

Частное профессиональное образовательное учреждение
«Колледж дизайна, сервиса и права»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУДб.06 Основы безопасности жизнедеятельности

2022г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной ФГАУ «ФИРО» (Протокол №3 от 21 июля 2015г.), требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», 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)», учебного плана специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность. Является частью ППСЗ образовательного учреждения.

Организация-разработчик: ЧПОУ «Колледж дизайна, сервиса и права»

Разработчик:

Смирнова А.Ю., преподаватель ЧПОУ «Колледж дизайна, сервиса и права»

РАССМОТРЕНО

на заседании кафедры

«Общеобразовательные дисциплины»

Протокол №7 от «14» апреля 2022 г.

© ЧПОУ «Колледж дизайна, сервиса и права», 2022г.

© Смирнова А.Ю., 2022г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	18

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУДб.06 Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена образовательного учреждения в соответствии с ФГОС по специальности СПО 40.02.02 Правоохранительная деятельность.

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена: дисциплина относится к базовым дисциплинам общеобразовательного учебного цикла.

1.3. Цели и результаты освоения дисциплины:

Содержание программы «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих **целей:**

- 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;
- обеспечение профилактики асоциального поведения обучающихся.

Результаты освоения учебной дисциплины

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.

Программа учебной дисциплины способствует формированию и развитию общих компетенций на основе применения активных и интерактивных форм проведения занятий:

Методы	Формы	Лекции, уроки (час.)	Практические занятия (час.)	Всего (час.)
Работа в команде			4	4
Решение ситуационных задач			2	2
Мультимедийная презентация-дискуссия		4		4
Контрольный лист или тест		6		6
Презентации на основе современных мультимедийных средств		6		6
«Мозговой штурм»		4	2	6
Работа в парах			4	4
Игра			2	2
<i>Case-study</i> (метод конкретных ситуаций)			4	4
	Всего:	20	18	38

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальной учебной нагрузки обучающегося, в том числе:	105
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося	70
самостоятельной работы обучающегося	35

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	105
<i>в том числе в форме практической подготовки</i>	<i>22</i>
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	70
<i>в том числе:</i>	
практические занятия	22
контрольные работы	2
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	35
<i>в том числе:</i>	
подготовка рефератов	4
подготовка сообщений, докладов, проектов	6
подготовка презентаций	3
составление конспектов, выполнение заданий по учебнику	22
выполнение индивидуального проекта	10*
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта	

**выполнение индивидуальных проектов за счет распределения часов самостоятельной работы (по выбору обучающегося)*

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОУДб.06 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов / в. т.ч. в форме практической подготовки		Уровень освоения
		3	4	
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
Введение	Содержание учебного материала	3		1
	Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности.	2	-	
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение заданий по учебнику	1	-	
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		21	8	
Тема 1.1 Здоровье и здоровый образ жизни	Содержание учебного материала	9	4	1,2
	1. Здоровье и здоровый образ жизни – общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни, как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье	2	2	
	2. Влияние окружающей среды на здоровье человека – общее понятие окружающей среды. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера, как источник негативных факторов. Рациональное питание и его значение для здоровья. Правила личной гигиены и здоровье человека.	2	2	
	Практическое занятие Изучение правил дорожного движения. Отработка моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	2	-	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка доклада на тему (по выбору): «Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья», «Режим дня, труда и отдыха. Влияние распорядка дня на организм человека» Выполнение заданий по учебнику	1 2	-	
Тема 1.2 Вредные привычки и их влияние на здоровье человека	Содержание учебного материала	9	4	1,2
	1. Вредные привычки и их профилактика: основные понятия. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.	2	2	
	2. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему.	2	2	
	3. Наркотики, наркомания и токсикомания: общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	2	-	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка реферата на тему: «Влияние наркотиков на психику человека».	1	-	

