

ГБПОУ  
«КАЛИНИНГРАДСКИЙ ОБЛАСТНОЙ МУЗЫКАЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ ИМ. С.В.  
РАХМАНИНОВА»

**ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

2018 г.

Программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО)

- 53.02.06 Хоровое дирижирование;
- 53.02.05 Сольное и хоровое народное пение (по видам)
- 53.02.04 Вокальное искусство
- 53.02.03 Инструментальное исполнительство (по видам инструментов)
- 53.02.07 Теория музыки
- 53.02.02 Музыкальное искусство эстрады (по видам)
- 53.02.08 Звукооператорское мастерство

Организация-разработчик: ГБПОУ «Калининградский областной музыкальный колледж им. С.В. Рахманинова»

Разработчик: Шопик Лариса Михайловна, преподаватель ГБПОУ «Калининградский областной музыкальный колледж им. С.В. Рахманинова».

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>СТР.</b> <b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>5</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>13</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>14</b>

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Основы безопасности жизнедеятельности

### 1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью примерной основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности

- 53.02.06 Хоровое дирижирование;
- 53.02.05 Сольное и хоровое народное пение (по видам)
- 53.02.04 Вокальное искусство
- 53.02.03 Инструментальное исполнительство (по видам инструментов)
- 53.02.07 Теория музыки
- 53.02.02 Музыкальное искусство эстрады (по видам)
- 53.02.08 Звукооператорское мастерство

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина ОД 01.07 «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в цикл «Базовые учебные дисциплины».

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен *уметь*:

- оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья;
- действовать в чрезвычайных ситуациях;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим;
- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен *знать*:

- о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- о здоровье и здоровом образе жизни;
- о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- предназначение, структуру, задачи гражданской обороны.

### 1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальная учебная нагрузка обучающегося - 108 часов

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося - 72 часов;
- самостоятельная работа обучающегося - 36 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Объем часов</i>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>108</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>72</b>
в том числе:	
лабораторные работы	–
практические занятия	36
контрольные работы	6
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено)</i>	–
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>36</b>
в том числе:	
подготовка докладов	2
создание презентаций	3
составление конспекта	6
изучение темы по дополнительным источникам	9
подготовка рефератов	6
работа с нормативными актами	8
составление таблицы	2
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

## 2.2. План и содержание учебной дисциплины **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, самостоятельная работа обучающегося	Объём часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 2. Гражданская оборона- составная часть оборонеспособности страны.</b>		<b>30</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1   Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей.		2
	2   Организация управления гражданской обороной.		2
	3   Структура управления и органы управления гражданской обороной.		2
	<b>Практические занятия</b>		
	<b>Контрольная работа</b>		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b> Работа с конспектом лекции.	1	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1   Меры спасения при землетрясении, наводнении, пожарах, ураганах, снежных заносах, оползнях.		2
	<b>Контрольная работа</b>		
	<b>Практические занятия.</b> Оказание доврачебной помощи.	2	
	<b>Самостоятельная работа</b> Подготовка доклада «Землетрясение в Калининградской области».	2	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1   Аварии на АЭС – правила защиты, личная гигиена, безопасность.		2
	2   Радиация вокруг нас.		2
	3   Лучевая болезнь и способы защиты.		2
	<b>Практические занятия.</b> Применение средств защиты.	2	

	<b>Контрольная работа</b>		
	<b>Самостоятельная работа</b> Создание презентации «Виды лучевой болезни»	2	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
1	Основные поражающие факторы ядерного взрыва. Защита от них.		2
2	Виды химического оружия, действие ОВ на организм, защита.		2
3	Блезнетворные микробы, их группы. Ботулизм. Особо опасные инфекции (чума, холера, натуральная оспа). Профилактика.		2
4	Современные обычные средства поражения.		2
	<b>Практическое занятие</b> Выполнение практической работа «Ботулизм и отравление - различие и сходство». Сделать вывод: чем ботулизм отличается от отравления и чем похож? Определение способов профилактики особо опасных инфекций.	2	
	<b>Контрольная работа</b>		
	<b>Самостоятельная работа</b> Составление конспекта по пройденным темам. Создание презентации «Блезнетворные микробы, их группы» Составление сравнительной таблицы «Ботулизм и отравления».	2	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
1	Способы выживания в чрезвычайных ситуациях – холод, голод, нехватка воды и т.п.		2
	<b>Практические занятия.</b> Составление плана действий в чрезвычайной ситуации.	2	
	<b>Контрольная работа</b>		
	<b>Самостоятельная работа</b> Изучение темы по дополнительным источникам.	2	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
1	Виды криминогенных ситуаций.		2
2	Правила безопасного поведения.		2
	<b>Практические занятия.</b> Составление алгоритма действия в криминогенной ситуации.	1	
	<b>Самостоятельная работа</b> Подготовка реферата «Криминогенные ситуации и правила поведения в них».	1	

