

**Министерство здравоохранения Иркутской области
областное государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Усольский медицинский техникум»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОДб.14. Основы безопасности жизнедеятельности

программы подготовки специалистов среднего звена
по специальностям СПО 34.02.01 Сестринское дело, 33.02.01 Фармация
очная форма обучения

г. Усолье – Сибирское
2019 год

ОДОБРЕНА

Методическим объединением

Протокол № 1 от 30.08.2019

Старший методист

 /Е.С.Жилкина/**УТВЕРЖДАЮ**

Заместитель директора

по теоретическому обучению

«30»  2019 год /В.В.Попов/

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана в соответствии с документами:

- Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования;
- локальный нормативный акт «О комплексном учебно-методическом обеспечении учебных дисциплин и профессиональных модулей программ подготовки специалистов среднего звена, разработанных на основе требований ФГОС СПО по специальностям подготовки ОГБПОУ «Усольский медицинский техникум»;
- учебный план ОГБПОУ «Усольский медицинский техникум» по специальности 34.02.01 Сестринское дело; 33.02.01 «Фармация»

Рабочая программа разработана на основе примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (Протокол № 3 от 21 июля 2015 г.; Регистрационный номер рецензии 379 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО»).

Разработчик:

Егорова Ирина Васильевна, преподаватель первой квалификационной категории ОГБПОУ «Усольский медицинский техникум»

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	15
4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ.....	17
5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	18
6. ТЕМАТИКА ЗАНЯТИЙ.....	22

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОДб.14. Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Общая характеристика

Программа разработана на основе 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).

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 учащихся.

В современных условиях глобализации развития мировой экономики, усложнения, интенсификации и увеличения напряженности профессиональной деятельности специалистов существенно возрастает общественно-производственное значение состояния здоровья каждого человека. Здоровье становится приоритетной социальной ценностью. В связи с этим исключительную важность приобретает высокая профессиональная подготовка специалистов различного профиля к принятию решений и действиям по предупреждению чрезвычайных ситуаций (ЧС), а при их возникновении – к проведению соответствующих мероприятий по ликвидации их негативных последствий, и прежде всего к оказанию первой помощи пострадавшим.

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучает риски производственной, природной, социальной, бытовой, городской и других сред обитания человека как в условиях повседневной жизни, так и при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного, природного и социального характера. Данная дисциплина является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности.

Основными содержательными темами программы являются: введение в дисциплину, обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья, государственная система обеспечения безопасности населения, основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний.

В процессе изучения раздела «Основы медицинских знаний» формируются знания в области медицины, умения оказывать первую медицинскую помощь при различных травмах. Обучающиеся получают сведения о здоровом образе жизни, основных средствах

планирования семьи, ухода за младенцем, поддержании в семье духовности, комфортного психологического климата.

1.2. Область применения программы

Программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» является частью образовательной программы среднего общего образования, реализуемой в пределах освоения программы подготовки специалистов среднего звена (далее – ППССЗ) в соответствии с ФГОС по специальностям СПО 34.02.01 Сестринское дело и 33.02.01 Фармация.

1.3. Место дисциплины в структуре ППССЗ:

Программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в состав базовых общеобразовательных учебных дисциплин общеобразовательного учебного цикла, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования.

1.4. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

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

Личностных:

- 1) развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- 2) формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- 3) воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметных:

- 1) овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- 2) владение обучающимися 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;
- 3) формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- 4) приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- 5) развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- 6) освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- 7) формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
- 8) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ- компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;

Предметных:

- 1) формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством

- осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- 2) формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
 - 3) понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
 - 4) понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
 - 5) понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;
 - 6) формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
 - 7) формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
 - 8) понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
 - 9) знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства;
 - 10) знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
 - 11) умение оказать первую помощь пострадавшим;
 - 12) умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
 - 13) умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
 - 14) овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

1.5. Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 105 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 70 часов;

