МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Восточно-Сибирский государственный университет технологий и управления»

Технологический колледж

СОГЛАСОВАНО:
Зам. директора по УМР ТК ВСГУТУ
_____ В.В. Пойдонова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ТК ВСГУТУ
_____ С.Н.Сахаровский
«29» марта 2017 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для специальностей:
08.02.01 «Строительство и эксплуатация зданий и сооружений»,
13.02.07 «Электроснабжение (по отраслям)»

Улан-Удэ
2017

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5B9C523B9C357D0B6A96448D522A58E73C9ED99B
Владелец: Сизов Игорь Геннадьевич
Действителен: с 30.12.2021 до 30.03.2023

Рабочая программа (РП) «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на кафедре «Экология, недропользование и безопасность жизнедеятельности» ВСГУТУ и является частью программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ), разработанной в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259

Составители: О.В. Иметхенова
Д.Г. Чимитов
Н.Н. Тумуреева
О.А. Иметхенов

Рабочая программа рассмотрена, обсуждена и одобрена на заседании ЦМК по общеобразовательным дисциплинам.

Протокол от «29» марта 2017 г. № 7
Председатель ЦМК _____ Ким С.В.

Восточно-Сибирский государственный университет технологий и управления
Технологический колледж

Рабочая программа «Основы безопасности жизнедеятельности» для обучающихся по специальности для специальности: 08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений

Аннотация

1.1 Краткая характеристика учебной дисциплины, её место в учебно-воспитательном процессе

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ)» входит в общеобразовательный цикл учебного плана ППССЗ по специальности для специальности: 08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений реализуется на 1-м году обучения (1 и 2 семестры) на базе основного общего образования. Содержание дисциплины состоит из четырех основных разделов:

– Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья;
– Государственная система обеспечения безопасности населения;
– Основы медицинских знаний;
– Основы обороны государства и воинская обязанность

1.2. Цели и задачи изучения дисциплины

Изучение дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено 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 ответственности за личную безопасность и безопасность общества; отношения к здоровью и человеческой жизни как главной ценности; уважения к героическому наследию России, государственной символике и традициям;
- развитие эмоционально-волевых черт личности, обеспечивающих безопасное поведение в опасных и чрезвычайных ситуациях; бдительности по предотвращению актов экстремизма и терроризма; потребности ведения здорового образа жизни; необходимых физических и психологических качеств личности при подготовке к защите Отечества;
- овладение умениями действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим; оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья.

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих результатов:

• ***личностных*:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

• ***метапредметных*:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях; освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

- формирование установки на здоровый образ жизни; развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• ***предметных*:**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

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

- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

1.3. Структура и содержание дисциплины

Структура дисциплины:

Вид учебной работы	*Очная форма обучения*
Максимальная учебная нагрузка	*111*
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	*74*
в том числе:	
практические занятия	*39*
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	*37*
в том числе:	
Консультации	-
Промежуточная аттестация	*ДЗ*

Содержание дисциплины состоит из нескольких основных разделов:

1. Обеспечение личной безопасности здоровья населения
2. Государственная система обеспечения безопасности населения
3. Основы медицинских знаний
4. Основы обороны государства и воинская обязанность

1.4. Список авторов рабочей программы.

Перевалова Ольга Алексеевна, доцент, к.г.н. кафедры «ЭБЖ» ВСГУТУ
Ахаржанова Туяна Викторовна, доцент, к.г.н. кафедры «ЭБЖ» ВСГУТУ
Тыскинеева Ирина Евгеньевна, преподаватель кафедры «ЭБЖ» ВСГУТУ

Содержание

1.1	Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	7
1.2	Распределение учебного времени учебной дисциплины	12
1.3	Тематический план учебной дисциплины	13
1.4	Самостоятельная работа студентов	29
1.5	Учебно-методическое и информационное обеспечение учебной дисциплины	30
1.6	Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины	31
1.7	Форма и методика проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся	32

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы безопасности жизнедеятельности

1.1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности для специальности: 08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений

. Программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «ОБЖ», в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

1.1.2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в базовую часть общеобразовательного цикла ППССЗ, является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

В соответствии с рабочим учебным планом дисциплина изучается на 1-м году обучения (1 и 2 семестр). Общая трудоёмкость освоения составляет 111 часов, в том числе аудиторная учебная нагрузка – 74 часа и СРС – 37 часов.

Содержание дисциплины состоит из четырех основных разделов:

– Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья;

– Государственная система обеспечения безопасности населения;

– Основы обороны государства и воинская обязанность;

– Основы медицинских знаний

Дисциплина имеет теоретическую (лекционные занятия) и практическую часть (практические занятия). Студенты применяют теоретические положения для идентификации опасностей и оценивания рисков, а также разработки конкретных мер по обеспечению безопасности в профессиональной деятельности.

Учебная дисциплина логически и содержательно методически взаимосвязана с последующими теоретическими дисциплинами математического и общего естественнонаучного, а также общепрофессионального циклов.

Предметные результаты, сформированные в итоге освоения содержания учебной дисциплины «ОБЖ», необходимы для освоения следующих дисциплин учебного плана:

- Охрана труда;
- Безопасность жизнедеятельности.

