

**МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И МОЛОДЕЖИ
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ КУЛЬТУРЫ
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
«ЛУГАНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ
КУЛЬТУРЫ И ИСКУССТВ ИМЕНИ М. МАТУСОВСКОГО»**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебной дисциплины

ОП.08. БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

(наименование учебной дисциплины)

53.02.04 Вокальное искусство

(код, наименование специальности)

2020

Рассмотрено и согласовано цикловой комиссией «Социально-экономических и гуманитарных дисциплин»

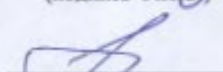
Протокол № 2 от «09» 09 2020 г.

Разработана на основе Государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования Луганской Народной Республики, по специальности: 53.02.04 Вокальное искусство

Председатель цикловой комиссии


(подпись Ф.И.О.) Медяник А.В.

Заместитель директора по колледжа
по учебно-методической работе


(подпись Ф.И.О.) Сенчук А.И.

Составитель:

Шаталова Т.А., преподаватель цикловой комиссии Социально-экономических и гуманитарных дисциплин Государственного образовательного учреждения культуры Луганской Народной Республики «Луганская государственная академия культуры и искусств имени М. Матусовского»

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 20 / 20 учебный год

Протокол № _____ заседания ЦК от « _____ » _____ 20 ____ г.

Председатель ЦК _____

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 20 / 20 учебный год

Протокол № _____ заседания ЦК от « _____ » _____ 20 ____ г.

Председатель ЦК _____

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 20 / 20 учебный год

Протокол № _____ заседания ЦК от « _____ » _____ 20 ____ г.

Председатель ЦК _____

Рабочая программа рассмотрена и согласована на 20 / 20 учебный год

Протокол № _____ заседания ЦК от « _____ » _____ 20 ____ г.

Председатель ЦК _____

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИЦИПЛИНЫ	6
3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	21

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.08. БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1.1. Область применения программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» является частью освоения программ подготовки специалистов среднего звена (далее – ППССЗ) в соответствии с ГОС СПО ЛНР по специальности: 53.02.04 Вокальное искусство.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в профессиональном обучении и дополнительном профессиональном образовании

1.2. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

Цель: сформировать теоретические и практические знания, которые предусматривают формирование знаний и навыков по созданию безопасных и здоровых условий жизни и деятельности для человека и людей, с которыми он сотрудничает, а так же условий гармоничного развития личности и устойчивого развития общества.

Задачи освоения дисциплины: сформировать у студента навык, который позволит, находить выход из создавшихся ситуаций и в состоянии сам справиться с различного рода трудностями в условиях чрезвычайных и нестандартных ситуаций и оказать помощь окружающим.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- анализировать и оценивать опасные ситуации;
- идентифицировать опасность;
- оценивать количественные, временные и пространственные характеристики опасности;
- оценивать среду пребывания относительно личной безопасности, безопасности коллектива;
- оценивать потенциальные риски;
- оценивать негативные факторы среды пребывания и определять пути устранения их действия на человека;
- самостоятельно принимать решения о срочных мерах в случае возникновения экстремальных ситуаций;
- обеспечить личную безопасность в экстремальных ситуациях и по возможности уметь оказать необходимую помощь окружающим;
- разработать и внедрять систему мер, направленных на сохранения здоровья человека и его гармоничное развитие;
- определить психофизиологические особенности человека и их роль в обеспечении личной безопасности;
- определить требования законодательных актов в пределах личной и коллективной ответственности.
- выявления условий формирования опасностей;
- прогнозирование опасностей;
- изучение методов и средств предупреждения по уменьшению влияния негативных факторов на человека, коллектив;

- знание основ предоставления первой помощи в чрезвычайных ситуациях;
- В результате изучения учебной дисциплины студент должен знать:
- основные принципы формирования безопасной жизнедеятельности человека;
 - принципы гармоничного развития человека и устойчивого развития общества;
 - характеристики внешних и внутренних особенностей человека при формировании его безопасности;
 - классификацию и нормирование вредных и опасных факторов, которые негативно влияют на здоровье человека, и методы их выявления;
 - основные принципы коллективной безопасности;
 - законодательные акты и нормативные документы по вопросам жизнедеятельности человека.

1.3. Использование часов вариативной части в ПССЗ

№ п/п	Дополнительные профессиональные компетенции	Дополнительные знания, умения	№, наименования темы	Количество часов	Обоснование включения в программу
1.	ПК.	Тема		

1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

всего – 102 часа, в том числе:

максимальной учебной нагрузки обучающихся – 102 часа, включая:
 обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающихся – 68 часов;
 самостоятельной работы обучающихся – 34 часа.

2. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результатом освоения рабочей программы учебной дисциплины является овладение обучающимся видом деятельности, в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями в соответствии с ГОС СПО ЛНР по специальности: 53.02.04 Вокальное искусство.

Код	Наименование результата обучения
ПК 1.1.	Целостно и грамотно воспринимать и исполнять музыкальные произведения, самостоятельно осваивать сольный, оркестровый и ансамблевый репертуар.
ПК 1.2.	Осуществлять исполнительскую деятельность и репетиционную работу в условиях концертной организации, в оркестровых и ансамблевых коллективах.
ПК 1.3.	Осваивать сольный, ансамблевый, оркестровый исполнительский репертуар.
ПК 1.4.	Выполнять теоретический и исполнительский анализ музыкального произведения, применять базовые теоретические знания в процессе поиска интерпретаторских решений.
ПК 1.5.	Применять в исполнительской деятельности технические средства звукозаписи, вести репетиционную работу и запись в условиях студии.
ПК 1.6.	Применять базовые знания по устройству, ремонту и настройке своего инструмента для решения музыкально-исполнительских задач.
ПК 1.7.	Исполнять обязанности музыкального руководителя творческого коллектива, включающие организацию репетиционной и концертной работы, планирование и анализ результатов деятельности.
ПК 1.8.	Создавать концертно-тематические программы с учетом специфики восприятия слушателей различных возрастных групп.
ПК 2.1.	Осуществлять педагогическую и учебно-методическую деятельность в образовательных организациях дополнительного образования детей (детских школах искусств по видам искусств), других образовательных организациях (учреждениях).
ПК 2.2.	Использовать знания в области психологии и педагогики, специальных и музыкально-теоретических дисциплин в преподавательской деятельности.
ПК 2.3.	Использовать базовые знания и практический опыт по организации и анализу образовательной деятельности, методике подготовки и проведения урока в исполнительском классе.
ПК 2.4.	Осваивать основной учебно-педагогический репертуар.
ПК 2.5.	Применять классические и современные методы преподавания, анализировать особенности отечественных и мировых инструментальных школ.
ПК 2.6.	Использовать индивидуальные методы и приемы работы в исполнительском классе с учетом возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся.
ПК 2.7.	Планировать развитие профессиональных умений обучающихся. ПК
ПК 2.8.	Владеть культурой устной и письменной речи, профессиональной терминологией.
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3.	Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 6.	Работать в коллективе, эффективно общаться с коллегами, руководством.
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность подчиненных, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за результат выполнения заданий.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 9.	Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.
ОК 10.	Использовать умения и знания учебных дисциплин государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности.
ОК 11.	Использовать умения и знания профильных учебных дисциплин государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности.
ОК 12.	Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Тематический план учебной дисциплины ОП.08.Безопасность жизнедеятельности

(название учебной дисциплины)

Коды компетенций	Наименование разделов, тем	Всего часов	Объем времени, отведенный на освоение учебной дисциплины					
			Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающихся			Самостоятельная работа обучающихся		
			Всего, часов	в т.ч. лабораторные работы и практические занятия, часов	в т.ч. курсовая работа (проект), часов	Всего, часов	в т.ч. курсовая работа (проект), часов	
1	2	3	4	5	6	7	8	
ПК 2.1.-2.3. ОК 2., 3., 6., 7.	Тема 1. Категории безопасности жизнедеятельности	2	2					
ПК 1.7. ОК 2., 3., 6., 7.	Тема 2. Классификация ЧС	2	2					
ПК 1.7. ОК 2.-4., 6.-8.,10., 11.	Тема 3. ЧС. Природного характера. Разновидность чрезвычайных ситуаций природного характера. Землетрясения, оползни, обвалы.	4	2			2		
ПК 1.7. ОК 2.-4., 6.-8.,10., 11.	Тема 4. Ураганы, бури, смерчи, наводнения: отработка действий ввремя этих ЧС	2	2					
ПК 1.7. ОК 2.-4., 6.-8.,10., 11.	Тема 5. Пожары: лесные, торфяные. Отработка действий при пожаре.	2	2					
ПК 2.1., 2.6. ОК 2., 3., 6., 7., 12.	Тема 6. Социальные опасности.	4	4					
ПК 1.2. ОК 2.-4., 6.-8.,10., 11.	Тема 7. Социальные факторы, влияющие на жизнь и здоровье людей.	2	2					
ПК 1.2, 1.7. ОК 2.-4., 6.-	Тема 8. ЧС Военного времени: источники, классификация	4	2			2		

