.
2. Устранить причину поражения, остановить артериальное кровотечение, восстановить сердечную деятельность и дыхание, наложить повязку и шину, транспортировать пострадавшего, выяснить обстоятельства происшествия.
3. Устранить причину поражения, выяснить обстоятельства происшествия, восстановить сердечную деятельность и дыхание, наложить повязку и шину, транспортировать пострадавшего.
4. Выяснить обстоятельства происшествия, устранить причину поражения, вызвать скорую медицинскую помощь.

**Вопрос 4.. Когда должен применяться непрямой массаж сердца?**

*Варианты ответов:*

1. При применении искусственного дыхания.
2. При кровотечении.
3. После освобождения пострадавшего от опасного фактора.
4. При повышении артериального давления.

**Вопрос 5. Какова первая помощь при наличии признаков термического ожога второй степени (покраснение и отек кожи, образование на месте ожога пузырей, наполненных жидкостью, сильная боль)?**

*Варианты ответов:*

1. Вскрыть пузыри, очистить ожоговую поверхность от остатков одежды, накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), по возможности приложить холод, поить пострадавшего водой.
2. Полить ожоговую поверхность холодной водой, накрыть стерильной салфеткой и туго забинтовать.
3. Пузыри не вскрывать, остатки одежды с обожженной поверхности не удалять, накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), по возможности приложить холод и поить пострадавшего водой.

**Вопрос 6. На какой срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут**

*Варианты ответов:*

1. Не более одного часа в теплое время года и не более получаса в холодное время года.
2. Не более получаса в теплое время года и не более одного часа в холодное время года.
3. Время наложения жгута не ограничено.

**Вопрос 7. Каким образом проводится сердечно-лёгочная реанимация пострадавшего?**

*Варианты ответов:*

1. Давление руками на грудину пострадавшего и искусственная вентиляция лёгких: в начале 30 надавливаний на грудину, затем 2 вдоха методом «Рот ко рту».
2. Искусственная вентиляция лёгких и давление руками на грудину пострадавшего: вначале 1 вдох методом «Рот ко рту», затем 15 надавливаний на грудину.
3. Давление руками на грудину пострадавшего и искусственная вентиляция лёгких: в начале 5 надавливаний на грудину, затем 1 вдох методом «Рот ко рту».

**Вопрос 8. Как оказывается первая помощь при переломах конечностей, если отсутствуют подручные средства для их изготовления?**

*Варианты ответов:*

1. Верхнюю конечность, согнутую в локте, подвешивают на косынке и прибинтовывают к туловищу; нижние конечности плотно прижимают друг к другу и прибинтовывают.
2. Верхнюю конечность, вытянутую вдоль тела, прибинтовывают к туловищу; нижние конечности прибинтовывают друг к другу, проложив между ними мягкую ткань.
3. Верхнюю конечность, согнутую в локте, подвешивают на косынке и прибинтовывают к туловищу;



Документ подписан электронной подписью.

нижние конечности прибинтовывают друг к другу, обязательно проложив между ними мягкую ткань.

#### **Вопрос 9. Признаки обморока**

*Варианты ответов:*

1. Потеря сознания более 6 мин..
2. Кратковременная потеря сознания (не более 3-4 мин.).
3. Потеря чувствительности.
4. Потере сознания предшествуют резкая слабость, головокружение, звон в ушах и потемнение в глазах.

#### **Вопрос 10. Что такое чрезвычайная ситуация?**

*Варианты ответов:*

1. Чрезвычайная ситуация – это быстроразвивающиеся опасные природные явления, которые требуют локализации, ликвидации, а также восстановления условий жизнедеятельности людей.
2. Чрезвычайная ситуация – это опасные природные явления и техногенные процессы, которые требуют локализации и ликвидации и повлекли за собой человеческие жертвы.
3. Чрезвычайная ситуация – это быстроразвивающиеся опасные техногенные процессы, сложившиеся на определенной территории, результате аварии, катастрофы, которые повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей.
4. Чрезвычайная ситуация - это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей.