1.1.3. Цели и задачи изучения дисциплины

Изучение дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено 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 ответственности за личную безопасность и безопасность общества; отношения к здоровью и человеческой жизни как главной ценности; уважения к героическому наследию России, государственной символике и традициям;
- развитие эмоционально-волевых черт личности, обеспечивающих безопасное поведение в опасных и чрезвычайных ситуациях; бдительности по предотвращению актов экстремизма и терроризма; потребности ведения здорового образа жизни; необходимых физических и психологических качеств личности при подготовке к защите Отечества;
- овладение умениями действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим; оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья.

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих результатов:

• ***личностных*:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

• ***метапредметных*:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях; освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

- формирование установки на здоровый образ жизни; развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• *предметных*:

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

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

- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

Планируемые результаты обучения

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
Введение	Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности. Анализ влияния современного человека на окружающую среду,
1. Обеспечение личной безопасности здоровья населения	Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха. Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя. Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам. Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения.
2. Государственная система обеспечения безопасности населения	Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения. Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС. Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС. Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности.
3. Основы обороны государства и воинская обязанность	Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России. Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации;

	формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих. Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества. Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическими профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки. Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести.
4. Основы медицинских знаний	Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. Характеристика основных признаков жизни. Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара. Определение основных средств планирования семьи. Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины

1.2. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ДИСЦИПЛИНЫ

Содержание раздела выполнено в виде выписки из УП. В таблице 1 представлена информация о распределении общей трудоемкости обучения в часах по семестрам, видов и объемов учебной работы в часах (лекции (Л)), практические занятия (Пр), о распределении форм СРС – самостоятельной работы студентов, расчетно-графические работы (РГР), контрольные (КР), индивидуальные задания (ИЗ) и другие работы), а также форм ПА – промежуточной аттестации студентов по дисциплине(экзамен (Э), дифференцированный зачет (ДЗ), зачет (З), другие формы контроля):

Таблица 1 – Распределение учебного времени дисциплины

Форма обучения	Семестр и его продолжительность (нед.)	РАСПРЕДЕЛЕНИЕ							Формы промежуточной аттестации
		Общей трудоемкости (час)	В том числе						
			На аудиторные занятия (час)				На СРС		
			Всего / в интерактивной форме	В том числе			(час)	Формы СРС	
				Л	Лб	Пр (С)			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Очная (О)	1 семестр, 16 недель	42	28	16	12		14	ИЗ	ДЗ
	2 семестр, 23 недели	69	46	23	23		23	ИЗ	ДЗ
Всего:		**111**	**74**	**39**	**35**		**37**		

1.3. Тематический план учебной дисциплины

Таблица 2.

Учебный год Семестр	Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Рекомендуемые УММ	Уровень освоения
	Введение	Содержание учебного материала	**2**	1	
		Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности		1	1
	Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		**22**		
	Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни	Содержание учебного материала	2		
		Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.		1,2	1
		Изучение факторов, способствующих укреплению здоровья. Изучение роли двигательной активности, закаливания организма и занятий физической культуры в укреплении здоровья.		2,3	2
		Практические занятия	2		
		Способы закаливания организма		3,4	
		Влияние двигательной активности на здоровье человека.		1-5	
		Самостоятельная работа обучающихся	1		
		Выполнение реферата по темам: 1. Здоровье и здоровый образ жизни. 2. Способы закаливания организма. 3. Физическая культура и спорт в системе обеспечения здоровья.		6,7	

		4. Физические факторы, способствующие формированию, росту и укреплению здоровья человека.			
	Тема 1.2. Вредные привычки и их профилактика	Содержание учебного материала	2		
		Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика		1,3,5	1
		Изучение влияния алкоголя на здоровье человека, социальных последствий употребления алкоголя и снижения умственной и физической работоспособности.		2,3	2
		Изучение влияния курения на состояние здоровья. Изучение составных частей табачного дыма. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.		4	
		Наркотики. Наркомания и токсикомания. Социальные последствия пристрастия к наркотикам, Профилактика наркомании.		5	
		Практические занятия	2		
		Влияние курения на здоровье человека		2,5	2
		Алголь и социальные последствия. Влияние алкоголя на здоровье человека.		1,4	
		Влияние наркотиков на здоровье человека. Распространение ВИЧ. Социальные последствия наркомании.		2,6	
		Самостоятельная работа обучающихся	2		
		Выполнение реферата по темам: 1. Что мы знаем о табачном дыме. 2. Можно ли побороть вредные привычки. 3. Алкоголь – причина многих бед.		1-6	

		4. Вредные привычки в моей семье. 5. Вредные привычки и наше будущее. 6. Детство и алкоголь. 7. Последствия наркомании. 8. Наркомания – привычка или болезнь? 9. Как противостоять среде?			
	Тема 1.3. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	Содержание учебного материала	2		
		Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества		2	1
		Практические занятия			
		Репродуктивное здоровье населения. Современные средства контрацепции	2	3	2
		Самостоятельная работа обучающихся	2		
		Выполнение докладов по темам: 1. Современные средства контрацепции. 2. Аборт и его последствия 3. Здоровое поколение			
	Тема 1.4. Основные инфекционные болезни.	Содержание учебного материала	2		
		Основные инфекционные болезни. Классификация и профилактика		1-7	1
		Практические занятия			
		Кишечные инфекции. Инфекции дыхательных путей. Кровяные инфекции	1	2-4	2
		Самостоятельная работа обучающихся	2		
		Подготовка докладов по темам:			

