

Министерство культуры Нижегородской области
Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение «Нижегородское
театральное училище (колледж) имени Е.А. Евстигнеева»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

УПО.10.04 Основы безопасности жизнедеятельности

Специальность 52.02.01 Искусство балета

углубленной подготовки

Нижний Новгород
2025 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета УПО.10.04 Основы безопасности жизнедеятельности разработана на основе требований федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (ФГОС СОО) и федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (ФГОС СПО), с учетом Рабочей программы воспитания по специальности 52.02.01 Искусство балета.

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Нижегородское театральное училище (колледж) имени Е.А. Евстигнеева»

Разработчик:
Белякова М.В., преподаватель высшей квалификационной категории.

Оглавление

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	3
УПО.10.04 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ	3
1.1. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы:	3
1.2. Цели и задачи учебного предмета:.....	3
1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы предмета	5
1.5. Основные виды учебных занятий:	5
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УПО.10.04 «ОСНОВЫ.....	5
БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»	5
2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы	5
2.2 Тематический план	6
2.3. Содержание учебного предмета УПО.10.04 Основы безопасности жизнедеятельности	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	10
3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.....	10
3.2 Информационное обеспечение обучения	10
3. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ	10
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.....	10
5.МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....	11
студентам по выполнению самостоятельной работы.....	11

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА УПО.10.04 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ (базовый уровень)

1.1. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы: учебный предмет УПО.10 04. Основы безопасности жизнедеятельности входит в общеобразовательный учебный цикл, изучается на базовом уровне.

1.2. Цели и задачи учебного предмета:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы - совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков.

1.3. Планируемые результаты освоения предмета

Освоение содержания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение обучающимися следующих метапредметных результатов (М.00) и предметных результатов (П.00):

Код М, П	Формулировка результатов
М.01	Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях
М.02	Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты
М.03	Владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания
М.04	Готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников
М.05	Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности
М.06	Умение определять назначение и функции различных социальных институтов
М.07	Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей
М.08	Владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства

М.09	Владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.
П.01	Знание основ государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области.
П.02	Представление об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; о роли государства в противодействии терроризму.
П.03	Знание основ пожарной безопасности; порядка действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; прав и обязанностей граждан в области пожарной безопасности.
П.04	Знание основ безопасного, конструктивного общения.
П.05	Владение основами медицинских знаний: приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях.
П.06	Знание о способах безопасного поведения в природной среде; о порядке действий при чрезвычайных ситуациях природного характера.
П.07	Представление о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте. Знание правил безопасного поведения на транспорте, знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.
П.08	Представление о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций.
П.09	Представление о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства.
П.10	Умение различать приемы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им.
П.11	Знание порядка действий при объявлении разного уровня террористической опасности; при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции.
П.12	Знание порядка действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях; правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении.
П.13	Знание мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформированности представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера.

В результате освоения учебного предмета студент должен уметь:

- оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях;
- действовать в чрезвычайных ситуациях;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

В результате освоения учебного предмета студент должен знать:

- о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

- о здоровье и здоровом образе жизни;

- о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;

- предназначение, структуру, задачи гражданской обороны.

По окончании изучения предмета, выпускник должен овладеть следующей компетенцией:

Код компетенции	Наименование результата обучения
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ОК 10.	Использовать в профессиональной деятельности личностные, метапредметные, предметные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования.
ОК 12.	Использовать в профессиональной деятельности умения и знания учебных предметов федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в профессиональной деятельности.
ПК 1.6.	Сохранять и поддерживать внешнюю, физическую и профессиональную форму.
ПК 1.7.	Владеть культурой устной и письменной речи, профессиональной терминологией

1.4.Рекомендуемое количество часов на освоение программы предмета

максимальной учебной нагрузки обучающегося -53 часа,

в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 35 часов;

самостоятельной работы обучающегося - 18 часов;

Форма итоговой аттестации – дифф. зачёт 5(9) класс.

1.5. Основные виды учебных занятий: уроки.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УПО.10.04 «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объём часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	53
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	35
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	18
Итоговая аттестация в форме дифф. зачёта	