8.,10.-12.							
ПК 1.2, 1.7. ОК 2.-4., 6.- 8.,10.-12.	Тема 9. Средства индивидуальной защиты. Правила пользования противогазом.	4	2			2	
ПК 1.2. ОК 2., 3., 6., 12.	Тема 10. Способ коллективной защиты	2	2				
ПК 1.2. ОК 2., 3., 6., 12.	Тема 11. Техногенные ЧС	4	4				
ПК 1.6, 1.7. ОК 2., 3., 6., 12.	Тема 12. Ликвидация ЧС посредством обеспечения безопасности	3	2				
ПК 1.6. ОК 2., 3., 6., 12.	Тема 13. Производственная безопасность как основа безопасности жизнедеятельности	4	2			2	
ПК 1.7. ОК 2., 3., 6., 12.	Тема 14. ЧС социального характера.	2	2				
ПК 1.7., 2.2. ОК 2., 3., 6., 12.	Тема 15. Массовые заболевания, как проявление чрезвычайной ситуаций социального	4				4	
ПК 1.7 ОК 3., 6.	Тема 16. Нормативные показатели технических систем	4	2			2	
ПК 2.1. ОК 3., 6.	Тема 17. Антропогенное воздействие на природную среду.	2	2				
ПК 1.7., 2.2. ОК 3., 6., 10., 11.	Тема 18. Источники негативных факторов различных сред воздействующих на природную среду и жизнедеятельность человека	6	2			4	
ПК 1.1.-2.8. ОК 1.-11.	Тема 19. Экономическая безопасность государства	2	2				
ПК 1.1.-2.8. ОК 1.-11.	Тема 20. Составляющие экономической безопасности. Система обеспечения экономической безопасности личности.	2	2				
ПК 1.1.-2.8. ОК 1.-11.	Тема 21. Защита прав потребителей	2	2				
ПК 1.1.-2.8. ОК 1.-11.	Тема 22. Неординарные ситуации и их последствия	4	2				

ПК 1.1.-2.8. ОК 1.-11.	Тема 23. Личностные факторы, определяющие безопасность жизнедеятельности.	4	2			2	
ОК 1.-11. ПК 1.1.-2.8.	Тема 24. Основы оказания первой помощи. Реанимационные мероприятия.	2	2				
ПК 1.1.-2.8. ОК 1.-11.	Тема 25. Оказание первой помощи при травмах опорно-двигательного аппарата. Шок и оказание первой помощи.	2	2				
ПК 1.1.-2.8. ОК 1.-11.	Тема 26. Виды ран и правила оказания первой помощи.	4	2			2	
ПК 1.1.-2.8. ОК 1.-11.	Тема 27. Кровотечение, виды кровотечений и оказание первой помощи	2	2				
ПК 1.1.-2.8. ОК 1.-11.	Тема 28. Оказание первой помощи прожогах, отморожениях и солнечных ударах	2	2				
ПК 1.1.-2.8. ОК 1.-11.	Тема 29. Правила оказания доврачебной помощи в критических ситуациях.	4	2			2	
ПК 1.1.-2.8. ОК 1.-11.	Тема 30. Принципы рационального питания, как составляющая здоровья человека	6	2			4	
ПК 1.1.-2.8. ОК 1.-11.	Тема 31. Основы здорового образа жизни	4	2			2	
ПК 1.1.-2.8. ОК 1.-11.	Тема 32. Функциональные системы позволяющие обеспечить безопасность жизнедеятельности	4	2			2	
Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет							
Всего часов:		102	68			34	

3.2. Содержание обучения по учебной дисциплине ОП.10. Безопасность жизнедеятельности

(название учебной дисциплины)

Наименование разделов, тем учебной дисциплины	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	Объем часов
Тема 1. Категории безопасности жизнедеятельности	Содержание учебного материала	2
	1. Основы безопасности жизнедеятельности.	
	2. Понятия опасности и риска.	
	3. Аксиомы безопасности жизнедеятельности и компетентность людей относительно безопасности.	
Тема 2. Классификация ЧС	Содержание учебного материала	2
	1. Что подразумевается под чрезвычайной ситуацией.	
	2. Классификация чрезвычайных ситуаций.	
	3. Аварии техногенного характера	
Тема 3. ЧС Природного характера. Разновидность чрезвычайных ситуаций природного характера. Землетрясения, оползни, обвалы.	Содержание учебного материала	2
	1. Землетрясения, степень опасности их и мероприятия по ликвидации опасности.	
	2. Оползни классификация, мероприятия по уменьшению потерь и меры предосторожности.	
	3. Обвалы, сели классификация и последствия.	
Тема 4. Ураганы, бури, смерчи, наводнения: отработка действий ввремя этих ЧС	Самостоятельная работа обучающихся	2
	Тематика самостоятельной работы:	
	1. Наиболее сильные землетрясения.	
Тема 5. Пожары: лесные, торфяные. Отработка действий при пожаре.	Содержание учебного материала	2
	1. Разновидности природных пожаров и их особенности	
	2. Мероприятия по предупреждению пожаров	
Тема 6. Социальные опасности.	Содержание учебного материала	4
	1. Глобальные проблемы человечества: характеристика, классификация.	
	2. Политические проблемы и их отрицательное проявление.	
	3. Терроризм.	
	4. Естественно-экологические проблемы.	
	5. Социально – экономические проблемы.	
	6. Эпидемии	
Тема 7. Социальные факторы, влияющие на жизнь и здоровье людей	Содержание учебного материала	2
	1. Классификация социальных опасностей.	
	2. Толпа ее виды и степень опасности.	