		1. Пути передачи кишечных инфекций. 2. Инфекции, передаваемые половым путем. 3. Профилактика инфекционных болезней. 4. Туберкулез. Пути передачи последствия. 5. Вирусные гепатиты. 6. ВИЧ-инфекция. 7. Как лечить инфекционного больного? 8. Чем опасна дизентерия? 9. Роль социально-бытовых факторов в распространении инфекционных заболеваний			
	Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения		**18**		
	Тема 2.1. Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера.	Содержание учебного материала	2		
		Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.			
		Практические занятия	2	1-7	2
		Правила поведения при пожарах, взрывах, наводнениях и землетрясении. Правила поведения в ЧС техногенного характера			
		Правила поведения при буре, урагане, смерчи			
		Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация)			
		Самостоятельная работа обучающихся	3		
		Подготовка докладов по темам: 1. Правила поведения при наводнении.			

		2. Правила поведения при ДТП. 3. Правила поведения при пожаре и обрушении здания. 4. Правила поведения при землетрясении. 5. Правила поведения при химической аварии. 6. Правила поведения при радиационной аварии. 7. Правила поведения при отравлении аварийными химически опасными веществами.			
	Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	Содержание учебного материала	4	1-5	
		РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций			1
		Определение гражданской обороны как составной части обороноспособности страны. Изучение задач гражданской обороны, структуры и органов управления гражданской обороной. Изучение современных средств поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.			2
		Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений.			1
		Изучение организации и основного содержания аварийно-спасательных работ. Изучение назначения и правил санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения. Изучение правовых основ организации защиты населения РФ от чрезвычайных ситуаций мирного времени.		2-6	2
		Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.			1

		Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.			1
		Практические занятия	1	2-6	2
		Оповещение и информирование населения об опасностях,- возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Правила поведения в защитных сооружениях			
		Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.			
		МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.		2-4	
		Милиция в Российской Федерации - система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств.			
		Служба скорой медицинской помощи.			
		Самостоятельная работа обучающихся	2		
		Подготовка докладов по темам: 1. История создания РСЧС. 2. Органы управления гражданской обороны. 3. Защитные сооружения и правила поведения в них. 4. МЧС России 5. Служба скорой помощи. 6. Оповещение населения об опасностях, возникающих в			

		чрезвычайных ситуациях 7. Полиция как орган защиты населения от противоправных действий.			
		Контрольная работа № 1	1		
		Дифференцированный зачет по всем разделам программы (1 семестр)	2		
		Итого за первый семестр **В том числе: Теоретического обучения** **Практических занятий** **Самостоятельной работы**	**42** **16** **12** **14**		
	Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность		**45**		
	Тема 3.1. История Вооруженных сил России	Содержание учебного материала	3		
		Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.		2-5	1
		Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы			1
		Практические занятия	3	1,4,6	
		Военные реформы Ивана Грозного, Петра I, реформы XIX века.			
		Структура советских Вооруженных Сил			

		Вооруженные Силы Российской Федерации			
		Самостоятельная работа обучающихся	3		
		Подготовка рефератов по темам: 1. Вооруженные силы Московского государства в XIV—XV веках. 2. Военная реформа Ивана Грозного I**.** 3. Военные реформы в России во второй половине XIX века 4. Создание советских Вооруженных Сил**.**			
	Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных сил России	Содержание учебного материала	3		
		Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.		4,5	1
		Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформа Вооруженных Сил.			1
		Практические занятия	3	3,7	2
		Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура.			
		Военно-Воздушные Силы: история создания, предназначение; структура.			
		Военно-Морской Флот, история создания, предназначение, структура.		2-5	
		Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура.			
		Космические войска: история создания, предназначение, структура.			
		Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.			

		Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение.			
		Самостоятельная работа обучающихся	3		
		Подготовка докладов по темам: 1. Геральдика Вооруженных сил РФ. 2. Сухопутные войска. 3. Военно-воздушные силы. 4. Военно-Морской флот. 5. Ракетные войска стратегического назначения. 6. Космические войска. 7. Командование Вооруженными Силами. 8. Железнодорожные войска 9. Войска гражданской обороны МЧС.			
	Тема 3.3. Воинская обязанность	Содержание учебного материала	3		
		Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.			
		Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части			1
		Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования,			

		предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.			
		Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.		2,4	
		Общие права и обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).			
		Практические занятия	3		
		Назначение и организация первоначальной постановки граждан на воинский учет.		1,2	2
		Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.			
		Военная служба. Права и обязанности военнослужащих.		1-5	
		Военная служба по контракту.			2
		Альтернативная гражданская служба.			

		Дисциплинарная и уголовная ответственность военнослужащих.			
		Самостоятельная работа обучающихся:	3		
		Подготовка докладов по темам: 1. Правовая основа и стадии осуществления воинской обязанности. 2. Обязанности и права призывников. 3. Право на отсрочку. 4. Правовое положение военнообязанных. 5. Пребывание в запасе. 6. Воинская обязанность граждан в условиях мобилизации. 7. Служба по контракту. 8. Назначение и особенности альтернативной гражданской службы. Преимущество и недостатки гражданской службы. 9. Преступления против военной службы.			
	Тема 3.4. Соблюдение норм международного гуманитарного права	Содержание учебного материала	3		
		Военнослужащий - защитник своего Отечества. Основные качества личности военнослужащего: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя, в России, народа и Отечества.		1,5	1
		Военнослужащий - подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Единоначалие - принцип строительства Вооруженных Сил РФ			
		Изучение воинской дисциплины, ее сущности и значения. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.		1,4,6	1

