## Министерство энергетики и жилищно-коммунального хозяйства Тверской области ГБПОУ «Удомельский колледж»

Рассмотрена на заседании методического совета ГБПОУ «Удомельский колледж» Протокол №4 от 31 августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНА Приказом директора ГБПОУ «Удомельский колледж» №109/1 от 31 августа 2023г.

## ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУП.13Основы безопасности жизнедеятельности

Программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее  $\Phi \Gamma O C$ ) по специальности среднего профессионального образования (далее  $C \Pi O$ ):

15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки))

Организация-разработчик: ГБПОУ "Удомельский колледж"

Разработчик: Симачева Елена Николаевна – преподаватель – организатор ОБЖ

## СОДЕРЖАНИЕ

		СТР
1.	ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

# 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 по специальностям СПО:

15.01.05 Сварщик (ручной и частично механизированной сварки (наплавки))

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в состав общеобразовательного цикла.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- выполнять основные мероприятия гражданской обороны по защите от чрезвычайных ситуаций (ЧС) мирного и военного времени;
- использовать индивидуальные средства защиты
- выполнять приемы оказания первой медицинской помощи;
- выполнять разборку-сборку автомата.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- наиболее важные сведения об экологии чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера и правила поведения в этих условиях;
- правила личной безопасности в повседневной жизни.
- современные средства поражения, их поражающие факторы, основные мероприятия по защите населения от них;
- основные сведения об индивидуальных и коллективных средствах защиты населения в условиях чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- основные сведения о главных инфекционных заболеваниях и мерах профилактики заболеваний,
- основные понятия здорового образа жизни;
- виды Вооруженных Сил и рода войск, их предназначение;
- боевые традиции Вооруженных Сил России;
- общие сведения об особенностях воинской службы в рядах Вооруженных Сил РФ.

# 1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы лисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося — 70 часов, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 70 часов

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	70
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	70
в том числе:	
практические занятия	20
контрольные работы	6
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	0
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	1

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала,	Объем	Уровень
	самостоятельная работа	часов	освоения
1	2	3	4
Раздел 1.			
Основы безопасности личности,			
общества и государства.			
Тема 1.1.	Содержание учебного материала	4	
Обеспечение личной безопасности в	Автономное пребывание человека в природной среде.		2
повседневной жизни.	Обеспечение личной безопасности на дорогах.		
	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.		
	Правила личной безопасности при пожаре.		
	Обеспечение личной безопасности на водоёмах.		
	Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях		
	Обеспечение личной безопасности в сфере современных молодёжных увлечений		
Тема 1.2.	Содержание учебного материала	4	
Личная безопасность в условиях	Обеспечение личной безопасности при ЧС природного характера.	]	2
чрезвычайных ситуаций.	Обеспечение личной безопасности при ЧС техногенного характера.		
Тема 1.3.	Содержание учебного материала	2	
Основы национальной	Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона.		2
безопасности.	Характер современных войн и вооруженных конфликтов.		
Тема 1.4.	Содержание учебного материала	2	
Защита населения РФ от	Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности населения в чрезвычайных	]	2
чрезвычайных ситуаций	ситуациях.		
природного и техногенного	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее		
характера.	структура и задачи.		
	Практические занятия:	2	
	Эвакуация при получении сигнала оповещения о радиационной аварии.		
	Эвакуация при химической аварии.		
	Эвакуация при пожаре.		
Тема 1.5.	Содержание учебного материала	6	
Основы противодействия	Экстремизм и терроризм - чрезвычайные опасности для общества и государства.		2
терроризму и экстремизму в РФ.	Нормативно - правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом в РФ.		
	Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.		

	Уголовная ответственность за участие в террористической и экстремистской деятельности.		
	Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.  Контрольная работа.	2	
Раздел 2.	Коптрольная расота.		
Раздел 2. Основы медицинских знаний и			
здорового образа жизни.			
Тема 2.1.	Содержание учебного материала	6	
Основы здорового образа жизни.	Сохранение и укрепление здоровья - важная часть подготовки молодежи к военной службе и трудовой	Ū	2.
основы здорового образа жизии.	деятельности.		2
	Здоровый образ жизни, его составляющие.		
	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.		2
	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.		
	Вредные привычки, их влияние на здоровье, профилактика вредных привычек.		
	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.		
	Практические занятия:	2	
	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.	_	
	Разработать комплекс физических упражнений для разных групп мышц.		
Тема 2.2.	Содержание учебного материала	2	
Нравственность и здоровье.	Правила личной гигиены.		2
	Нравственность и здоровый образ жизни.		_
	Инфекции, передаваемые половым путем. Меры их профилактики.		
	Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Меры профилактики ВИЧ-инфекции.		
Тема 2.4.	Содержание учебного материала	6	
Первая помощь при неотложных	Практические занятия:		2
состояниях.	Основные правила оказания первой помощи.		
	Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.		
	Первая помощь при ранениях.		
	Правила остановки кровотечения.		
	Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.		
	Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.		
	Первая помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины.		
	Способы иммобилизации и переноски пострадавшего.		
	Первая помощь при остановке сердца. Правила проведения сердечно-легочной реанимации.		
	Контрольная работа.	2	
Раздел 3.			
Обеспечение военной безопасности			
государства.			
Тема 3.1.	Содержание учебного материала	4	
Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.	1 Основные виды оружия и их поражающие факторы.		2
часть обороноспособности страны.			<del></del>