Тема 8. ЧС Военного времени: источники, классификация	Содержание учебного материала		2
	1.	Опасности, возникающие при ведении военных действий.	
	2.	Виды оружия.	
	Самостоятельная работа обучающихся		2
	Тематика самостоятельной работы:		
	1. Терроризм как одно из опасных современных явлений.		
Тема 9. Средства индивидуальной защиты. Правила пользования противогазом.	Содержание учебного материала		2
	1.	Средства индивидуальной защиты. Правила пользования противогазом.	
	Самостоятельная работа обучающихся		
	Тематика самостоятельной работы:		2
	1. Изготовление средств индивидуальной защиты на дому.		
Тема 10. Способ коллективной защиты.	Содержание учебного материала		2
	1.	Виды укрытий.	
	2.	Размещение и правила поведения в убежищах и укрытии.	
Тема 11. Техногенные ЧС	Содержание учебного материала		4
	1.	Производственные аварии и катастрофы.	
	2.	Аварии на химически опасных объектах.	
	3.	Аварии на радиационно-опасных объектах.	
	4.	Пожары на производстве и в быту.	
Тема 12. Ликвидация чрезвычайной ситуации посредством обеспечения безопасности	Содержание учебного материала		2
	1.	Обеспечение безопасности в условия чрезвычайной ситуации.	
	2.	Режимы функционирования служб по обеспечению безопасности.	
Тема 13. Производственная безопасность как основа безопасности жизнедеятельности	Содержание учебного материала		2
	1.	Разновидность производственных опасностей.	
	2.	Классификация негативных производственных факторов.	
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тема 14. ЧС Социального характера.	Тематика самостоятельной работы:		2
	1. Комфортные условия труда		
	Содержание учебного материала		
	1.	Аварии на железнодорожном транспорте	
	2.	Аварии в метрополитене.	
	3.	Аварии на автомобильном транспорте.	
4.	Аварии на морском и речном транспорте.		
5.	Аварии на авиационном транспорте.		
Тема 15. Массовые	1.	Инфекционные болезни и их особенности.	2

заболевания, как проявление чрезвычайной ситуаций социального	2.	Меры предупреждения инфекционных заболеваний	4
	3.	Действия при возникновении инфекционных заболеваний.	
	4.	Профилактика инфекционных заболеваний.	
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тематика самостоятельной работы:			
1. Расскажите о наиболее опасных инфекционных заболеваниях современности.			
2. Важность иммунитета.			
Тема 16. Нормативные показатели технических систем	Содержание учебного материала		2
	1.	Безопасность технических средств и технологических процессов.	
	2.	Экологически допустимые показатели для предприятий.	2
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тематика самостоятельной работы:			
1. Мероприятия, направленные на улучшение водного массива, атмосферного воздуха и почвенного покрова.			
Тема 17. Антропогенное воздействие на природную среду	Содержание учебного материала		2
	1.	Последствия антропогенного воздействие на окружающую природную среду.	
Тема 18. Источники негативных факторов различных сред воздействующих на природную среду и жизнедеятельность человека	Содержание учебного материала		2
	1.	Источники негативных факторов природного происхождения	
	2.	Источники негативных факторов искусственной (бытовой) среды.	4
	Самостоятельная работа обучающихся		
Тематика самостоятельной работы:			
1. Состояние окружающей природной среды.			
2. Снижение воздействия на антропогенную среду важная задача человечества.			
Тема 19. Экономическая безопасность государства	Содержание учебного материала		2
	1.	Экономическая безопасность. Объект и субъект экономической безопасности государства.	
	2.	Классификация угроз экономической безопасности	
	3.	Экономические потребности	
Тема 20. Составляющие экономической безопасности. Система обеспечения экономической безопасности личности.	Содержание учебного материала		2
	1.	Составляющие экономической безопасности личности.	
	2.	Направление работы государственной политики на обеспечение экономической безопасности личности.	
Тема 21. Защита прав потребителей	Содержание учебного материала		2
	1.	Способы защиты от угроз экономического характера.	
	Содержание учебного материала		2

