

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД. ОБЖ

## 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) среднего общего образования 2012г , примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, 2015 г. по программам подготовки квалифицированных рабочих (служащих): 15.01.30 Слесарь

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами программы подготовки квалифицированных рабочих (служащих) с получением среднего общего образования.

## 1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки квалифицированных рабочих (служащих):

Дисциплина входит в общеобразовательный цикл

## 1.3. Требования к результатам освоения учебной дисциплины

### 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 выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• **предметных:**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки студентов 108 часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки студента 72 часа;  
самостоятельной работы студента 36 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>108</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>72</b>
в том числе:	
практические занятия	<b>40</b>
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	<b>36</b>
<b>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	

### 2.2. Тематический план учебной дисциплины

ОУД. 07 «Основы безопасности и жизнедеятельности»  
по программе подготовки квалифицированных рабочих (служащих)

Содержание	Разделы и темы программы	Кол-во часов		
		Аудиторная нагрузка	Из них практич.	Самостоят. работа
	<b>Вводное занятие</b>	<b>1</b>		
<b>I. Основы безопасности личности, общества и государства.</b>	<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни и при ЧС.</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>5</b>
	1.1. Правила безопасного поведения в условиях вынужденной автономного существования.	3	2	1
	1.2. Правила безопасного поведения в ситуациях криминального характера.	2	2	1
	1.3. Уголовная ответственность несовершеннолетних.	2	1	1
	1.4. Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера.	2	2	1
	1.5. Действия при угрозе и возникновении террористического акта.	2	2	1
	<b>2. Государственная система обеспечения безопасности населения.</b>	<b>18</b>	<b>11</b>	<b>9</b>
	2.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), ее структура и задачи.	1		1
	2.2. Законодательные и нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности личности, общества и государства.	1		1
	2.3. Предназначение и задачи гражданской обороны.	1		1
	2.4. Организация гражданской обороны в техникуме.	1	1	
	2.5. Оповещение населения об опасностях при ЧС мирного и военного времени.	1	1	1

	2.6. Ядерное оружие и его боевые свойства.	1		1
	2.7. Химическое оружие.	1		1
	2.8. Бактериологическое оружие.	1		1
	2.9. Современные обычные средства поражения.	1	1	
	2.10. Эвакуация населения.	1	1	
	2.11. Защитные сооружения ГО.	2	2	
	2.12. Средства индивидуальной защиты населения.	4	4	1
	2.13. Организация и ведение аварийно - спасательных работ в зонах ЧС.	2	1	1
<b>II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>Раздел 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
	3.1. Необходимость сохранения и укрепления здоровья.	1	1	1
	3.2. Основные инфекционные заболевания, и их профилактика.	1	1	1
	<b>Раздел 4. Основы здорового образа жизни</b>	<b>8</b>	<b>5</b>	<b>4</b>
	4.1. Здоровый образ жизни и его составляющие.	2	1	1
	4.2. Значение двигательной активности и закаливания организма.	2	1	1
	4.3. Вредные привычки, их влияние на здоровье.	2	1	1
	4.4. Профилактика вредных привычек.	2	2	1
<b>III. Основы обороны государства и воинская обязанность.</b>	<b>Раздел 5. Вооруженные силы РФ – защитники нашего Отечества.</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
	5.1. История создания Вооруженных Сил России	1	1	
	5.2. Организационная структура Вооруженных Сил РФ.	1		
	5.3. Виды Вооруженных Сил, рода войск.	2	1	
	5.4. Функции и задачи современных Вооруженных Сил РФ, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформы Вооруженных Сил.	1		1
	5.5. Другие войска, их состав и предназначение.	1		1
	<b>Раздел 6. Боевые традиции Вооруженных Сил РФ</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
	6.1. Патриотизм и верность воинскому долгу основные качества защитника Отечества.	1	1	
	6.2. Памяти поколений – дни воинской славы России.	1		1
	<b>Раздел 7. Символы воинской чести</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	
	7.1. Боевое знамя воинской части.	1		