Нижеверная защити населения от чрезвичайних ситуаций мирного и военного времени. Средствя индивируациона заврийно-спасательных и других исотвожных работ в зоне чрезвычайной ситуации. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждения		Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.			
Организация проевдения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной сигуалии. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении Практическое применение средств индивидуальной зищиты  Тема 3.2.  Вооруженные Салы РФ -зашитних пашего Отечества.  Тема 3.3. Ноевые тражданиция Вооруженных Сля РФ Состав Вооруженных Сля РФ. В тама 1 да в правовые объекть воемной службы и пребывания Сля РФ. В тема 3.4. Символы вониской чести.  Тема 3.4. Символы вониской чести.  Тема 3.5. Вониская обязанность.  Организация мерициным оруженых с префыльнам с префыльнам с префыльнам с префыльнам с префыльнам с префыльным с префыльных с префыльным с премыльным с п		Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.			
Сигуации   Организации гражданской обороны в общеобразовательном учреждений   1   Практические занятия   1   Практические динитическое применение средств индивидуальной защиты   2   1   Практические применение средств индивидуальной защиты   2   2   2   2   2   2   2   2   2					
Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении   Приктическое завития   Приктическое завития   Приктическое применение средств индивидуальной защитыя   2   1   Петрия согдания Вооруженным Силы РФ - защитиния   1   История согдания Вооруженными Силы РФ - руководство и уграждение Вооруженными Силыми РФ - Виды и рода войск Вооруженными Сильми РФ - Виды и руководство и уграждение учебного материала   1   Патриотизм и верпость воннском у долгу – качества защитника Отечества. Памяти поколений - дин воинской спамы России, Дружба и воинской согдети, достоинства и славы.   2   Ордена – почетные напрады за воинской чести, достоинства и славы.   2   Ордена – почетные напрады за воинской чести, достоинства и славы.   2   Ордена – почетные напрады за воинской чести, достоинства и славы.   2   Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета.   Обазательная подтоговка граждан к военной службе.   Орфенения медицинского обязанности. Организация воинского учета.   2   Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета.   2   Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета.   2   Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета.   2   Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета.   2   Основные понятия о воинской образа ностои понятили в бого и военной службе.   Обазательности предывание в защяес.   2   Основные понятили медицинского осиндетсвования граждан.   2   Основные водым и особенности воинской деятельности, Требования воинской деятельности, редулатально и предывание.   2   Основные водым и особенности воинской деятельности. Требования воинской деятельности, деятельности. ВСРФ.   1   Основные водым и особенности воинской деятельности. Требования					
Практические привичение оредств индивидуальной ящиты   Тема 3.2.     Вооруженные Салы РФ - защитинки пашето Отечества.   1   Исторыя создания Вооруженных Сил РФ. Остав Вооруженных Сил РФ.   2     Тема 3.3.     Боевые традиции Вооруженных Сил РФ. Остав Вооруженных Сил РФ.   2     Виты и рода войск Вооруженных Сил РФ.   3   1     Патриотизм и вервость воинской сил РФ. Остав Вооруженных Сил РФ.   2   2     Виты и рода войск Вооруженных Сил РФ.   3   1     Патриотизм и вервость воинской сил РФ. Остав Вооруженных Сил РФ.   3   1   1     Тема 3.4.   Содержание учебного материала   1   1   1   1   1   1   1   1   1					
Тема 3.2.         Практическое применение средств индивидуальной защиты         2           Вооруженные Силы РФ -защитинки илистечества.         1         История создания Вооруженных Сил РФ Состав Вооруженных Сил РФ. Руководето и управление Вооруженных Сил РФ. Руководето и управление Вооруженных Сил РФ.         2         2           Тема 3.3.         Содержание учебного материала         1         1         2           Тема 3.4.         Содержание учебного материала         1         1         Пагриотили и верность пожикской уделт – симкол воинской чести, достоинетва и славы.         1         2           Символь воинской чести.         1         Боевое знамя воинской части – симкол воинской чести, достоинетва и славы.         2         2           Орасна – почетные награды за воинской обязанности. Организация воинского учета.         2         2           Обязательная подтоговка граждая к военной службе. Добровольная подтоговка граждая к военной службе. Профессиональный пенхологический отбор. Организация медицинского освидетельствования граждая к раждая.         2         2           Тема 3.6         Содержание учебного материала         2         2           Тема 3.6         Содержание учебного материала         2         2           Ослержание учебного материала         2         2					
Тема 3.2.         Содержание учебного материала         2         2           Вооруженные Силы РО- защитинки нашего Отечества.         1         История создания Ворруженных Сил РФ. Содержание учебного материала         1         2           Тема 3.3.         Содержание учебного материала         1         1         1           Тема 3.4.         Содержание учебного материала         1         2           Символы вониской чести.         1         1         1         1         1         2         2           Тема 3.4.         Содержание учебного материала         1         1         2         2           Содержание учебного материала         1         2         2         2           Военнов за брание учебного материала         2         2         2           Основные понятия о вониской обязанности. Организация вониского учета.         2         2         2           Основные понятия о вониской обязанности. Организация вониского учета.         2         2         2           Основные понятия о вониской обязанности. Организация вониского учета.         2         2         2           Основные понятия о вониской обязанности соружбы и предывание учебного матерыа.         2         2			2		
Вооруженные Силы РФ - защитник пашего Отечества.	T. 22				
Руководство и управление Вооруженными Силами РФ. Види и рода вобис Вооруженными Силами РФ. Види и рода вобис Вооруженных Сил РФ. Осержание учебного матернала   1   Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества. Памяти поколений - дни воинской славы России. Дружба и воинское товарищество - основа боевой готовности частей и подразделений.   2   1   Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества. Памяти поколений - дни воинской славы России. Дружба и воинское товарищество - основа боевой готовности частей и подразделений.   2   1   Боеное знамя воинской части – символ воинской осети, достоинства и славы.   2   2   2   2   2   2   2   2   2					
Виды и рода войск Вооруженных Сил РФ.   1	- 7	1 История создания Вооруженных Сил РФ Состав Вооруженных Сил РФ.		2	