Тема 22. Неординарные ситуации и их последствия	1.	Неординарные ситуации.	
	2.	Методы психической саморегуляции как эффективное управление самообладанием и устойчивостью.	
	3.	Посттравматические стрессовые расстройства.	
Тема 23. Личностные факторы, определяющие безопасность жизнедеятельности	Содержание учебного материала		2
	1.	Зависимость типа личности на способность эффективно противостоять чрезвычайным обстоятельствам.	
	2.	Личность типа жертвы.	
	3.	Личность безопасного типа поведения.	
	Самостоятельная работа обучающихся		2
Тематика самостоятельной работы: 1. Выполнить тест на понимание типов личности.			
Тема 24. Основы оказания первой помощи. Реанимационные мероприятия.	Содержание учебного материала		2
	1.	Техника искусственной вентиляции легких методов «изо рта в рот».	
	2.	Техника непрямого массажа сердца.	
	3.	Особенности выполнения непрямого масса сердца детям.	
Тема 25. Оказание первой помощи при травмах опорно-двигательного аппарата. Шок и оказание первой помощи.	Содержание учебного материала		2
	1.	Ушиб, растяжение, вывих оказание первой помощи.	
	2.	Повреждение органов брюшной полости.	
	3.	Виды переломов их характеристика и способы оказания первой помощи.	
	4.	Травматический шок.	
Тема 26. Виды ран и правила оказания первой помощи.	Содержание учебного материала		2
	1.	Виды ран и их характеристика.	
	2.	Последовательность действий при оказании первой помощи при ранах.	
	3.	Виды повязок.	
	Самостоятельная работа обучающихся		2
Тематика самостоятельной работы: 1. Оказание первой помощи в быту.			
Тема 27. Кровотечение, виды кровотечений и оказание первой помощи	Содержание учебного материала		2
	1.	Виды кровотечений.	
	2.	Оказания первой помощи при кровотечениях различного вида.	
Тема 28. Оказание первой помощи при ожогах, отморожениях и	Содержание учебного материала		2
	1.	Ожоги и оказание первой помощи.	
	2.	Отморожения и оказания первой помощи.	

солнечных ударах	3.	Оказание первой помощи при тепловом ударе.	
Тема 29. Правила оказания доврачебной помощи в критических ситуациях	Содержание учебного материала		2
	1.	Признаки биологической смерти, клинической, состояния комы и обморока.	
	2.	Правила оказания доврачебной помощи при состояниях клинической смерти, комы и потере сознания.	
	3.	Изучить признаки синего и бледного утопления. Составить алгоритм помощи при утоплении.	
	Самостоятельная работа обучающихся		2
Тематика самостоятельной работы: 1. Приоритетная модель поведения, которая обеспечит здоровье и жизненный тонус.			
Тема 30. Принципы рационального питания, как составляющая здоровья человека	Содержание учебного материала		2
	1.	Основные принципы рационального питания.	
	2.	Соответствие суточного расхода энергии и потребление калорий.	
	3.	Суточный расход энергии.	
	Самостоятельная работа обучающихся		4
Тематика самостоятельной работы: 1. Различные виды питания.			
Тема 31. Основы здорового образа жизни	Содержание учебного материала		2
	1.	Критерии здорового человека.	
	2.	Факторы, влияющие на здоровье.	
	3	Вредные привычки, их влияние на здоровье человека	
	4	Спорт, как необходимая составляющая и залог здоровья.	
	Самостоятельная работа обучающихся		2
Тематика самостоятельной работы 1. Виды спорта			
Тема 32. Функциональные системы позволяющие обеспечить безопасность жизнедеятельности	Содержание учебного материала		2
	1.	Понятие функциональная система и ее предназначение в организме человека.	
	2.	Деятельность безусловных и условных рефлексов.	
	3	Защитная дееспособность анализаторов.	
	Самостоятельная работа обучающихся		2
Тематика самостоятельной работы: 1. Адаптация систем организма человека.			
Промежуточная аттестация: дифференцированный зачет			
Всего часов:			102

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета безопасности жизнедеятельности.

Подготовка внеаудиторной работы должна обеспечиваться доступом каждого обучающегося к базам данных и библиотечным фондам. Во время самостоятельной подготовки, обучающиеся должны быть обеспечены доступом к сети Интернет.

