

Государственное автономное образовательное учреждение
«Нижегородская областная специальная (коррекционная) школа-интернат для слепых и слабовидящих детей»

Рабочая программа учебной дисциплины
ОП.01 Основы безопасности жизнедеятельности
По специальности 19258 «Уборщик служебных помещений»

Нижний Новгород

2023 г

Содержание

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	3
1.1. Область применения программы	3
1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:.....	3
1.3. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:	3
1.4 Количество часов на освоение программы учебного предмета:	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	5
2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	8
3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению	8
3.2. Информационно-коммуникационное обеспечение обучения.	9
Дополнительные источники:	9
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	10

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.01 Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины разработана для профессиональной подготовки по специальности 19258 «Уборщик служебных помещений» для выпускников специальных коррекционных образовательных учреждений для слепых и слабовидящих обучающихся и имеющих интеллектуальные нарушения. Программа является частью обеспечения адаптации обучающихся - инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Программа предназначена для социальной и профессиональной адаптации обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ с учетом особенностей их психофизического развития и индивидуальных возможностей.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

учебная дисциплина ОП.01 «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в состав дисциплин общепрофессионального цикла.

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

Программа предмета ориентирована на достижение следующих целей:

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

учащийся должен:

знать/понимать

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

уметь

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:

- для ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

1.4 Количество часов на освоение программы учебного предмета:

максимальной 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), в том числе:	70
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	50
в том числе:	
Лекции	50
Практические занятия	20
Самостоятельная работа обучающегося	-
Итоговая аттестация в форме зачета	

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни		4	
Тема 1.1. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера и в условиях вынужденного автономного существования	Содержание учебного материала	2	1
	Правила поведения в общественных местах, транспорте, лифте..	2	
Тема 1.2. Правила поведения в условиях ЧС природного, техногенного и социального характера.	Содержание учебного материала	2	1
	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.	2	
Раздел 2. Гражданская оборона		12	
Тема 2.1. Гражданская оборона	Содержание учебного материала	4	1
	Гражданская оборона, основные понятия и определения. Современные средства поражения, их поражающие факторы.	4	
Тема 2.2. Организация инженерной защиты. Средства индивидуальной защиты.	Содержание учебного материала	6	1 2
	Инженерная защита. Виды защитных сооружений и правила поведения в них. Средства индивидуальной защиты. Практическая работа № 1 «Использование средств индивидуальной защиты»	2 4	
Раздел 3. Основы здорового образа жизни и профилактика инфекционных заболеваний		16	
Тема 3.1 Основы здорового образа	Содержание учебного материала	2	1

жизни	Здоровье и здоровый образ жизни. Факторы, способствующие укреплению здоровья.	2	1
Тема 3.2. Влияние биологических ритмов на работоспособность человека	Содержание учебного материала	6	
	Биологические ритмы, «жаворонки» и «совы». Работоспособность. Правила которые помогут при переезде в другой часовой пояс.	4	1
	Практическая работа № 2 «Определение биологических ритмов»	2	2
Тема 3.3. Вредные привычки и их профилактика	Содержание учебного материала	2	1
	Привычка. Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Курение и его влияние на здоровье человека. Наркотики и наркомания, социальные последствия.	2	
Тема 3.4. Инфекционные заболевания, их профилактика	Содержание учебного материала	4	1
	Инфекционные заболевания, классификация, пути их передачи. Профилактика инфекционных заболеваний.	4	
Тема 3.5. Болезни, передаваемые половым путем. Меры профилактики.	Содержание учебного материала	2	1
	Болезни, передаваемые от человека человеку. Меры профилактики.	2	
Раздел 4. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи		16	
Тема 4.1. Первая медицинская помощь при остановке сердца.	Содержание учебного материала	6	1
	Острая сердечная недостаточность. Остановка сердца. Первая медицинская помощь при остановке сердца	4	
	Практическая работа № 3 «Первая помощь при остановке сердца».	2	
Тема 4.2. Первая помощь при ранениях и травмах.	Содержание учебного материала	6	1
	Рана, травма. Классификация ран. Первая медицинская помощь при ранениях и травмах.	2	
	Практическая работа № 4 «Первая помощь при травмах»	4	

Тема 4.3. Первая помощь при ожогах и обморожениях.	Содержание учебного материала	4	1 2
	Ожоги и обморожения. Классификация и первая медицинская помощь.	2	
	Практическая работа № 5 «Первая помощь при ожогах и обморожении»	2	
Раздел 5. Виды ВС РФ		12	
Тема 5.1. История создания Вооруженных Сил России.	Содержание учебного материала	4	1 2
	История создания Вооруженных Сил. Практическая работа № 6 «История создания Вооруженных сил России»	2 2	
Тема 5.2. Виды Вооруженных Сил, рода войск.	Содержание учебного материала	4	1
	Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение.	4	
Раздел 6. Боевые традиции Вооруженных сил России		10	
Тема 6.1. Памяти поколений дни воинской славы России.	Содержание учебного материала	6	1 2 2
	Дни воинской славы России. Великие полководцы России. Практическая работа № 7 «Дни воинской славы России»	2	
	Практическая работа № 8 «Полководцы России»	2	
		2	
Тема 6.2. Боевое Знамя, ордена.	Содержание учебного материала	4	1 2
	Боевое Знамя воинской части, ордена- почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою.	4	
	Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	2	
	Итого:	70	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Для реализации программы учебной дисциплины требуется наличие учебного кабинета социально-экономических дисциплин, имеющей оснащенное оборудование:

1. рабочее место преподавателя;
2. посадочные места для обучающихся.

Кабинет оснащен техническими средствами обучения:

- компьютером (оснащенным набором стандартных лицензионных компьютерных программ) с доступом к Интернет-ресурсам;
- мультимедийным проектором и экраном.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением.

3.2. Информационно-коммуникационное обеспечение обучения.

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

- 1 Хренников Б. О., Гололобов Н. В., Льяная Л. И., Маслов М. В./ Под ред. Егорова С. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Учебник, 2023
- 2 Хренников Б. О., Гололобов Н. В., Льяная Л. И., Маслов М. В./ Под ред. Егорова С. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс. Учебник, 2023

Дополнительные источники:

4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины: 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; Порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.	Демонстрация навыков владения основными задачами и мероприятиями гражданской обороны; Демонстрация навыков о способах защиты населения от оружия массового поражения; Демонстрация навыков о мерах пожарной безопасности и правилах безопасного поведения при пожарах; Демонстрация навыков знаний об организации и о порядке призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке; Демонстрация навыков правил оказания первой помощи пострадавшим.	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы; зачет.
Умения: Предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту; Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; Оказывать первую помощь пострадавшим.	Демонстрация навыков умения принимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту; Демонстрация навыков использования средств индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; Демонстрация навыков оказания первой помощи пострадавшим.	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы; зачет.