#### **Вопрос 11. На какие виды подразделяются чрезвычайные ситуации по характеру источника?**

*Варианты ответов:*

1. Техногенные и природные.
2. Военные, техногенные, биолого-социальные.
3. Биолого-социальные, природные.
4. Военные, техногенные, биолого-социальные, природные.

#### **Вопрос 12. На какие виды подразделяются чрезвычайные ситуации по масштабу распространения и тяжести последствий?**

*Варианты ответов:*

1. Объектового, муниципального, регионального, федерального характера.
2. Объектового субъектового, федерального характера.
3. Локального, муниципального, межмуниципального, регионального, межрегионального, федерального характера.
4. Муниципального, регионального, федерального характера.

#### **Вопрос 13. По количеству защищаемого населения средства защиты подразделяются?**

*Варианты ответов:*

1. На групповые, коллективные и индивидуальные.
2. На коллективные и индивидуальные.
3. На групповые и индивидуальные.
4. На коллективные и групповые.

**Вопрос 14. Что относится к оружию массового поражения?**

*Варианты ответов:*

1. Средства непосредственного поражения, ядерное, химическое и биологическое оружие.
2. Ядерное, химическое и огнестрельное оружие.
3. Средства непосредственного поражения, ядерное, химическое и огнестрельное оружие.
4. Ядерное, химическое и биологическое оружие.

**Вопрос 15. Укажите правильный алгоритм действий по сигналу оповещения «Внимание всем».**

*Варианты ответов:*

1. Взять средства индивидуальной защиты, аптечку, документы, необходимые вещи, запасы продуктов и воды. Предупредить соседей (коллег по работе), оказать, при необходимости, помощь престарелым в выходе на улицу. Укрыться в закреплённом (ближайшем) защитном сооружении или в складках местности.
2. Немедленно надеть противогазы, имеющуюся защитную одежду. Взять, аптечку, документы, необходимые вещи, запасы продуктов и воды. Предупредить соседей (коллег по работе), оказать, при необходимости, помощь престарелым в выходе на улицу. Укрыться в закреплённом (ближайшем) защитном сооружении или в складках местности.
3. Немедленно включить радио-, радиотрансляционные и телевизионные приемники для прослушивания экстренного сообщения. Внимательно прослушать сообщение о сложившейся ситуации и порядке действий. Действовать в соответствии с переданным сообщением.
4. Отключить свет, газ, нагревательные приборы, воду. Взять средства индивидуальной защиты, аптечку, документы, необходимые вещи, запасы продуктов и воды. Предупредить соседей (коллег по работе), оказать, при необходимости, помощь престарелым в выходе на улицу. Укрыться в закреплённом (ближайшем) защитном сооружении или в заглубленных помещениях (подвалах, подпольях и т.д.).

**Вопрос 16. Первичные средства пожаротушения – это...?**

*Варианты ответов:*

1. Устройства, инструменты и материалы, предназначенные для локализации и ликвидации загорания на начальной стадии (огнетушители, вода, песок, кошма, асбестовое полотно, ведро, лопата, багор, топор и др.).
2. Устройства и инструменты, предназначенные для локализации и ликвидации загорания (огнетушители, мотопомпы, пожарные гидранты, песок, асбестовое полотно, ведро, лопата и др.).
3. Инструменты и материалы, предназначенные для локализации и ликвидации загорания на начальной стадии (огнетушители, внутренние пожарные краны, ведро, лопата, багор, топор и др.).
4. Средства пожаротушения предназначенные для локализации и ликвидации загорания (огнетушители, внутренние пожарные краны, пожарные машины, мотопомпы).

**Вопрос 17. Какой сигнал гражданской обороны означает завывание sireны, прерывистые гудки предприятий и транспортных средств?**

*Варианты ответов:*

1. «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»
2. «РАДИАЦИОННАЯ ОПАСНОСТЬ!»
3. «ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА!»

**Вопрос 18. Боевые традиции это...**

1. Исторически сложившиеся и сохраняемые в армии образцы поведения и правила совершения воинских обрядов, торжественных и траурных церемоний.

Документ подписан электронной подписью.