Оборудование учебного кабинета: посадочные места для обучающихся, рабочее место преподавателя, доска.

4.2. Общие требования к организации образовательной деятельности

Освоение обучающимися учебной дисциплины может проходить в условиях созданной образовательной среды как в образовательной организации (учреждении), так и в организациях соответствующих профилю учебной дисциплины.

Теоретические занятия должны проводиться в учебном кабинете библиотековедения, согласно Государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования Луганской Народной Республики по профессии или специальности.

Текущий и промежуточный контроль обучения складывается из следующих компонентов:

текущий контроль: опрос обучающихся на занятиях, проведение тестирования, решение производственных задач обучающимися в процессе проведения теоретических занятий и т.д.;

промежуточный контроль: дифференцированный зачет.

4.3. Кадровое обеспечение образовательной деятельности

Требования к квалификации педагогических кадров, осуществляющих реализацию ППССЗ по специальности должна обеспечиваться педагогическими кадрами, имеющими высшее образование, соответствующее профилю преподаваемой учебной дисциплины. Опыт деятельности в организациях соответствующей профессиональной сферы является обязательным для преподавателей, отвечающих за освоение обучающимся профессионального учебного цикла. Преподаватели получают дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации, в том числе в форме стажировки в профильных организациях не реже одного раза в 5 лет.

4.4. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. [Безопасность жизнедеятельности : учебник / С. В. Белов, В. П. Сивков, А. В. Ильницкая и др. — 7-е изд., стер. — М. : Высшая школа, 2007. — 616 с.](#)
2. [Безопасность жизнедеятельности: учебник / под ред. проф. Э. А. Арустамова. — 10-е изд., перераб. и доп. — М. : Дашков и К, 2006. — 476 с.](#)
3. [Бугаев, В. А. Безопасность жизнедеятельности : конспект лекций / В. А. Бугайов. — Луганск : ЛГАКИ, 2014. — 164 с.](#)
4. [Бугаев, В. А. Гражданская защита : курс лекций / В. А. Бугаев. — Луганск : ЛГАКИ имени М. Матусовского, 2017. — 71 с.](#)
5. [Воробйов, О. О. Цивільний захист : навч. посіб. / О. О. Воробйов, Л. В. Романів. — Чернівці : \[б. и.\], 2008. — 160 с.](#)
6. [Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности : учебник для сред. проф. образования / Н. А. Прокопенко. — 9-е изд., стер. — М. : Академия, 2014. — 336 с.](#)
7. [Микрюков, В. Ю. Безопасность жизнедеятельности : учебник / В. Ю. Микрюков. — М. : Форум, 2008. — 464 с.](#)
8. [Основы безопасности жизнедеятельности и первой медицинской помощи : учеб. пособие / под общ. ред. Р. И. Айзмана. — 2-е изд., испр. и доп. — Новосибирск : Сиб. унив. изд-во, 2004. — 396 с.](#)
9. [Основы безопасности жизнедеятельности: 11 класс : учебник / В. В. Марков, В. Н. Латчук, С. К. Миронов, С. Н. Вангородский. — 13-е изд., стереотип. — М. : Дрофа, 2013. — 304 с.](#)
10. [Петров, С. В. Первая помощь в экстремальных ситуациях : практическое пособие / С. В. Петров, В. Г. Бубнов. — М. : Изд-во НЦ ЭНАС, 2004. — 96 с.](#)
11. [Сапронов, Ю. Г. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие / Ю. Г. Сапронов, А. Б. Сыса, В. В. Шахбазян. — М. : Академия, 2003. — 320 с.](#)
12. [Смирнов, А. Т. Безопасность жизнедеятельности : Учебное пособие / А. Т. Смирнов, М. А. Шахраманьян, Р. А. Дурнев и др. — М. : Дрофа, 2009. — 375 с.](#)
13. [Экология и безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие / Д. А. Кривошеин, Л. А. Муравей, Н. Н. Роева и др.; Под ред. Л. А. Муравья. — М. : Юнити-Дана, 2000. — 226 с.](#)

Дополнительные источники:

1. [Безопасность жизнедеятельности : Учебник / Под. ред. Л.А. Михайлова. — 2-е изд. — СПб. : Питер, 2008. — 461 с.](#)
2. [Безпека життєдіяльності. Забезпечення соціальної, техногенної та природної безпеки : навч. посібник / В. В. Бегун, І. М. Науменко - К. : , 2004. — 328с.](#)
3. [Безпека життєдіяльності : навч. посіб. / О. С. Баб'як та ін. — Х. : Ранок, 2000. — 304 с.](#)