Тема 3.3.         Содержавие учебного материала         1           1 Патристиви Вооруженных Сил России.         1 Патристиви и ворность воинском долгу – качества защитника Отечества. Памяти поколений - дии воинской славы России. Дружба и воинское товарищество - основа боевой готовности частей и подразделений.         2           Тема 3.4.         Содержавие учебного материала         1           1 Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, достоинства и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия в бою и военной службе. Военная форма одежды.         2           Вониская обязанность.         Содержание учебного материала         2           Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета. Обязательная подтотовка граждан к военной службе. Добровольная подтотовка граждан к военной службы. Профессиональный психологический отбор. Организация медицинского освидетельствования граждан. Умольнение с военной службы и пребывание в запасе.         2           Тема 3.6         Содержание учебного материала         2           Тема 3.7         Содержание учебного материала         2           Тема 3.7         Содержание учебного материала         1           Остечества.         1         Остержание учебного материала         1           1         Остержание учебного материала         1           1         Остержание учебного материала         1           1         Остержание учебного материала         2	нашего Отечества.				
Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества. Памяти поколений – дни воинской славы России. Дружба и воинское говарищество - основа боевой готовности частей и подъядленений.  Тема 3.4.   Содержание учебного материала   1   Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, достоинства и славы. Ордієна — почетные наградів за воинские отличия в бою и военной службе. Военная форма одежды.   2   Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Профессиональный психологический отбор. Организация медицинского освидетельствования граждан. У вольнение с военной службы и пребывание в запасе.   2   Содержание учебного материала   1   Содержание учебног					
Сил России.         воинской славы России. Дружба и воинское товарищество - основа боевой готовности частей и подразделений.         1           Тема 3.4.         Содержание учебного материала         1           Символы воинской чести.         1         Босвое знамя воинской части – символ воинской чести, достоинства и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия в бою и военной службе. Военная форма одежды.         2           Тема 3.5         Содержание учебного материала         2         2           Основные понятия о воинской обязанность. Организация воинского учета. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Профессиональный психологический отбор. Организация медицинского освидетельствования граждан. Увольнение с военной службы и пребывания в запасе.         2           Тема 3.6         Содержание учебного материала         2           Военности военной службы.         Правовые сновы военной службы. Общевоинские уставы.         2           Тема 3.7         Военнослужащий – защитник Отечества.         1         Ословные виды и сосбенности воинской деятельности. Требования воинской деятельности. Предъявляемые к моральным, индивидуальным и профессиональным качествам гражданина. Международная деятельность ВС РФ.         1			1		
Символы воинской чести.       1       Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, достоинства и славы.       2         Ордена – почетные награды за воинские отличия в бою и военной службе.         Военная форма одежды.         Тема 3.5       Содержание учебного материала       2         Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Профессиональный психологический отбор. Организация медицинского освидетельствования граждан. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.       2         Тема 3.6       Оодержание учебного материала       2         Тема 3.7       Правовые основы военной службы. Общевоинские уставы.       2         Военнослужащий – защитник Отечества.       Содержание учебного материала       1         1       Основные виды и особенности воинской деятельности. Требования воинской деятельности, предъвяляемые к моральным, индивидуальным и профессиональным качествам гражданина.       2         Тема 3.8       Содержание учебного материала       1         Содержание учебного материала       1         Содержание учебного материала       1         Содержание учебного материала       1         Содержание учебного материала       1 <td co<="" th=""><th></th><th>воинской славы России. Дружба и воинское товарищество - основа боевой готовности частей и</th><th></th><th>2</th></td>	<th></th> <th>воинской славы России. Дружба и воинское товарищество - основа боевой готовности частей и</th> <th></th> <th>2</th>		воинской славы России. Дружба и воинское товарищество - основа боевой готовности частей и		2
Тема 3.5	Тема 3.4.	Содержание учебного материала	1		
Воинская обязанность.         Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета.	Символы воинской чести.	Ордена – почетные награды за воинские отличия в бою и военной службе.		2	
Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Профессиональный психологический отбор. Организация медицинского освидетельствования граждан.  Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.  Тема 3.6 Особенности военной службы.  Тема 3.7 Военнослужащий – защитник Отечества.  Основные виды и особенности воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуальным и профессиональным качествам гражданина.  Международная деятельность ВС РФ.  Содержание учебного материала  1 Основные виды и особенности воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуальным и профессиональным качествам гражданина.  Международная деятельность ВС РФ.	Тема 3.5	Содержание учебного материала	2		
Особенности военной службы.         1         Правовые основы военной службы. Общевоинские уставы.         2           Тема 3.7         Содержание учебного материала         1           Военнослужащий – защитник Отечества.         1         Основные виды и особенности воинской деятельности. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуальным и профессиональным качествам гражданина.         2           Тема 3.8         Содержание учебного материала         1		Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Профессиональный психологический отбор. Организация медицинского освидетельствования граждан. Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.		2	
Тема 3.7       Содержание учебного материала       1         Военнослужащий – защитник Отечества.       1       Основные виды и особенности воинской деятельности. Требования воинской деятельности, индивидуальным и профессиональным качествам гражданина.       2         Тема 3.8       Содержание учебного материала       1		Содержание учебного материала	2		
Военнослужащий – защитник Отечества.       1       Основные виды и особенности воинской деятельности. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуальным и профессиональным качествам гражданина. Международная деятельность ВС РФ.       2         Тема 3.8       Содержание учебного материала       1	Особенности военной службы.	1 Правовые основы военной службы. Общевоинские уставы.	7	2	
Военнослужащий – защитник Отечества.       1       Основные виды и особенности воинской деятельности. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуальным и профессиональным качествам гражданина.       2         Тема 3.8       Содержание учебного материала       1	Тема 3.7	Содержание учебного материала	1		
Тема 3.8         Содержание учебного материала         1		1 Основные виды и особенности воинской деятельности. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуальным и профессиональным качествам гражданина.		2	
, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	Тема 3.8		1		
	Ритуалы Вооруженных Сил РФ.				