<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.</b>			<b>18</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Государственная система обеспечения безопасности населения		2
	2	Основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации.		2
	<b>Практические занятия</b> Выполнение анализа основных положений Концепции национальной безопасности РФ. Стр. 184-196 уч. ОБЖ 10 кл. / М.П. Фролов		2	
	<b>Контрольная работа</b>			
	<b>Самостоятельная работа</b> Работа с нормативно-правовыми актами РФ (на стр. 29 учебника 10 кл ОБЖ / М.П. Фролов.)		2	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Чрезвычайные ситуации природного (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические) характера.		2
	2	Чрезвычайные ситуации техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) характера.		2
	3	Чрезвычайные ситуации социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера.		2
	<b>Практические занятия</b> Выполнение упражнений-ситуаций в форме упражнений-ситуаций. Подготовка обоснования по действиям в ЧС, стр. 22-23 уч. ОБЖ 10кл./ М.П. Фролов.		2	
	<b>Контрольная работа</b>			
	<b>Самостоятельная работа</b> Составление таблицы «Особенности ЧС»		2	
	<b>Содержание учебного материала</b>			
	1	Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.		2
	2	Прогноз, мониторинг, оповещение.		2
	3	Защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы.		2
	4	Обучение населения.		2



	<b>Практические занятия</b> Выполнение анализа материала по теме (вопросы 6-7 на стр. 42 учебника «Основы безопасности жизни деятельности». 10 кл. Фролов М.П.)	2	
	<b>Контрольная работа</b>		
	<b>Самостоятельная работа</b> Знакомство с Федеральным законом «О защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».	2	
<b>Раздел 3 Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности.</b>		<b>60</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1   Сохранение и укрепление здоровья, физическое развитие.		2
	2   Общие понятия об иммунной системе		2
	3   Обеспечение личной безопасности		2
	<b>Практические занятия</b> Выполнение классификации и определение способов профилактики основных инфекционных заболеваний. Подготовка ответов на вопросы (стр. 182 учебника 10 кл. ОБЖ / М.П. Фролов).	3	
	<b>Контрольная работа</b>		
	<b>Самостоятельная работа</b> Изучение темы по дополнительным источникам.	2	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1   Значение режима труда и отдыха для гармоничного развития человека.		2
	2   Влияние биологического режима на уровень жизнедеятельности человека.		2
	3   Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой.		2
	4   Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека.		2
	5   Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека. Правила использования.		2
	6   Необходимость системного выполнения закаливающих процедур.		2

	<b>Практические занятия</b> Составление комплекса упражнений. Составление алгоритма действий при закаливании. Изучение трудового законодательства РФ.	2	
	<b>Контрольная работа</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа</b> Изучение темы по дополнительным источникам.	2	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
1	Факторы, влияющие на укрепление здоровья.		2
2	Факторы, разрушающие здоровье.		2
	<b>Практические занятия</b> Подготовка ответов на вопросы (вопросы 7 – 12 на стр. 183 учебника 10 кл. ОБЖ / М.П. Фролов). Составление таблицы «Факторы, разрушающие и укрепляющие здоровье»	2	
	<b>Контрольная работа</b>		
	<b>Самостоятельная работа</b> Изучение темы по дополнительным источникам.	2	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
1	Факторы риска.		2
2	Профилактика стенокардии, гипертонии, инфаркта, гипертонического криза.		2
	<b>Практические занятия</b> Определение факторов риска ССЗ. Составление таблицы «Первичные признаки стенокардии, гипертонии, инфаркта, гипертонического криза»	2	
	<b>Контрольная работа</b>	-	
	<b>Самостоятельная работа</b> Изучение темы по дополнительным источникам.	3	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
1	Репродуктивное здоровье.		2
2	Правила личной гигиены.		2
3	Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем.		2
	<b>Практические занятия</b> Составление плана самоконтроля по сохранению репродуктивного здоровья. Стр. 122-128 уч.. ОБЖ 10кл./ М.П. Фролов	2	