4. Безпека життєдіяльності в запитаннях і відповідях : навч. посібник / Д. П. Плахтій, А. М. Савчук, В. К. Підгорний, І. М. Бурдейний. — 2-е вид., доп. і перероб. — Кам'янець-Подольський : Медобори-2006, 2010. — 248 с.
5. Бедрій, Я. І. Безпека життєдіяльності : навч. посібник / Я. І. Бедрій. — К. : Кондор, 2009. — 286 с.
6. Василенко, Л. Б. ОБЖ: основи безпеки життєдіяльності / Л. Б. Василенко. — Харків : Ранок, 2006. — 256 с.
7. Заплатинський В. М. Полімовний тлумачний словник з безпеки. Підручник. — К.: Центр учбової літератури, 2009. — 120 с. ISBN 978-911-01-0002-1
8. Желібо, Є. П. Безпека життєдіяльності : Навч. посібник / За ред. Є.П. Желібо і В.М. Пічі. — К. : Каравела, 2002. — 328 с.
9. Желібо, Є. П. Безпека життєдіяльності : Навч. посібник / За ред. Є.П. Желібо. — 3-є вид. — К. : Каравела, 2003. — 328 с.
10. Іванова І.В., Заплатинський В.М., Гвозд'їй С.П. "Безпека життєдіяльності" навчально-контролюючі тести. — Київ: "Саміт-книга", 2005. — 148 с.
11. Лапін, В. М. Безпека життєдіяльності : навч. посібник / В. М. Лапін. — К. : Знання, 2000. — 186 с.
12. Літвак, С. М. Безпека життєдіяльності : навч. посібник / С. М. Літвак, В. О. Михайлюк. — Миколаїв : Компанія ВІД, 2001. — 230 с.
13. Хван, Т. А. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие / Т.А. Хван, П.А. Хван, А.В. Евсеев. — 7-е изд. — Ростов н/Д : Феникс, 2008. — 414 с.
14. Ярошевська, В. М. Безпека життєдіяльності / В. М. Ярошевська, М. М. Ярошевський, І. В. Москальов. - К. : НМЦ, 1997. — 292 с.

Интернет-ресурсы:

1. <http://novtex.ru/bjd/> (научно-практический и учебно-методический журнал «Безопасность жизнедеятельности»).
2. http://ohrana-bgd.narod.ru/proizv_1.html (охрана труда и безопасность жизнедеятельности).
3. <http://life-safety.ru> (безопасность жизнедеятельности – модульная сайт-технология).
4. <http://bzhd.spbstu.ru> (кафедра «Безопасности жизнедеятельности» Санкт-Петербургского Государственного Политехнического Университета).
5. http://www.omgtu.ru/general_information/institutes/petrochemical_institute/department_of_quot_safety_quot/ (кафедра «Безопасности жизнедеятельности» Омского Государственного Технического университета).
6. <http://www.culture.mchs.gov.ru> (портал МЧС России).
7. Obj.ru (Основы безопасности жизнедеятельности, гражданская оборона, первая помощь).
8. 8b.ru (Аспирация и пылегазоочистка. "Планета-ЭКО").
9. alf-center.com (Охрана труда и промышленная безопасность).
10. aprb.spb.ru (Северо-Запад. Актуальные проблемы региональной безопасности).