2.2 Тематический план

п/п	Наименование тем	Кол – во часов
5 класс 9 семестр		16
1	Пожарная безопасность в быту	1
2	Безопасность пассажира	1
3	Безопасность водителя	1
4	Безопасные действия при дорожно-транспортных происшествиях	1
5	Безопасность пассажиров на различных видах транспорта	1
6	Первая помощь при чрезвычайных ситуациях на транспорте	1
7	Пожарная безопасность в общественных местах	1
8	Безопасные действия в ситуациях криминогенного и антиобщественного характера	1
9	Безопасные действия при автономном существовании в природной среде	1
10	Безопасное поведение в природной среде	1
11	Безопасное поведение в горах	1
12	Безопасное поведение на водоемах	1
13	Безопасные действия при угрозе наводнениях, цунами	1
14	Безопасные действия при урагане, буре, смерче, грозе	1
15	Безопасные действия при угрозе землетрясения, извержения вулкана	1
16	Безопасные действия в лесу	1
5 класс 10 семестр		19
1.	Экология и её значение для устойчивого развития общества	1
2.	Общее представление о здоровье	1
3.	Инфекционные и неинфекционные заболевания	1
4.	Психическое здоровье и психологическое благополучие	1
5.	Первая помощь и самопомощь при неотложных состояниях	1
6.	Общение – основа социального взаимодействия	1
7.	Безопасные способы избегания и разрешения конфликтных ситуаций	1
8.	Манипуляция и способы противостоять ей	1
9.	Безопасное поведение и современные увлечения молодёжи	1
10.	Безопасное поведение и современные увлечения молодёжи	1
11.	Опасные программы и явления цифровой среды	1
12.	Безопасные правила цифрового поведения	1
13.	Деструктивные течения в Интернете и защита от них	1
14.	Общественно - государственная система противодействия экстремизму и терроризму	1
15.	Безопасные действия при угрозе теракта	1
16.	Безопасные действия при совершении теракта	1
17.	Безопасные действия при совершении теракта	1
18.	Роль личности в противодействии терроризму	1
19.	Взаимодействие государства, общества, личности в обеспечении безопасности	1

2.3. Содержание учебного предмета УПО.10.04 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
	1 класс 9 семестр	16	
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья			
Тема 1.1. Пожарная безопасность в быту	Основные причины бытовых пожаров. Правила пожарной безопасности, Средства обеспечения пожарной безопасности. Действие при пожаре	1	2
Тема 1.2. Безопасность пассажира	Основные аспекты безопасности пассажира	1	2
Тема 1.3. Безопасность водителя	Основные аспекты безопасности водителя	1	2
Тема 1.4. Безопасные действия при дорожно-транспортных происшествиях	Обеспечение безопасности на месте происшествия. Фиксация обстоятельств ДТП. Вызов экстренных служб. Оказание первой помощи. Оформление документов	1	2
	<i>Самостоятельная работа 1. Рефераты по темам «Правила дорожного движения»</i>	3	2
Тема 1.5. Безопасность пассажиров на различных видах транспорта	Наземный общественный транспорт (автобус, троллейбус, трамвай). Железнодорожный транспорт. Авиационный транспорт. Водный транспорт. Общие меры безопасности	1	2
Тема 1.6. Первая помощь при чрезвычайных ситуациях на транспорте	Общие принципы оказания первой помощи. Особенности для разных видов транспорта. Некоторые мероприятия при оказании первой помощи	1	2
Тема 1.7. Пожарная безопасность в общественных местах	Основные аспекты пожарной безопасности в общественных местах. Правила поведения для посетителей. Нормативные аспекты. Ответственность	1	2
Тема 1.8. Безопасные действия в ситуациях криминогенного и антиобщественного характера	Основные принципы безопасного поведения. Рекомендации для разных ситуаций.	1	2
	<i>Самостоятельная работа 2. Составление кроссворда по теме «Криминогенные и антиобщественные ситуации»</i>	3	2
Тема 1.9. Безопасные действия при автономном существовании в природной среде	Ключевые аспекты безопасных действий	1	2
Тема 1.10. Безопасное поведение в природной среде	Подготовка к походу	1	2

	Самостоятельная работа 3. Рефераты по темам «Виды природных сред»	3	2
Тема 1.11. Безопасное поведение в горах	Подготовка к походу. Правила поведения на маршруте. Правила поведения на стоянке. Действия в экстремальных ситуациях	1	2
Тема 1.12. Безопасное поведение на водоемах	Выбор места купания. Соблюдение правил при использовании плавательных средств. Ограничение при купании. Действия в экстремальных ситуациях	1	2
Тема 1.13. Безопасные действия при угрозе наводнениях, цунами	Наводнения. Цунами. Действия в экстремальных ситуациях	1	2
Тема 1.14. Безопасные действия при урагане, буре, смерче, грозе	Действия при получении штормового предупреждения. Действия при урагане или буре на улице. Действия при смерче, во время грозы. Действия после урагана, бури, смерча	1	2
Тема 1.15. Безопасные действия при угрозе землетрясения, извержения вулкана	Подготовка к землетрясению. Действия при землетрясении. Действия при извержении вулкана. После извержения вулкана	1	2
Тема 1.16. Безопасные действия в лесу	Правила поведения во время прогулки. Действия в случае заблуждения	1	2
	5 класс 10 семестр	19	
Тема 1.17. Экология и её значение для устойчивого развития общества	Значение экологии для устойчивого развития общества. Сохранение биоразнообразия. Рациональное использование природных ресурсов	1	2
Раздел 2. Основы медицинских знаний			
Тема 2.1. Общее представление о здоровье	Компоненты здоровья человека. От чего зависит наше здоровье. Здоровый образ жизни	1	2
Тема 2.2. Инфекционные и неинфекционные заболевания	Инфекционные и неинфекционные (хронические) заболевания	1	2
	Самостоятельная работа 1. Рефераты по теме «Инфекционные и неинфекционные (хронические) заболевания»	3	2
Тема 2.3. Психическое здоровье и психологическое благополучие	Психологическое здоровье. Психологическое благополучие	1	2
Тема 2.4. Первая помощь и самопомощь при неотложных состояниях	Универсальный алгоритм оказания первой помощи. Аптечки первой помощи. Основные компоненты, их назначение	1	2
Раздел 3. Безопасность в социуме			
Тема 3.1. Общение – основа социального взаимодействия	Условия коммуникации. Конструктивное и деструктивное общение. Предупреждение конфликтов	1	2
Тема 3.2. Безопасные способы избегания и разрешения конфликтных ситуаций	Что такое конфликт. Основные характеристики и причины возникновения конфликта. Стадии конфликта и способы его разрешения	1	2
Тема 3.3. Манипуляция и способы	Что такое манипуляция и зачем люди используют её в повседневном общении.	1	2