		Изучение видов воинской деятельности и их особенностей. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск.			2
		Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).			1
		Практические занятия	3		
		Военнослужащий - специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.			1
		Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву.			
		Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.)		2,4,6	2
		Воинская дисциплина			
		Самостоятельная работа обучающихся			2
		Подготовка докладов по темам: 1. Психические и моральные этические качества призывника. 2. Анализ особенностей воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил. 3. Значение и сущность воинской дисциплины. 4. Обязанности и права призывников. 5. Качества личности военнослужащего.	3		
	Тема 3.5. Как стать офицером Российской Армии	Содержание учебного материала	3		
		Изучение основных видов военных образовательных учреждений		3,6	1,2

		профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.			
		Символы воинской чести. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.			2
		Практические занятия	3		
		Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества. Воинский долг - обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Боевые традиции Вооруженных Сил России.		1,5	2
		Дни воинской славы России — дни славных побед. Дружба, войсковое товарищество - основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота			1
		Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.			
		Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку		2,5	2
		Самостоятельная работа обучающихся	2		2

		Подготовка докладов по темам: 1. Основные качества военнослужащего. 2. Ритуалы вооруженных сил. 3. Ритуалы вооруженных сил. 4. Дни воинской славы.			
	Раздел 4. Основы медицинских знаний		**24**		
	Тема 4.1. Понятие первой помощи. Общие правила оказания первой помощи.	Содержание учебного материала	2		
		Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.		1,2	1
		Признаки жизни Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации»		2,3	2
		Практические занятия	2		
		Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов		3,4	
		Искусственное дыхание		1-5	
		Самостоятельная работа обучающихся	2		
		Выполнение реферата по темам: 1. Первая помощь при травмах различных областей тела. 2. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости. 3. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга.		6,7	
	Тема 4.2. Понятие и виды кровотечений	Содержание учебного материала	2		
		Первая помощь при наружных кровотечениях		1,3,5	1

		Первая помощь при капиллярном кровотечении, венозном артериальном		2,3	2
		Практические занятия	2		
		Правила наложения жгута и закрутки		2,5	2
		Основные признаки внутреннего кровотечения		1,4	
		Самостоятельная работа обучающихся	2		
		Выполнение реферата по темам: 1. Смешанное кровотечение 2. Первая помощи при синдроме длительного сдавливания 3. Местные и общие признаки травматического токсикоза		1-6	
	Тема 4.3. Понятие, основные виды и степени ожогов	Содержание учебного материала	2		
		Первая помощь при ожогах		2	1
		Практические занятия			
		Первая помощь при химических ожогах	2	3	2
		Самостоятельная работа обучающихся	1		
		Выполнение докладов по темам: 4. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. 5. Первая помощь при воздействии высоких температур 6. Первая помощь при термических ожогах			
	Тема 4.4. Отравления, виды отравлений	Содержание учебного материала			
		Острые и хронические отравления	2	1-7	1
		Практические занятия			

		Первая помощь при отравлениях	2	2-4	2
		Самостоятельная работа обучающихся	2		
		Подготовка докладов по темам: 7. Первая медицинская помощь при отравлениях. 8. Первая медицинская помощь при обморожениях. 9. Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах. 10. Первая медицинская помощь при обмороке. 11. Первая медицинская помощь при укусах ядовитых змей. 12. Первая медицинская помощь при переломах.			
		Контрольная работа № 2	1		
		Дифференцированный зачет по всем разделам программы (2 семестр)	2		
		Итого за второй семестр **В том числе: Теоретического обучения** **Практических занятий** **Самостоятельной работы**	**69** **23** **23** **23**		
		ВСЕГО **В том числе: Теоретического обучения** **Практических занятий** **Самостоятельной работы**	**111** **39** **35** **37**		

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:
1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

2.4. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа студентов (СРС) – это планируемая учебная и научная работа, выполняемая по заданию преподавателя и под его методическим и научным руководством.

СРС по данной дисциплине включает:

- изучение теоретического материала: проработка пройденного учебного материала по конспектам лекций, рекомендованной учебной и научной литературы;
- выполнение индивидуальных самостоятельных творческих работ и заданий (реферат).

Распределение бюджета времени на выполнение индивидуальных СРС представлено в таблице 3.