самостоятельной работы обучающегося 35 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	105
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	70
в том числе:	
теоретические занятия	54
практические занятия	16
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	35
в том числе:	
домашняя работа (упражнения, решение задач), работа с учебником, конспектирование, работа с поисковыми системами сети Internet	
<i>Итоговая аттестация по дисциплине (промежуточная по образовательной программе) в форме дифференцированного зачета</i>	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень усвоения
1	2	3	4
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья		8/4	
Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни	Содержание	2	2
	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. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.		
	Практическое занятие	2	
	Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.		
Тема 1.2. Правила и безопасность дорожного движения	Содержание	2	2
	Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.		
	Практическое занятие	2	
Тема 1.3. Репродуктивное здоровье	Содержание	2	2
	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.		
Тема 1.4. Правовые основы	Содержание	2	
	Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень усвоения
1	2	3	4
взаимоотношения полов	Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».		
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения		14/4	
Тема 2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	Содержание	4	2
	Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).		
	Практическое занятие	2	
	Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.		
Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	Содержание	2	2
	История создания единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций		
Тема 2.3. Гражданская оборона	Содержание	2	
	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.		
Тема 2.4. Современные средства поражения и их поражающие факторы	Содержание	2	2,3
	Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды 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 их пребывания в зонах заражения.		
	Средства индивидуальной защиты. Изучение первичных средств пожаротушения.	2	
Тема 2.5. Обучение	Содержание	2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень усвоения
1	2	3	4
населения защите от чрезвычайных ситуаций	Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.		
	Практическое занятие	2	
	Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.		
Тема 2.6. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Содержание	2	2
	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. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.		
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность		12/4	
Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации	Содержание	4	
	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. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. 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. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень усвоения
1	2	3	4
	Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение.		
Тема 3.2. Военная обязанность	Содержание	2	2,3
	Основные понятия о военной обязанности. Военный учет. Организация военного учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на военный учет. Обязанности граждан по военному учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на военный учет. 3.4. 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.		
	Практическое занятие	2	
	Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.		
Тема 3.3. Призыв на военную службу. Альтернативная гражданская служба	Содержание	2	
	Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни военной части. Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.		
	Практическое занятие	2	
	Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки		
Тема 3.4. Военная дисциплина и ответственность	Содержание	2	2,3
	Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая военная дисциплина, верность военному долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования военной деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды военной деятельности и их особенности.		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень усвоения
1	2	3	4
	Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие – принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. 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.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.		
Тема 3.5. Как стать офицером Российской армии. Боевые традиции Вооруженных Сил России	Содержание 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. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Воинский долг – обязанность по вооруженной защите Отечества. 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. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	2	
Раздел 4. Основы медицинских знаний		16/4	2
Тема 4.1. Понятие травм их видов и первой помощи	Содержание Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации». Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь	2	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень усвоения
1	2	3	4
	при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.		
Тема 4.2. Первая помощь при синдроме сдавливания. Понятие и виды кровотечений	Содержание Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза. Понятие и виды кровотечений. 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	
Тема 4.3. Первая помощь при ожогах и отморожениях	Содержание Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.	2	
	Практическое занятие Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях	2	
Тема 4.4. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Первая помощь при отравлениях	Содержание Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Острое и хроническое отравление	4	2
Тема 4.5. Первая помощь при отсутствии сознания	Содержание 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	
Тема 4.6. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика	Содержание 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	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень усвоения
1	2	3	4
Тема 4.7. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка	Содержание	2	
	Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.		
Тема 4.8. Основы ухода за младенцем	Содержание	2	
	Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.		
	Практическое занятие	2	
Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.			

3. ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

<i>Содержание обучения</i>	<i>Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)</i>
Введение	Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности. Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите.
1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения	Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха. Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя. Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам. Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения. Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья
2. Государственная система обеспечения безопасности населения	Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения. Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС. Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС. Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.

	Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности.
3. Основы обороны государства и воинская обязанность	Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России. Содержание обучения Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий) Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих. Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества. Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки. Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести
4. Основы медицинских знаний	Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. Характеристика основных признаков жизни. Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара. Определение основных средств планирования семьи. Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета ОБЖ.

Оборудование учебного кабинета:

- манекен для оказания ПМП
- аптечка
- макет автомата АКМ
- приборы радиационной и химической разведки и дозиметрического контроля
- противогазы
- респираторы
- плакаты
- схемы

Технические средства обучения:

1. Компьютер
2. Мультимедийная установка.

4.2. Информационное обеспечение обучения

Основная литература

Хван, Т.А. Основы безопасности жизнедеятельности [Текст]/ Т.А. Хван, П.А. Хван. - Ростов на Дону: Феникс, 2015-415с.

Дополнительная литература

1. В.Н. Латчук Методическое пособие по ОБЖ для учащихся 10,11 классов
2. В.Н. Латчук Рабочая тетрадь для учителя ОБЖ для 10,11 классов
3. И.К. Топоров Основы безопасности жизнедеятельности 10-11 классы М 2005
4. Б.С. Матрюков Опасные ситуации техногенного характера и защита от них М. 2009
5. Б.С. Матрюков Безопасность в чрезвычайных ситуациях М. 2008
6. Ю.В. Репин Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях М. 2005
7. Теория и методика обучения безопасности жизнедеятельности. Под ред. Л.А. Михайлова М. 2009
8. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Под ред. Я.Д. Вишнякова М. 2008.
9. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф. Под ред. Н.М. Киршина М. 2005.
10. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл. Под ред. С.К. Шойгу, Ю.Л. Воробьева, М. И. Фалеева М. 2005.
11. В.С. Добровольский «Сборник нормативных документов и материалы по подготовке к военной службе»
12. Г.И. Михайлов Символы России и Вооруженных Сил М. 2001.
13. Вооруженные Силы России под ред. Р.С. Акчурина М. 2005.
14. П.В. Зыкин Первая медицинская помощь М. 2004.
15. М.Ю. Марков Воинская обязанность. Военнослужащий защитник своего отечества М. 2006.