2. Исторически сложившиеся и сохраняемые в армии образцы поведения, определяющие порядок и правила совершения воинских обрядов, торжественных и траурных церемоний.
3. Сложившиеся и сохраняемые в армии образцы поведения, определяющие порядок и правила совершения воинских обрядов, торжественных и траурных церемоний.

**Вопрос 19. Что такое боевое знамя?**

1. Официальный символ и воинская реликвия воинской части. Олицетворяет честь, доблесть и славу.
2. Официальный символ, не являющийся воинской реликвией.
3. Символ, не олицетворяющий доблесть, честь и славу.

**Вопрос 20. Что определяет военная форма одежды?**

1. Принадлежность к полку.
2. Принадлежность к определённом виду и роду войск.
3. Принадлежность к роте.
4. Принадлежность к дивизии.

**Эталоны ответов и оценка результата**

Номер вопроса	Ответ	Баллы
1.	3	1
2.	3	1
3.	2	1
4.	1	1
5.	3	1
6.	1	1
7.	1	1
8.	2	1
9.	2	1
10.	4	1
11.	4	1
12.	3	1
13.	2	1
14.	4	1
15.	3	1
16.	1	1
17.	1	1
18.	1	1
19.	1	1
20.	2	1
ИТОГО		20

Количество баллов	Оценка
18 - 20	5 (отлично)
14-17	4 (хорошо)
12-13	3 (удовлетворительно)
11 и менее	2 (неудовлетворительно)

Документ подписан электронной подписью.

### **Дополнения и изменения к рабочей программе на учебный год**

Дополнения и изменения к рабочей программе на \_\_\_\_\_ учебный год  
по дисциплине ОП. 10 Безопасность жизнедеятельности

В рабочую программу внесены следующие изменения:

---

---

---

---

---

Дополнения и изменения в рабочей программе обсуждены на заседании  
методического совета ГБПОУ Республики Марий Эл «Училище Олимпийского резерва»

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. (протокол № \_\_\_\_).

Председатель методического совета \_\_\_\_\_

## РЕЦЕНЗИЯ

на рабочую программу учебной дисциплины  
*ОДб.12 Основы безопасности жизнедеятельности*  
для обучающихся специальности *49.02.01 Физическая культура*  
преподавателя ГБПОУ Республики Марий Эл  
«Училище олимпийского резерва» Баранова С.Д.

Рабочая программа по учебной дисциплине *ОДб.12 Основы безопасности жизнедеятельности* разработана в соответствии с требованиями ФГОС среднего профессионального образования по специальности *49.02.01 Физическая культура*.

Рабочая программа направлена на реализацию требований ФГОС к результатам освоения учебной дисциплины *ОДб.12 Основы безопасности жизнедеятельности*, которые содержат умения, знания, а также формируемые общие и профессиональные компетенции.

Структура рабочей программы соответствует требованиям «Положения о рабочей программе учебной дисциплины (профессионального модуля, преддипломной практики) ГБПОУ Республики Марий Эл «Училище олимпийского резерва» и включает в себя следующие элементы:

- паспорт рабочей программы учебной дисциплины;
- структура и содержание учебной дисциплины;
- условия реализации программы учебной дисциплины;
- контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.

Рабочая программа составлена логично. Последовательность тем, предлагаемых к изучению, направлена на качественное усвоение учебного материала. Рабочая программа предусматривает проведение практических занятий, темы которых способствуют формированию запланированных результатов освоения дисциплины. Программа предусматривает разнообразные формы организации внеаудиторной самостоятельной работы.

Приложением к рабочей программе служат «Методические указания по выполнению практических работ по дисциплине *ОДб.12 Основы безопасности жизнедеятельности* для студентов специальности *49.02.01 Физическая культура*».

*Заключение:*

Рабочая программа учебной дисциплины *ОДб.12 Основы безопасности жизнедеятельности* соответствует требованиям, предъявляемым к программно-методическому обеспечению образовательного процесса в «УОР» и может быть рекомендована к использованию в учебном процессе.

Рецензент:

\_\_\_\_\_

М.Ю.Бурмистрова, заведующий  
учебно-воспитательным отделом,  
преподаватель высшей  
квалификационной категории,  
ГБПОУ Республики Марий Эл

Документ подписан электронной подписью.