	Составление конспекта на тему: «Пассивное курение и его влияние на здоровье» Выполнение заданий по учебнику		1 1		
Тема 1.3 Репродуктивное здоровье. Взаимоотношения полов	Содержание учебного материала		3	-	1,2
	1.	Репродуктивное здоровье, как составляющая часть здоровья человека и общества: основные понятия, историческая справка. Социальная роль женщины и мужчины в современном обществе. Репродуктивное здоровье мужчин и женщин и факторы, влияющие на него.	1	-	
	2.	Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей и детей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	1	-	
	Самостоятельная работа обучающихся Составление кроссворда по теме «Семья и семейные отношения»		1	-	
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения			24	4	
Тема 2.1 Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала		9	-	1,2
	1.	Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма российской Федерации. Основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.	2	-	
	2.	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	2	-	
	Практическое занятие Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.		2	-	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка реферата на тему: «Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций».		1	-	
	Выполнение заданий по учебнику		2		
Тема 2.2 Гражданская оборона – составная часть оборонеспособности страны			9	4	1,2
	1.	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.	2	2	
	2.	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Инженерная защита, виды	2	-	

	защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение.			
	3. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств РФ по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций (ЧС): прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.	2	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка презентации на тему (по выбору) «Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени», «Терроризм как основная социальная опасность современности», «Космические опасности: мифы и реальность», «Современные средства поражения и их поражающие факторы». Подготовка сообщения на тему «Служба скорой медицинской помощи», «Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России)», «История полиции РФ» (по выбору). Выполнение заданий по учебнику.	1 1 1	-	
Тема 2.3 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Содержание учебного материала	6	-	1,2
	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.	2	-	
	Самостоятельная работа обучающихся Выполнение заданий по учебнику. Подготовка к контрольной работе	2	-	
	Контрольная работа по теме: «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях»	2	-	
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность		30	2	
Тема 3.1 Организационная структура Вооруженных Сил	Содержание учебного материала	6	2	1,2
	Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура.	2	2	

	Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.			
	Практическое занятие Изучение войск РФ: 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.	2	-	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка презентации на тему: «Вооруженные силы Руси: организация обороны в княжествах»; «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» (по выбору). Ответы на вопросы в учебнике.	1 1	-	
Тема 3.2 Воинская обязанность	Содержание учебного материала	6	-	1,2
	Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Военно-профессиональная деятельность: порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям, особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. 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. 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.	2	-	
	Практическое занятие Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.	2	-	
	Самостоятельная работа обучающихся Составление конспекта по теме: «Альтернативная гражданская служба (основные условия прохождения альтернативной гражданской службы, требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы)». Ответы на вопросы в учебнике.	1 1	-	
Тема 3.3 Военнослужащий – защитник своего Отечества	Содержание учебного материала	9	-	1,2
	Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: 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.	2	-	

	Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.			
	Практические занятия Изучение качеств личности военнослужащего как защитника Отечества: требований к психическим и морально-этическим качествам призывника.	2	-	
	Изучение видов воинской деятельности и их особенностей. Изучение особенностей воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск.	2	-	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка презентации на тему (по выбору): «Общие права и обязанности военнослужащих», «Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная)», «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.)» Ответы на вопросы в учебнике.	1 2	-	
Тема 3.4 Офицеры в Российской армии	Содержание учебного материала	3	-	1,2
	Как стать офицером Российской армии. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации	2	-	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка сообщения на тему (по выбору) «Военные училища: история, развитие и современный вид», «Женщина в российской армии: основные требования и прохождение службы»	1	-	
Тема 3.5 Боевые традиции Вооруженных Сил России	Содержание учебного материала	6	-	1,2
	Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Дни воинской славы России – дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. 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.	2	-	
	Практическое занятие Изучение ритуалов 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	-	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка реферата на тему: «Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы», «Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе», «Дни воинской славы России», «Города-герои Российской Федерации», «Города воинской славы Российской Федерации» (по выбору). Ответы на вопросы в учебнике.	1 1	-	
Раздел 4. Основы медицинских знаний		27	8	

Тема 4.1 Первая медицинская помощь	Содержание учебного материала		6	2	1,2
	Первая медицинская помощь. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи.		2	2	
	Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях.				
	Практическое занятие Изучение правил наложения повязок различных типов.		2	-	
Самостоятельная работа обучающихся Ответы на вопросы в учебнике.		2	-		
Тема 4.2 Правила оказания ПМП при различных травмах и состояниях организма	Содержание учебного материала		9	6	1,2
	1.	Правила оказания первой помощи при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.	2	2	
	Практические занятия Изучение видов кровотечений и правил оказания первой медицинской помощи при кровотечениях. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.		2	2	
	Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания. Правила оказания первой помощи при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.		2	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка сообщения на тему: «Правила личной гигиены и здоровье человека». Ответы на вопросы в учебнике.		1 2	-	
Тема 4.3 Основные инфекционные болезни	Содержание учебного материала		3	-	1,2
	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.		2	-	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка сообщений на тему: «СПИД — чума XXI века. Как с ней бороться».		1	-	
Тема 4.4 Здоровье родителей и детей	Содержание учебного материала		7	-	
	Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные функции семьи. Основные средства планирования семьи. Духовность и здоровье семьи. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.		2	-	
	Практическое занятие Изучение и практическое применение основ ухода за младенцем (физиологические особенности развития новорожденных детей, основные мероприятия по уходу за младенцами)		2	-	