Таблица 3 – Учебно-методическая (технологическая) карта СРС

Номер раздела и темы дисциплины	Ф/О	Код и наименование индивидуального проекта – задания или вида СРС	Объем часов на СРС	Сроки вып-ния	Реко-мендуемые УММ	Форма контроля СРС
1	3	4	5	6	7	8
1 семестр						
Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	О	Изучение теоретического материала	3	еженед.	[1,2,3,4]	Устный экспресс-опрос
		Индивидуальное задание 1 (Доклад)	4	2-6 нед.	[1,2,3,4]	Защита работы
Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения	О	Изучение теоретического материала	3	еженед.	[1,2,3,4]	Экспресс-опрос
		Индивидуальное задание 2 (Проектное задание)	5	7-14 нед.	[1,2,3,4]	Устная защита
		Подготовка к итоговой аттестации – по семестру 1	1	15-16 нед.	[1,2,3,4]	Контрольная работа №1 Дифференцированный зачет
2 семестр						
Раздел 3 Основы обороны государства и воинская обязанность	О	Изучение теоретического материала	4	еженед.	[1,2,3,4]	Экспресс-опрос
		Индивидуальное задание 3 (Проектное задание)	5	1-4 нед.	[1,2,3,4]	Устная защита
		Индивидуальное задание 4 (Проектное задание)	5	5-7 нед.	[1,2,3,4]	Устная защита
Раздел 4 Основы медицинских знаний	О	Изучение теоретического материала	42	еженед.	[1,2,3,4]	Контрольная работа 5, 6, 7, 8
		Индивидуальное задание 5 (Проектное задание)	4	8-14 нед.	[1,2,3,4]	Устная защита
Подготовка к итоговой аттестации по дисциплине			1	17-23 нед.	[1,2,3,4]	Контрольная работа №2 Дифференцированный зачет

Общие затраты времени студентом по всем видам СРС	**О**
Изучение теоретического материала(1 семестр / 2семестр)	6/8
Выполнение индивидуальных заданий 1 семестр	6
Выполнение индивидуальных заданий 2 семестр	13
Подготовка к текущей аттестации по семестру 1	2
Подготовка к итоговой аттестации по семестру 2	2
Итого	**37**

2.5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (ПО ВИДАМ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ И ФОРМАМ КОНТРОЛЯ)

Таблица 4 – Карта обеспеченности дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» учебно-методическими материалами

Код и наименование специальности	Учебно-методический материал		Количество экземпляров	
	№№	Наименование	Всего	На 1 обучающегося, приведенного к оч. ф
		Основная литература		
	1	Айзман Р. И. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Р. И. Айзман, С. В. Петров, В. М. Ширшова; Новосиб. гос. пед. ун-т, Московский гос. пед. ун-т. - Новосибирск; Москва: АРТА, 2013. - 207 с.	5	
	2	Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. пособие/ М.И. Иванюков, В.С. Алексеев. - М.: Дашков и К, 2007. - 237 с.	15	
	3	Безопасность жизнедеятельности человека в условиях мирного и военного времени: учеб. для сред. спец. учеб. заведений/ В.Н. Пряхин, С.С. Соловьев. - М. : Экзамен, 2006. - 381 с.	4	
	4	Основы противодействия терроризму: учеб. пособие для вузов по спец. "Менеджмент орг." / Под ред. Я.Д. Вишнякова. - М.: Академия, 2006. - 236 с	2	
		Дополнительная литература		
	5	Хван Т.А. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие для вузов / Т.А. Хван, П.А. Хван. - Изд. 8-е. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2010. - 415 с.	16	
	6	Занько Н.Г. Безопасность жизнедеятельности : Учеб. для вузов / Н.Г. Занько, К.Р. Малаян, О.Н. Русак ; Под ред. О.Н. Русака. - Изд. 13-е, испр. - СПб. : Лань, 2010. - 671 с.	16	
	7	Михайлов Л.А. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и защита от них / Л.А. Михайлов, В.П. Соломин ; Под ред. Л.А. Михайлова. - СПб. : Питер, 2008. - 234 с.	5	
	8	Тимофеева И.Г. Безопасность жизнедеятельности. – Улан-Удэ: Издательство ВСГУТУ, 2014. – 61 с.	30 + ЭБС «Библиотех»	
	9	Еремина Т.В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. – Улан-Удэ: ВСГУТУ, 2013. – 193 с.	20 + ЭБС «Библиотех»	
		Информационные средства		
		www.aonb.ru/iatp/guide/library.html		
		www.mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ)		
		www.mvd.ru (сайт МВД РФ)		
		www.mil.ru (сайт Минобороны)		
		www.fsb.ru (сайт ФСБ РФ)		
		Электронная библиотека статей по БЖД		

Доц (Очирова А.А)

2.6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

В таблице 5 представлены общеуниверситетские ресурсы и ресурсы колледжа, которые должны быть использованы для полноценного изучения дисциплины.

Таблица 5 – Сведения об оснащенности образовательного процесса специализированным и лабораторным оборудованием

Используемые специализированные аудитории и лаборатории		Перечень оборудования и систем			Примечание
№	Наименование	№№ п/п	Наименование	Кол.	
1 2	Лаборатория «Безопасность жизнедеятельности»	1 2	Ноутбук, мультимедиапроектор	1 1	

2.7. ФОРМА И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Таблица 6. Формы и методы контроля результатов обучения.

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Введение	Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности. Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите	Устный опрос
1. Обеспечение личной безопасности здоровья населения	Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха. Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя. Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам. Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения. Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья	Комбинированный метод в форме фронтального опроса и групповой самостоятельной работы Практическая проверка Индивидуальное задание 1 - доклад

2. Государственная система обеспечения безопасности населения	Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения. Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС. Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС. Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности.	Комбинированный метод в форме фронтального опроса и групповой самостоятельной работы Практическая проверка Контрольная работа 1

3. Основы обороны государства и воинская обязанность	Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России. Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих. Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества. Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическими профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки. Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести.	Комбинированный метод в форме фронтального опроса и групповой самостоятельной работы Практическая проверка Индивидуальное задание
4. Основы медицинских знаний	Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. Характеристика основных признаков жизни. Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара. Определение основных средств планирования семьи. Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины	Комбинированный метод в форме фронтального опроса и групповой самостоятельной работы Практическая проверка Контрольная работа 2

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Восточно-Сибирский государственный университет технологий и управления»

Технологический колледж

Методические рекомендации
по организации изучения дисциплины

г. Улан-Удэ
2017 г.