	Порядок приведения к Военной присяге. Ритуал подъема и спуска Государственного флага РФ.		
Тема 3.9.	Содержание учебного материала	4	
Основы военной службы.	1 Прохождение военной службы по призыву.		2
	Особенности прохождение военной службы по контракту.		
	Размещение и быт военнослужащих. Суточный наряд. Организация караульной службы.		
	Практические занятия	6	
	Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата		
	Калашникова.		
	Строевая подготовка. Строи и управления ими. Строевые приемы и движения без оружия.		
	Контрольная работа	2	
	Дифференцированный зачет	2	
	Итого:	70	

#### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

## 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству студентов;
- рабочее место преподавателя;
- комплект наглядных пособий.

#### Технические средства обучения:

- компьютер, мультимедийный проектор.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

#### Основные источники:

- 1. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников "Основы безопасности жизнедеятельности" 5-е издание, М., "Просвещение" 2015 г.
- 2. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко «Основы безопасности жизнедеятельности» 8-е издание, М. «Академия», 2019 г.

#### Дополнительные источники:

- 1. В.Ю. Микрюков «Безопасность жизнедеятельности», « КноРус», 2019 г.
- 2. Ю.Г. Сапронов «Безопасность жизнедеятельности», «Академия», 2018 г.
- 3. Нормативно правовые документы РФ.

### Интернет-ресурсы:

- 1. http/www.lib.rus.ec
- 2. http/zhurnal.ru