	Самостоятельная работа обучающихся Написание рефератов по теме (на выбор): «Духовность и здоровье семьи», «Здоровье родителей — здоровье ребенка», «Как стать долгожителем?», «Политика государства по поддержке семьи». Ответы на вопросы в учебнике. Подготовка к дифференцированному зачету.	1	-	
		2		
Дифференцированный зачет		2	-	
Всего:		105	22	

Примерные темы индивидуальных проектов:

1. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
2. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
3. Табакокурение и его влияние на здоровье.
4. Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
5. Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
6. Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
7. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
8. Терроризм как основная социальная опасность современности.
9. Космические опасности: мифы и реальность.
10. Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
11. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
12. Патриотизм и верность воинскому долгу.
13. Города-герои в Российской Федерации.
14. Города воинской славы в Российской Федерации.
15. СПИД — чума XXI века. Как с ней бороться».
16. Духовность и здоровье семьи.
17. Как стать долгожителем.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины предполагает наличие учебного кабинета первой медицинской помощи.

Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-методической документации;
- плакаты;
- фонд слайдовых презентаций;
- комплект настенных стендов;
- Т «Максим I» тренажер - манекен взрослого пострадавшего для отработки приемов сердечно-легочной и мозговой реанимации – торс;
- аптечка индивидуальная АИ-2;
- ВПХР с индикаторными трубками;
- жгут кровоостанавливающий резиновый;
- индивидуальный перевязочный пакет ИПП – 1;
- индивидуальный противохимический пакет ИПП – 11;
- костюм Л – 1;
- курвиметр;
- линейка визирная металлическая;
- повязка косыночная взрослая средняя
- противогаз учебный (с чехлом и коробкой) 3 шт.;
- респиратор АЛИНА 200 АВК;
- респиратор Р -2;
- устройство для ИВЛ с обратным клапаном «Рот - устройство – рот»;
- шина Дитерихса (деревянная);
- костюм химической защиты;
- огнетушитель ОП – 2

Технические средства обучения:

- персональный компьютер с выходом в Интернет;
- мультимедийный проектор;
- интерактивная доска.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Микрюков, В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + Приложение : учебник / Микрюков В.Ю. — Москва : КноРус, 2022. — 290 с. — ISBN 978-5-406-08825-8. — URL: <https://book.ru/book/941147> — Текст : электронный.

Дополнительные источники:

1. Косолапова, Н.В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум : учебное пособие / Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. — Москва : КноРус, 2021. — 155с. — ISBN 978-5-406-08196-9. — URL: <https://book.ru/book/939366>. — Текст : электронный.

2. Косолапова, Н.В., Безопасность жизнедеятельности : учебник / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. — Москва : КноРус, 2022. — 192 с. — ISBN 978-5-406-09732-8. — URL: <https://book.ru/book/943656>. — Текст : электронный.

3. Обеспечение жизнедеятельности в условиях чрезвычайных ситуаций : учебное пособие / Свитнев И.В., под ред., Зрянина Н.В., Колесов Д.Г., Харитонова Е.А., Быченко В.А., Буката В.А., Вилков А.В., Гильванов П.Р., Гурьянов М.И. — Москва : КноРус, 2021. — 189 с. — ISBN 978-5-406-04798-9. — URL: <https://book.ru/book/939023> — Текст : электронный.

4. Самыгин, С.И. Психология экстремальных ситуаций : учебник / Самыгин С.И., Столяренко Л.Д., Бондин В.И. — Москва : КноРус, 2022. — 490 с. — ISBN 978-5-406-09313-9. — URL: <https://book.ru/book/942849> — Текст : электронный.