Введение

Написание реферата является одной из важных форм самостоятельной учебной деятельности. В «Толковом словаре русского языка» дается следующее определение: «реферат – краткое изложение содержания книги, статьи, исследования, а также доклад с таким изложением».

Обучающиеся должны понимать, что:

реферат – это самостоятельное произведение, свидетельствующее о знании литературы по предложенной теме, ее основной проблематики, отражающее точку зрения автора на данную проблему, умение осмысливать явления жизни на основе теоретических знаний.

Обучающиеся чаще всего испытывают трудности при формулировании цели и задач работы, составлении плана реферата, что приводит к нарушению его структуры.

В процессе работы над рефератом можно выделить 4 этапа:

- ► вводный – выбор темы, работа над планом и введением;
- ► основной – работа над содержанием и заключением реферата;
- ► заключительный – оформление реферата;
- ► защита реферата (на экзамене, студенческой конференции и т.д.)

Введение единых требований к форме, структуре рефератов, составленных с учетом пожеланий коллег, должно создать у обучающихся четкое представление о реферате как письменном аттестационном испытании и о способах работы над ним.

Выбор темы реферата

Работа над рефератом начинается с выбора темы исследования. Заинтересованность автора в проблеме определяет качество проводимого исследования и соответственно успешность его защиты. Выбирая круг вопросов своей работы, не стоит спешить воспользоваться списком тем, предложенным преподавателем. Надо попытаться сформулировать проблему своего исследования самостоятельно.

При определении темы реферата нужно учитывать и его информационную обеспеченность. С этой целью, во-первых, можно обратиться к библиотечным каталогам, а во-вторых, проконсультироваться с преподавателем и библиотекарем, в третьих – изучить Интернет-ресурс по данной теме.

Если возникнет необходимость ознакомиться не только с литературой, имеющейся в библиотеке, но и вообще с научными публикациями по определенному вопросу, можно воспользоваться библиографическими указателями. Полезно также знать, что ежегодно в последнем номере научного или научно-популярного журнала публикуется указатель статей, помещенных в этом журнале за год. Отобрав последние номера журнала за несколько лет, можно разыскать по указателям, а затем найти в соответствующих номерах все статьи по той или иной теме, опубликованные в журнале за эти годы.

Структура реферата включает в себя следующие элементы:

- ✓ титульный лист;
- ✓ содержание;
- ✓ введение;
- ✓ содержание (главы и параграфы);
- ✓ заключение;
- ✓ приложение;
- ✓ список литературы и источников.

Формулирование цели и задач реферата

Выбрав тему реферата и изучив литературу, необходимо сформулировать цель работы и составить план реферата.

Цель – это осознаваемый образ предвосхищаемого результата. Целеполагание характерно только для человеческой деятельности. Возможно, формулировка цели в ходе работы будет меняться, но изначально следует ее обозначить, чтобы ориентироваться на нее в ходе исследования. Определяясь с целью дальнейшей работы, параллельно надо думать над составлением плана: необходимо четко соотносить цель и план работы.

Можно предложить два варианта формулирования цели:

1. Формулирование цели при помощи глаголов: исследовать, изучить, проанализировать, систематизировать, осветить, изложить (представления, сведения), создать, рассмотреть, обобщить и т.д.

Обобщить – сделав вывод, выразить основные результаты в общем положении, придать общее значение чему-нибудь.
Изучить – 1. Постичь учением, усвоить в процессе обучения 2. Научно исследовать, познать 3. Внимательно наблюдая, ознакомиться, понять
Изложить – 1. Описать, передать устно или письменно 2. Кратко пересказать содержание чего-нибудь
Систематизировать- привести в систему. Система – определенный порядок в расположении и связи действий.

2. Формулирование цели с помощью вопросов.

Цель разбивается на задачи – ступеньки в достижении цели.

Задача – то, что требует исполнения, разрешения. Поставить задачу.

Работа над планом

Работу над планом реферата необходимо начать еще на этапе изучения литературы. **План – это точный и краткий перечень положений в том порядке, как они будут расположены в реферате, этапы раскрытия темы.** Черновой набросок плана будет в ходе работы дополняться и изменяться. Существует два основных типа плана: простой и сложный (развернутый). В простом плане содержание реферата делится на параграфы, а в сложном на главы и параграфы. Но как построить грамотно план реферата? Конкретного рецепта здесь не существует, большую роль играет то, как предполагается расставить акценты, как сформулирована тема и цель работы. При описании, например, исторического события можно остановиться на стандартной схеме: причины события, этапы и ход события, итоги и значения исторического события.

При работе над планом реферата необходимо помнить, что формулировка пунктов плана не должна повторять формулировку темы (часть не может равняться целому).

Работа над введением

Введение – одна из составных и важных частей реферата. При работе над введением необходимо опираться на навыки, приобретенные при написании изложений и сочинений. В объеме реферата введение, как правило, составляет 1-2 компьютерного листа формата А4. Введение обычно содержит вступление, обоснование актуальности выбранной темы, формулировку цели и задач реферата, краткий обзор литературы и источников по проблеме, историю вопроса и вывод.