---

"Училище олимпийского резерва"

**РЕЦЕНЗИЯ**  
**на рабочую программу учебной дисциплины**  
***ОП.10. Безопасность жизнедеятельности***  
**для специальности *49.02.01 Физическая культура***  
**преподавателя ГБПОУ Республики Марий Эл**  
**«Училище олимпийского резерва»**  
**Баранова С.Д.**

Представленная к рецензированию рабочая программа по дисциплине *ОП.10. Безопасность жизнедеятельности* предназначена для изучения курса дисциплины в учреждениях среднего профессионального образования при подготовке специалистов среднего звена.

Рабочая программа учебной дисциплины *ОП.10. Безопасность жизнедеятельности* разработана в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности *49.02.01 Физическая культура*.

Рабочая программа содержит требования к результатам освоения *ОП.10. Безопасность жизнедеятельности*, обязательную аудиторную учебную нагрузку обучающихся, объем самостоятельной работы, формы и методы контроля и оценки результатов обучения.

Рабочая программа учебной дисциплины имеет четкую структуру и включает все необходимые элементы:

- паспорт рабочей программы учебной дисциплины;
- результаты освоения учебной дисциплины;
- структуру и содержание учебной дисциплины;
- условия реализации программы учебной дисциплины
- контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.

В паспорте рабочей программы учебной дисциплины составитель полно и точно описал возможности использования данной программы, требования к умениям и знаниям, которые соответствуют ФГОС.

Рабочая программа учебной дисциплины составлена логично, разделы выделены дидактически целесообразно. Последовательность тем, предлагаемых к изучению, направлена на качественное усвоение учебного материала, формирование образовательных результатов в соответствии с ФГОС СПО по специальности *49.02.01 Физическая культура*. Виды самостоятельных работ позволяют обобщить и углубить изучаемый материал, направлены на закрепление умения поиска, накопления и обработки информации.

Программа рассчитана на 89 (макс.)/ 59 (аудит.) часов. Объем времени достаточен для усвоения указанного содержания учебного материала. Содержание программы предусматривает формирование перечисленных общих и профессиональных компетенций.

Перечень рекомендуемой основной и дополнительной литературы включает общедоступные источники, изданные в последнее время (не позднее 5 лет). Перечисленные Интернет-ресурсы актуальны и достоверны.

Автором грамотно определены формы и методы контроля, используемые в процессе текущего и промежуточного контроля, в соответствии

Документ подписан электронной подписью.

с требованиями ФГОС. Основные показатели оценки результата позволяют диагностировать сформированность соответствующих умений, знаний, общих и профессиональных компетенций.

Представленная программа учебной дисциплины *ОП.10. Безопасность жизнедеятельности* содержательна, имеет практическую направленность, включает достаточное количество разнообразных элементов, направленных на развитие знаний и умений обучающихся.

Рабочая программа в целом соответствует требованиям и может быть использована в учебном процессе профессиональной образовательной организации, реализующей программу подготовки специалистов среднего звена по специальности *49.02.01 Физическая культура*.

Рецензент: \_\_\_\_\_

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**



**ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА НЕ ПОДТВЕРЖДЕНА.  
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.**

**ПОДПИСЬ**

<b>Общий статус подписи:</b>	Подписи математически корректны, но нет полного доверия к одному или нескольким сертификатам подписи
<b>Сертификат:</b>	4C4ED8899EEA8098A8071526E038AF5B
<b>Владелец:</b>	Беткузина Наталья Валерьевна, Беткузина, Наталья Валерьевна, sport-uor@yandex.ru, 121521689394, 00204832281, ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ "УЧИЛИЩЕ ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА", ДИРЕКТОР, Республика Марий Эл, RU
<b>Издатель:</b>	Казначейство России, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77 Москва, uc_fk@roskazna.ru
<b>Срок действия:</b>	Действителен с: 23.08.2022 11:47:00 UTC+03 Действителен до: 16.11.2023 11:47:00 UTC+03
<b>Дата и время создания ЭП:</b>	15.02.2023 08:41:17 UTC+03