Интернет-ресурсы:

1. Подготовка в режиме безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://www.allegd.ru/edu7saf.htm> – Загл с экрана (28.08.2017).
2. Книжный фонд. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс].- Режим доступа: <http://www.knigafound.ru/books/>. - Загл с экрана (28.08.2017).

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а так же выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Наименование элемента умений или знаний	Результаты контроля и оценивания	
	Формы	Методы
1	2	3
Л.1 Развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	Индивидуальный; самоконтроль; фронтальный; продуктивный (практический); комплексный. Формы контроля обучения: - домашние задания проблемного характера; - практические задания по работе с информацией, документами,	Фронтальный, индивидуальный, комбинированный опрос. Практическая проверка. Письменная проверка. Поурочный балл (оценивается деятельность обучающихся на всех этапах занятия и выводится итоговая оценка). Оценка результатов написания конспектов и тезисов. .
Л.2 Формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности	литературой; - подготовка и защита индивидуальных и групповых заданий проектного характера. Формы	- мониторинг роста творческой самостоятельности и навыков получения нового знания каждым обучающимся
Л.3 Воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности	оценки результативности обучения: - традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая отметка.	выполнять условия задания на творческом уровне с представлением собственной позиции
П.1 Формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера		формирование результата итоговой аттестации по дисциплине на основе суммы результатов текущего контроля
П.2 Формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни		осуществлять коррекцию (исправление) сделанных ошибок на новом уровне предлагаемых заданий
П.3 Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности		делать осознанный выбор способов действий из ранее известных
П.4. Понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения		работать в группе и представлять как свою, так и позицию группы

от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма		
П.5 Понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества		Оценка результатов выполнения практической работы. Оценка результатов самостоятельной работы
П.6.Формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью	Фронтальный и индивидуальный опрос, Практические работы	Анализ единиц ЗОЖ.
П.7. Формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции		Оценка результатов тестирования.
П.8.Понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека		Оценка результатов написания проектных работ.
П.9. Знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства		Оценка результатов подготовки докладов и сообщений.
П.10. Знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций		Оценка разработанных памяток и инструкций.
П.11. Умение оказать первую помощь пострадавшим		Оценка результатов выполнения работы по карточкам.
П.12. Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности	Выполнение заданий по самостоятельной подготовке	Оценка коммуникативных способностей.
П.13 Умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей		Оценка результатов учебного исследования. Оценка самостоятельной работы
П.14. Овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания		Оценка результатов написания конспектов и тезисов.

МП.1 Овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека		Стандартизированная проверка
МП.2 Владение обучающимися 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		Оценка результатов выполнения индивидуальных заданий.
МП.3 Формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях	Выполнение заданий по самостоятельной подготовке	Стандартизированная проверка
МП.4 Приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий		Оценка готовности к взаимодействию, межличностному общению, сотрудничеству (точность, логичность, уместность).
МП.5 Развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение		Оценка результатов выполнения работы по карточкам.
МП.6 Освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера	Фронтальный и индивидуальный опрос, практические работы	Оценка коммуникативных способностей.
МП.7 формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций		Оценка результатов учебного исследования. Оценка самостоятельной работы
МП.8 Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ- компетенции); развитие	Практические работы	Оценка результатов написания конспектов и тезисов.

мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами		
--	--	--

6. ТЕМАТИКА ЗАНЯТИЙ

максимальная нагрузка – 105 **часов**; дифференцированный зачет

№	Тематика занятий	Количество часов	
		теория	практика
1	Здоровье и здоровый образ жизни	2	
1п.	Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.		2
2	Правила и безопасность дорожного движения	2	
2п.	Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.		2
3	Репродуктивное здоровье	2	
4	Правовые основы взаимоотношения полов	2	
5	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	4	
3п.	Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.		2
6	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	2	
7	Гражданская оборона	2	
8	Современные средства поражения и их поражающие факторы	2	
9	Средства индивидуальной и коллективной защиты. Изучение первичных средств пожаротушения.	2	
10	Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций	2	
4п.	Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени		2
11	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	2	
12	Воинская обязанность	2	
13	История создания Вооруженных Сил России. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации	4	
5п.	Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции		2
14	Призыв на военную службу. Альтернативная гражданская служба	2	
П.6	Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки		2
15	Воинская дисциплина и ответственность	2	
16	Как стать офицером Российской армии. Боевые традиции Вооруженных Сил России	2	
17	Понятие травм их видов и первой помощи	2	
18	Понятие и виды кровотечений Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.	2	
19	Первая помощь при ожогах и отморожениях	2	2
7п.	Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях		
20	Первая помощь при отсутствии сознания Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.	4	
21	Первая помощь при отравлениях	2	
22	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика	2	
23	Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка	2	
24	Основы ухода за младенцем	2	
8п.	Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.		2
ВСЕГО		54	16