11. bezopasnost.edu66.ru (Информация по обеспечению личной, национальной и глобальной безопасности. Нормативные документы, теория БЖ, наука, психология, методика, культура БЖ, электронная библиотека по БЖ).
12. biosafety.ru (Альянс СНГ - За Биобезопасность).
13. bgd.udsu.ru (Информационно-образовательный портал по безопасности жизнедеятельности).
14. econavt.ru/bait (Электронный журнал "Без Аварий и Травм" (БАиТ) посвящен актуальным вопросам обеспечения безопасности жизнедеятельности в сфере производства и на автомобильном транспорте).
15. idos.ru/olymp/obg/ (Олимпиада по ОБЖ).
16. ekmon.da.ru (ЭКОЛОГИЯ + СПЕЦОДЕЖДА).
17. elib.ispu.ru/library/lessons/Diakov/index.htm (Курс лекций по БЖД).
18. gazeta.asot.ru (Безопасность Труда и Жизни. Сетевая версия газеты).
19. h-cosmos.ru (Портал "Экология, Космос, Знание").
20. hro.org/editions (Права человека в России).
21. hsea.ru (Документы и вакансии по охране труда и промышленной безопасности).
22. kuhta.clan.su (ОБЖ в школе).
23. novtex.ru/bjd (Журнал "Безопасность жизнедеятельности").
24. ntc-ecology.ru (НАУЧНЫЙ ЦЕНТР "Экология, акустика, охрана труда").
25. ntpo.com (НЕЗАВИСИМЫЙ НАУЧНО-ТЕХНИЧЕСКИЙ ПОРТАЛ. ТЕХНИКА. ИЗОБРЕТЕНИЯ. ТЕХНОЛОГИИ. ФИЗИКА).
26. obzh.ru (Обж.ру - образовательный портал).
27. ohrana-bgd.narod.ru Охрана труда и БЖД
28. otipb.ucoz.ru (Справочник Охрана труда и пожарная безопасность).
29. ottb.ru (Виртуальный консалтинговый центр "Охрана труда. Промышленная и пожарная безопасность").
30. rpohbv.ru (ФГУЗ «Российский Регистр Потенциально Опасных Химических и Биологических Веществ» Роспотребнадзора России).
31. safework.ru (Интернет-Академия безопасного труда - Институт охраны труда, промышленной безопасности, социального партнерства и профессионального образования (Санкт-Петербург). Система проверки знаний "Экзаменатор" по общим вопросам охраны труда. Информационные листки опасностей. Энциклопедия по охране и безопасности труда (на русском языке)).
32. sbras.nsc.ru/cotreb (Центр охраны труда, радиационной и экологической безопасности СО РАН).
33. school-obz.org ("Основы безопасности жизнедеятельности" журнал МЧС России. Информационно-методическое издание для преподавателей).
34. <http://base.safework.ru/iloenc> (Энциклопедия по охране и безопасности труда МОТ.).
35. <http://base.safework.ru/safework> (Библиотека безопасного труда МОТ).
36. <http://www.nau.ua> (Інформаційно-пошукова правова система «Нормативні акти України (НАУ)»).

37. <http://www.ugorsk.ru>.
38. <http://www.emercom.gov.ru/> (МЧС России).
39. <http://www.zarnitza.ru/o-kompanii/> (Иинновационное учебное оборудование и учебные пособия).
40. <http://www.ligainternet.ru/hotline.php/> («Лига безопасного интернета»).
41. <http://www.bezopasnost.edu66.ru/> (Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё о Безопасности Жизнедеятельности).
42. <http://www.maneb.spb.su/> (Международная Академия наук экологии и безопасности жизнедеятельности. Искусство выживания).
43. <http://chronicl.chat.ru/security.htm> (Сайт о поведении в экстремальной ситуации).
44. <http://www.meduhod.ru/deseases/firstaid.shtml/> (Первая медицинская помощь).
45. <http://www.fireman.ru/> (Пожарная охрана России).
46. <http://www.narkotiki.ru/> (Сайт о борьбе с наркоманией).
47. <http://www.medline.narod.ru> / (Сайт о детской и юношеской наркомании).
48. <http://www.spas-extreme.ru> (Портал детской безопасности).

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Основные показатели оценки результатов	Формы и методы контроля и оценки
<p>Знать: основные принципы формирования безопасной жизнедеятельности человека; принципы гармоничного развития человека и устойчивого развития общества; характеристики внешних и внутренних особенностей человека при формировании его безопасности; классификацию и нормирование вредных и опасных факторов, которые негативно влияют на здоровье человека, и методы их выявления; основные принципы коллективной безопасности; законодательные акты и нормативные документы по вопросам жизнедеятельности человека.</p>	<p>Знает определение основных понятий; умеет логически выстраивать последовательность действий в зависимости от ситуации; дифференцирует различные чрезвычайные ситуации и знает о принципе и последовательности действий вследствие их возникновения.</p>	<p>Метод - устный контроль, письменный контроль. Форма - беседа, письменная работа, дифференцированный зачет.</p>
<p>Уметь: анализировать и оценивать опасные ситуации; идентифицировать опасность; оценивать количественные, временные и пространственные характеристики опасности; оценивать среду пребывания относительно личной безопасности, безопасности коллектива; оценивать потенциальные риски; оценивать негативные факторы среды пребывания и определять пути устранения их действия на человека; самостоятельно принимать решения о срочных мерах в случае возникновения экстремальных ситуаций; обеспечить личную безопасность в экстремальных ситуациях и по возможности уметь оказать необходимую помощь окружающим;</p>		

<p>разработать и внедрить систему мер, направленных на сохранения здоровья человека и его гармоничное развитие; определить психофизиологические особенности человека и их роль в обеспечении личной безопасности; определить требования законодательных актов в пределах личной и коллективной ответственности. -выявления условий формирования опасностей; прогнозирование опасностей; изучение методов и средств предупреждения по уменьшению влияния негативных факторов на человека, коллектив; знание основ предоставления первой помощи в чрезвычайных ситуациях.</p>		
---	--	--