	<b>Контрольная работа</b>		
	<b>Самостоятельная работа</b> Составление основных положений о ЗОЖ.	2	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
1	Вредные привычки и болезни с ними связанные.		2
2	Профилактика СПИДа и наркомании.		2
	<b>Практические занятия</b> Просмотр презентаций. Составление таблицы «Вредные привычки и болезни с ними связанные».	2	
	<b>Контрольная работа</b>		
	<b>Самостоятельная работа</b> Подготовка рефератов, докладов по теме (индивидуальные задания).	2	
	<b>Содержание учебного материала</b>		2
1	Основные виды заболеваний.		2
2	Пути передачи.		2
3	Профилактика.		2
	<b>Практические занятия</b> Составление таблицы «Заболевания, передающиеся половым путем».	2	
	<b>Контрольная работа</b>		
	<b>Самостоятельная работа студентов</b> Подготовка ответов на контрольные вопросы.	2	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
1	Рациональное питание, диеты.		2
2	Лишний вес и его профилактика.		2
3	Профилактика пищевых отравлений и инфекционных и неинфекционных заболеваний желудочно-кишечного тракта		2
4	Гельминтозы.		2
	<b>Практические занятия</b> Выполнение тренировочных упражнений по оказанию первой медицинской помощи при отравлениях. Составление индивидуальной диеты.	4	
	<b>Контрольная работа</b>		

	<b>Самостоятельная работа</b> Составление конспекта о диетическом питании при гастрите, панкреатите; подготовка устного сообщения.	3	
	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Стресс – дистресс, антистрессовая защита.		2
	Подвижный образ жизни как профилактика многих болезней.		2
	Гигиена сна.		2
	<b>Практические занятия</b> Составление таблицы «Неврологические заболевания и их профилактика»	2	
	<b>Дифференцированный зачет</b>	2	
	<b>Самостоятельные занятия</b> Составление тезисов по антистрессовой защите	2	
	Примерная тематика курсовой работы (проекта) <i>не предусмотрено</i>		
	Самостоятельная работа обучающихся над курсовой работой (проектом) <i>не предусмотрено</i>		
	<b>Всего:</b>	<b>108</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Безопасность жизнедеятельности».

##### Оборудование учебного кабинета:

- рабочее место преподавателя;
- рабочие места по числу обучающихся;
- учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование (бытовой дозиметр, комплект индивидуальных измерителей дозы облучения, войсковой прибор химической разведки (ВПХР), индивидуальные средства защиты, средства пожаротушения);
- учебно-методическое обеспечение (учебное пособие, рабочая тетрадь, методические указания для студентов, раздаточные материалы);
- классная доска.

##### Технические средства обучения:

- компьютеры с лицензионным программным обеспечением;
- средства мультимедиа (проектор, экран).

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

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

###### Основные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для СПО / С. В. Абрамова [и др.] ; под общ. ред. В. П. Соломина. — М. : Издательство Юрайт, 2016. — 399 с.

###### Дополнительные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для образовательных учреждений среднего (полного) общего образования в пределах основных профессиональных образовательных программ НПО и СПО с учетом профиля профессионального образования / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Академия, 2010. - 319 с.
2. Безопасность жизнедеятельности: учебник / под ред. проф. Э.А. Арустамова. - 16-е изд., перераб. и доп. - М. : Издательско-торговая корпорация Дашков и К, 2012. - 448 с.
3. Безопасность жизнедеятельности: [учебник для студ. сред. спец. учеб. завед.] / В. А. Девисилов [и др.] ; ред. С. В. Белов. - 4-е изд., испр. и доп. - М. : Высш. школа, 2004. - 360 с.
4. Бондин, Виктор Иванович. Безопасность жизнедеятельности: [учеб. пособие для сред. проф. образования] / В. И. Бондин, Ю. Г. Семехин. - М. : Инфра-М. - [Б. м.] : Академцентр, 2011. - 349 с. - (Среднее профессиональное образование).

Интернет ресурсы:

1. «Лань» - Электронно-библиотечная система.
2. «Юрайт» - Электронно-библиотечная система.
3. Официальный сайт Министерства образования и науки Российской Федерации. <http://минобрнауки.рф/>
4. Федеральный портал "Российское образование" <http://www.edu.ru/>
5. Информационная система " Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>
6. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов.<http://school-collection.edu.ru/>

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

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Умения:</b>	
– оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья;	– экспертная оценка и анализ высказываний, аргументов обучающихся при проведении беседы;
– действовать в чрезвычайных ситуациях;	– экспертная оценка результатов выполнения практических работ;
– использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;	– экспертная оценка результатов выполнения практических работ;
– оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим;	– экспертная оценка и анализ выполнение индивидуальных и групповых заданий;
– владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	– экспертная оценка результатов выполнения письменных работ.
<b>Знания:</b>	
– о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;	– экспертная оценка результатов выполнения письменных работ;
– о здоровье и здоровом образе жизни;	– экспертная оценка, самооценка и анализ высказываний, аргументов обучающихся при проведении беседы, дискуссии;
– о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;	– экспертная оценка высказываний обучающихся при индивидуальном и групповом опросе в устной форме;
– предназначение, структуру, задачи гражданской обороны;	– экспертная оценка индивидуального и группового опроса в устной форме; – экспертная оценка содержания реферативных сообщений.