Вступление – это 1-2 абзаца, необходимые для начала. Желательно, чтобы вступление было ярким, интригующим, проблемным, а, возможно, тема реферата потребует того, чтобы начать, например, с изложения какого-то определения, типа «политические отношения – это…».

Обоснование актуальности выбранной темы - это, прежде всего, ответ на вопрос: «почему я выбрал(а) эту тему реферата, чем она меня заинтересовала?». Можно и нужно связать тему реферата с современностью.

Краткий обзор литературы и источников по проблеме – в этой части работы над введением необходимо охарактеризовать основные источники и литературу, с которой автор работал, оценить ее полезность, доступность, высказать отношение к этим книгам.

История вопроса – это краткое освещение того круга представлений, которые сложились в науке по данной проблеме и стали автору известны. **Вывод –** это обобщение, которое необходимо делать при завершении работы над введением.

Требования к содержанию реферата

Содержание реферата должно соответствовать теме, полно ее раскрывать. Все рассуждения нужно аргументировать. Реферат показывает личное отношение автора к излагаемому. Следует стремиться к тому, чтобы изложение было ясным, простым, точным и при этом выразительным. При изложении материала необходимо соблюдать общепринятые правила:

- не рекомендуется вести повествование от первого лица единственного числа (такие утверждения лучше выражать в безличной форме);
- при упоминании в тексте фамилий обязательно ставить инициалы перед фамилией;
- каждая глава (параграф) начинается с новой строки;
- при изложении различных точек зрения и научных положений, цитат, выдержек из литературы, необходимо указывать источники, т.е. приводить ссылки.

Правила оформления ссылок

В реферате сведения об использованной литературе приводятся чаще всего в квадратных скобках после слов, к которым относятся. В скобках сначала указывается номер книги в списке литературы, а затем через запятую страница. Если ссылка оформляется на цитату из многотомного сочинения, то после номера книги римской цифрой указывается номер тома, а потом номер страницы.

Примеры: [1,145]; [4,II,38].

Работа над заключением

Заключение – самостоятельная часть реферата. Оно не должно быть перефразировкой содержания работы. Заключение должно содержать:

- основные выводы в сжатой форме;
- оценку полноты и глубины решения тех вопросов, которые вставали в процессе изучения темы.

Оформление приложения

Приложение помещается после заключения и включает материалы, дополняющие основной текст реферата. Это могут быть таблицы, схемы, фрагменты источников, иллюстрации, фотоматериалы, словарь терминов, афоризмы, изречения, рисунки и т.д.
Примеры оформления:

Приложение 1. Терминологический словарь “Госслужба”.

Приложение 2. Структура деятельности. Схема.

Приложение 3. Реестр государственных должностей

В тексте реферата необходимо делать примечания. Пример: (см. приложение 1, С.21).
Приложение является желательным, но не обязательным элементом реферата.

Правила оформления библиографических списков

Список литературы помещается в конце реферата и пронумеровывается.

1.Правила оформления списка законодательно-нормативных актов

Законодательно-нормативные акты располагаются в списке использованной литературы в следующей последовательности: Конституция РФ, кодексы РФ (гражданский, налоговый, административный, финансовый, трудовой), законы РФ, указы Президента РФ, акты Правительства РФ, акты министерств и ведомств, решения иных государственных органов. В списке использованной литературы необходимо указать полное название акта, дату его принятия, номер, а также официальный источник и количество страниц. Акты, имеющие однопорядковое значение, располагаются по мере их издания.

Пример 1:

1.Налоговый кодекс Российской Федерации: Часть вторая (в редакции Федеральных законов от 09.07.99 № 154-ФЗ, от 02.01.2000 №13-ФЗ). – 2001. – 237 с.

2. Конституция Российской Федерации (принята на всенародном голосовании 12.12.1993г.) (С поправками) Справочно-правовая система «Консультант Плюс» [Электронный ресурс]/ Компания «Консультант Плюс». – последнее обновление 01.12.2012г.

2.Правила оформления списка научной литературы и материалов периодической печати

Список литературы составляется в алфавитном порядке. При этом сначала указываются монографические издания, затем авторефераты диссертаций, статьи в журналах и газетах. По каждому источнику указываются библиографические данные: фамилия и инициалы автора (авторов), название, город, наименование издательства, год издания, количество страниц.

Если произведение написано тремя авторами, то их фамилии и инициалы указываются через запятую. При количестве авторов, равном четырем и более, указываются фамилии и инициалы первых трех, а вместо фамилий остальных авторов отмечается «и др.». Название произведения пишется без сокращений и без кавычек. Если в названии имеются заголовок и подзаголовок, то они разделяются двоеточием. Подзаголовок также пишется без кавычек, после чего ставится точка.

Место издания пишется с прописной буквы. При этом сокращенно разрешается писать только места издания: Москва – М. и Санкт-Петербург – СПб. Наименование издательства пишется с прописной буквы без кавычек. После наименования издательства ставится запятая.

Том или часть пишут с прописной буквы сокращенно с точкой (Т., Ч.). Выпуск пишется сокращенно также с прописной буквы с точкой (Вып.).

При обозначении года указываются только цифровые данные и ставится точка. После точки через тире указывается количество страниц в источнике.

При использовании материалов периодической печати (журнальные или газетные статьи) указываются фамилия и инициалы автора, название статьи, газеты или журнала, год, дату (газеты или № журнала). Страницы пишутся с прописной буквы, сокращенно (С.).