противостоять ей	Орудия манипуляции. Мишени манипуляторов. Как избежать манипуляций		
	<i>Самостоятельная работа 2. Составление кроссворда по теме «Манипуляция и манипуляторы»</i>	3	2
Тема 3.4. Безопасное поведение и современные увлечения молодёжи	Правила поведения в общественных местах и на улице. Экстремальные виды спорта и активный отдых. Современные увлечения молодёжи. Потенциально опасные увлечения. Роль взрослых	1	2
	<i>Самостоятельная работа 3. Рефераты по теме «Современные увлечения молодёжи»</i>	3	2
Раздел 4. Безопасность в информационном пространстве			
Тема 4.1. Опасные программы и явления цифровой среды	Основные опасности цифровой среды. Основные признаки цифровой зависимости	1	2
Тема 4.2. Безопасные правила цифрового поведения	Технические меры безопасности. Интернет Правила общения и поведения в интернете	1	2
Тема 4.3. Деструктивные течения в Интернете и защита от них	Деструктивные течения в цифровой среде и их опасность. Основные признаки деструктивных течений	1	2
Раздел 5. Основы противодействия экстремизму и терроризму			
Тема 5.1. Общественно - государственная система противодействия экстремизму и терроризму	Экстремизм и его основные проявления. Роль государства, общества и личности в борьбе с экстремизмом	1	2
Тема 5.2. Безопасные действия при угрозе теракта	Общие правила безопасности. Действия при обнаружении подозрительного предмета.	1	2
Тема 5.3. Безопасные действия при совершении теракта	Действия при взрыве или наличии стрельбы. Действия при захвате заложников	2	2
Тема 5.4. Роль личности в противодействии терроризму	Роль и возможности личности в противодействии терроризму. Признаки вовлечения в террористическую деятельность	1	2
Тема 5.5. Взаимодействие государства, общества, личности в обеспечении безопасности	Взаимодействие государства, общества, личности в обеспечении безопасности	1	2
	Дифференцированный зачет.	1	2
	Всего СР18+35	53	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Кабинет «Социально – экономических и гуманитарных дисциплин».

имеет:

1. доска одноэлементная,
2. парты и стулья по количеству учащихся,
3. телевизор,
4. компьютерный стол
5. ноутбук.
6. 6 шт. системных блоков и мониторов

3.2 Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

Ю.С. Шойгу Основы безопасности жизнедеятельности 8-9 классы. 2023

Дополнительная литература:

Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 2015

3. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения:	
- оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; - использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; - оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим; - владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	Оценка результатов выполнения практической работы. Оценка в рамках текущего контроля результатов, выполнения индивидуальных контрольных заданий.
Знания:	
- о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; - о здоровье и здоровом образе жизни; - о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; - предназначение, структуру, задачи гражданской обороны.	Оценка за устный индивидуальный опрос Тестирование.

5.МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

студентам по выполнению самостоятельной работы

Создание презентаций - вид самостоятельной работы студентов по созданию наглядных информационных пособий, выполненных с помощью мультимедийной компьютерной программы PowerPoint. Этот вид работы требует координации навыков студента по сбору, систематизации, переработке информации, оформления ее в виде подборки материалов, кратко отражающих основные вопросы изучаемой темы, в электронном виде. Слайды позволяют значительно структурировать содержание материала и, одновременно, заостряют внимание на логике его изложения. Происходит постановка проблемы, определяются цели и задачи, формулируются вероятные подходы её разрешения. Каждый слайд должен быть аннотирован, то есть он должен сопровождаться краткими пояснениями того, что он иллюстрирует. Во время презентации студент имеет возможность делать комментарии, устно дополнять материал слайдов. Роль студента: изучить материалы темы, выделяя главное и второстепенное; установить логическую связь между элементами темы; представить характеристику элементов в краткой форме; выбрать опорные сигналы для акцентирования главной информации и отобразить в структуре работы; оформить работу и предоставить к установленному сроку.