5. Хван, Т.А. Основы безопасности жизнедеятельности [Текст] : учебное пособие / Т.А. Хван, П.А. Хван. - Изд. 9-е. - Ростов н/Д : Феникс, 2014. — 415с.

Интернет-ресурсы:

1. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]. Форма доступа: <http://www.school-obz.org>;

2. Энциклопедия безопасности [Электронный ресурс]. Форма доступа: <http://www.opasno.net>.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, внеаудиторной самостоятельной работы.

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
личностных:	
развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;	Оценка результатов выполнения практических работ.
готовность к служению Отечеству, его защите;	Оценка выполнения практической работы «Изучение качеств личности военнослужащего как защитника Отечества».
– формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности; – исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);	Оценка результатов устного опроса по теме 1.2. Оценка составления конспекта на тему: «Пассивное курение и его влияние на здоровье», реферата на тему: «Влияние наркотиков на психику человека»
воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;	Оценка результатов устного опроса по теме 1.1. Оценка выполнения практической работы «Изучение правил дорожного движения», докладов на тему: «Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья», «Режим дня, труда и отдыха. Влияние распорядка дня на организм человека
освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;	Оценка результатов устного опроса по теме 2.1. Оценка выполнения практической работы «Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте». Оценка результатов выполнения контрольной работы по теме «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях»
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	Оценка результатов устного опроса, выполнения практических работ и внеаудиторной самостоятельной работы, выполнения контрольной работы по теме «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях», дифференцированного зачета.

<p>жизнедеятельности человека;</p> <ul style="list-style-type: none">– 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,	
--	--

<p>проектировать модели личного безопасного поведения;</p> <ul style="list-style-type: none"> – 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; 	
<p>предметных:</p>	
<p>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;</p>	
<p>получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;</p>	<p>Оценка результатов устного опроса по темам раздела 2 «Государственная система обеспечения безопасности населения»; выполнения практической работы «Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте», рефератов на тему: «Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций»; презентаций на тему: «Правовые основы организации защиты</p>

	<p>населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени». «Космические опасности: мифы и реальность», «Современные средства поражения и их поражающие факторы». «Служба скорой медицинской помощи». «Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России)». «История полиции РФ»; контрольной работы по теме «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях».</p>
сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;	Оценка презентаций на тему: «Терроризм как основная социальная опасность современности»; составления конспекта на тему: «Пассивное курение и его влияние на здоровье», реферата на тему: «Влияние наркотиков на психику человека».
сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;	Оценка результатов устного опроса по теме 1.1. Оценка выполнения практической работы «Изучение правил дорожного движения», докладов на тему: «Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья», «Режим дня, труда и отдыха. Влияние распорядка дня на организм человека
освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;	Оценка результатов устного опроса по теме 2.1. Оценка выполнения практической работы «Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте». Оценка результатов выполнения контрольной работы по теме «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях»
освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;	Оценка результатов устного опроса по теме 1.2. Оценка составления конспекта на тему: «Пассивное курение и его влияние на здоровье», реферата на тему: «Влияние наркотиков на психику человека»
развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;	Оценка результатов устного опроса по темам 2.1, 2.2. Оценка выполнения практической работы «Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте».
формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;	Оценка результатов выполнения контрольной работы по теме «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях»
развитие умения применять полученные знания в области	

<p>безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</p>	
<p>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;</p>	<p>Оценка результатов устного опроса по темам раздела 3 «Основы обороны государства и воинская обязанность»; выполнения практических работ: «Изучение войск РФ» «Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции», «Изучение ритуалов Вооруженных Сил Российской Федерации»; презентаций на тему: «Общие права и обязанности военнослужащих», «Воинская дисциплина, ее сущность и значение», «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.)», «Материальная и гражданско-правовая ответственность военнослужащих».</p>
<p>освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</p>	<p>Оценка результатов выполнения практических работ «Изучение качеств личности военнослужащего как защитника Отечества», «Изучение видов воинской деятельности и их особенностей», составления конспекта по теме: «Альтернативная гражданская служба».</p>
<p>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.</p>	<p>Оценка результатов устного опроса по темам раздела 4 «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»; выполнения практических работ по теме 4.1 «Первая медицинская помощь», теме 4.2 «Правила оказания ПМП при различных травмах и состояниях организма»; защиты индивидуальных проектов.</p>