Список использованной литературы завершается указанием (при необходимости) источников, опубликованных в электронном виде, с указанием сайтов, на которых они размещены.

Пример 2:

1.Шеремет А.Д. Теория экономического анализа: Учебник. – М.: ИНФРА – М, 2002. – 333 с.

2. Официальный сайт Президента Российской Федерации [Электронный ресурс] / Администрация Президента РФ. – Москва, 2001. – Режим доступа: www.president.kremlin.ru

Требования к оформлению реферата

Текст работы пишется разборчиво на одной стороне листа (формата А4) с широкими полями слева, страницы пронумеровываются. При изложении материала нужно четко выделять отдельные части (абзацы), главы и параграфы начинать с новой страницы, следует избегать сокращения слов.

Если работа набирается на компьютере, следует придерживаться следующих правил (в дополнение к вышеуказанным):

- набор текста реферата необходимо осуществлять стандартным 12 шрифтом;
- заголовки следует набирать 14 шрифтом (выделять полужирным) ;
- межстрочный интервал полуторный;
- разрешается интервал между абзацами;
- отступ в абзацах 1-2 см.;
- поле левое 2,5 см., остальные 2 см.;
- нумерация страницы снизу или сверху посередине листа;
- объем реферата 20-24 страницы.

Подготовка к защите и порядок защиты реферата

Необходимо заранее подготовить тезисы выступления (план-конспект).

Порядок защиты реферата:

1. Краткое сообщение, характеризующее задачи работы, ее актуальность, полученные результаты, вывод и предложения.
2. Ответы студента на вопросы преподавателя.
3. Отзыв руководителя-консультанта о ходе выполнения работы.

Советы для обучающихся по защите реферата:

На защиту отводится чаще всего около 15-20 минут. При выступлении постарайтесь соблюсти приведенные ниже рекомендации.

- Готовясь к ответу, Вы должны вспомнить материал максимально подробно, и это должно найти отражение в схеме Вашего ответа. Но тут же необходимо выделить главное, что наиболее важно для понимания материала в целом, иначе Вы сможете проговорить все 15-20 минут и не раскрыть существа вопроса. Особенно строго следует отбирать примеры и иллюстрации.
- Вступление должно быть очень кратким – 1-2 фразы (если Вы хотите подчеркнуть при этом важность и сложность данного вопроса, то не говорите, что он сложен и важен, а покажите его сложность и важность).
- Полезно вначале показать свою схему раскрытия вопроса, а уж потом ее детализировать.
- Рассказывать будет легче, если Вы представите себе, что объясняете материал очень способному и хорошо подготовленному человеку, который не знает именно этого раздела, и что при этом Вам обязательно нужно доказать важность данного раздела и заинтересовать в его освоении.
- Строго следите за точностью своих выражений и правильностью употребления терминов.
- Не пытайтесь рассказать побольше за счет ускорения темпа, но и не мямлите.

- Не демонстрируйте излишнего волнения и не напрашивайтесь на сочувствие.
- Будьте особенно внимательны ко всем вопросам преподавателя и аудитории, к малейшим замечаниям. Преподаватель поможет Вам припомнить новый, дополнительный материал. Воспользуйтесь его поддержкой.
- Не бойтесь дополнительных вопросов! Если Вас прервали, а при оценке ставят в вину пропуск важной части материала, не возмущайтесь, а покажите план своего ответа, где эта часть стоит несколько позже того, на чем Вы были прерваны.
- Прежде чем отвечать на дополнительный вопрос, необходимо сначала правильно его понять. Для этого нужно хотя бы немного подумать, иногда переспросить, уточнить: правильно ли Вы поняли поставленный вопрос. И при ответе следует соблюдать тот же принцип экономности мышления, а не высказывать без разбора все, что Вы можете сказать.
- Будьте доброжелательны и тактичны при ответе на дополнительные вопросы.

Образец оформления содержания

Содержание

Введение ……..……3
Глава 1.
1.1. ……..5
1.2. …….7
1.3. ……..9

Глава 2.
2.1. ….……11
2.2. ……13

Глава 3.
3.1. ……15
3.2. ……18
3.3. ……21

Заключение ……22
Приложение ……23
Список используемой литературы ……...24

План-график работы над рефератом

Этапы работы	Содержание работы студента	Форма отчетности студента	Срок исполнения	Содержание работы преподавателя
1. Вводный	Выбор темы реферата, поиск и ознакомление с литературой, формулирование цели и задач работы, составление плана	Вариант плана, цель и задачи работы, список литературы		Консультация, коррекция деятельности, проверка плана реферата и списка литературы
2.Основной	Работа над основным содержанием и заключением реферата	Краткие тезисы, подробный план работы, черновые записи		Устное собеседование, индивидуальная консультация, коррекция
3. Заключительный	Оформление реферата	Завершенный реферат		Проверка, рецензирование работы, возврат реферата
4. Защита реферата	Подготовка к защите	Защита реферата		Принятие защиты реферата

МИНОБРНАУКИ РФ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Восточно-Сибирский государственный университет технологий и управления»

Технологический колледж

ДОКЛАД
на тему «Первая помощь при ожогах»

Выполнил(а):
студент(ка) группы _____
(ФИО студента)

Проверил:
преподаватель_____
(ФИО преподавателя)

Улан-Удэ
2017