7.2. Ордена -почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и воинской службе.	1	1	
7.3. Ритуалы Вооруженных Сил РФ.	1		
<b>Раздел 8. Воинская обязанность</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>5</b>
8.1. Основные понятия о воинской обязанности.	1		1
8.2. Организация и предназначение воинского учета.	1	1	1
8.3. Обязательная подготовка граждан к военной службе.	1		1
8.4. Добровольная подготовка граждан к военной службе.	1		1
8.5. Организация мед. освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.	1	1	1
<b>Раздел 9. Особенности военной службы</b>	<b>12</b>	<b>7</b>	<b>5</b>
9.1. Правовые основы военной службы.	2	1	1
9.2. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ – законы воинской жизни.	2	2	
9.3. Прохождение военной службы по призыву.	2		1
9.4. Прохождение военной службы по контракту.	2		1
9.5. Воинские звания военнослужащих.	2	2	1
9.6. Права и ответственность военнослужащих.	2	2	1
<b>Раздел 10. Военнослужащий – защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина ВС РФ</b>	<b>3</b>		<b>3</b>
10.1. Военнослужащий – патриот, с честью и достоинствам несущий звание защитника Отечества, как специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.	1		1
10.2. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, психологическим и профессиональным качествам гражданина.	1		1
10.3. Как стать офицером Российской Армии.	1		1
Зачетное занятие.	<b>1</b>		
<b>Всего часов:</b>	<b>72</b>	<b>40</b>	<b>36</b>

## **2.3. Содержание учебной дисциплины**

### **Введение**

Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность».

Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО.

### **1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья**

1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

1.2. 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.

1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.

1.4. 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.

1.5. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

1.6. 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.

1.7. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».

### **Практические занятия**

Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.

Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

### **2. Государственная система обеспечения безопасности населения**

2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

2.2. 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.).

2.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

2.4. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.

2.5. 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.

2.6. 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.**

2.7. 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.

2.8. Обучение 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.

2.9. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.

2.10. 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. 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.

#### **Практические занятия**

Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

Изучение первичных средств пожаротушения.

Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.

### **3. Основы обороны государства и воинская обязанность**

#### **3.1. История создания Вооруженных Сил России. 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.

**3.2. 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. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.

Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение.

**3.3. 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.

**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.

**3.5. Призыв на военную службу.** Общие, должностные и специальные обязанности военнотружущих. Размещение военнотружущих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.

**3.6. 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 военнотружущим, проходящим военную службу по контракту.

**3.7. Альтернативная гражданская служба.** Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.

**3.8. Качества личности военнотружущего 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. Военнотружущий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности.

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). Военнотружущий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

**3.9. Воинская дисциплина и ответственность.** Единначалие — 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.

**3.10. 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.

**3.11. 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.

**3.12. 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.

#### **Практические занятия**

Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции. Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.

#### **4. Основы медицинских знаний**

**4.1. Понятие первой помощи.** Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».

**4.2. Понятие травм и их виды.** Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь 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.

**4.3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.** Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.

**4.4. 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.

**4.5. 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.

**4.6. Первая помощь при воздействии низких температур.** Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.

**4.7. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.** Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.

**4.8. Первая помощь при отравлениях.** Острое и хроническое отравление.

**4.9. Первая помощь 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.

**4.10. 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.

**4.11. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.** 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.

**4.12. Основы ухода за младенцем.** Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.

**Практические занятия**

Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.

### **Самостоятельная работа студентов по предмету:**

**Роль самостоятельной работы :**

- формирование творческой личности, способной к саморазвитию, самообразованию, инновационной деятельности
- перевод студентов из пассивного потребителя знаний в активного их творца, умеющего сформулировать проблему, проанализировать пути ее решения, найти оптимальный результат и доказать его правильность.

**Задачи, решаемые при организации самостоятельной работы:**

- способствует углублению и закреплению имеющихся теоретических знаний;
- развивает практические умения в проведении исследований, анализе полученных результатов и выработке рекомендаций по совершенствованию определенного вида деятельности;
- совершенствует навыки в самостоятельной работе с источниками информации и соответствующими программно-техническими средствами, в том числе с электронными ресурсами и Internet;
- открывает широкие возможности для освоения дополнительного теоретического материала по ОБЖ и накопленного практического опыта;
- способствует профессиональной подготовке к выполнению в дальнейшем своих обязанностей;
- помогает овладеть методологией исследований.

№	Виды самостоятельной работы
1.	Домашние экспериментальные работы. Доработка и оформление практических работ.
2.	Подготовка и написание рефератов, докладов, эссе на заданные темы, индивидуальных проектов по выбранной теме.
3.	Самостоятельное решение задач с использованием условий из задачников, имеющих в кабинете, составление задач с представлением эталонов ответов.
4.	Подбор и изучение литературных источников, работа с периодической печатью, подготовка тематических обзоров по периодике по темам.
5.	Подготовка к участию в научно-практических конференциях как внутри, так и вне техникума.
6.	Создание «портфолио»
7.	Оформление <ul style="list-style-type: none"> <li>• мультимедийных презентаций учебных разделов и тем,</li> <li>• слайдового сопровождения докладов.</li> </ul>
8.	Подготовка бесед-лекций по актуальным темам предмета.
9.	Оформление раздаточного и демонстрационного материала с использованием компьютерных технологий.
10.	Подготовка кроссвордов, тестов.

**Роль консультаций в образовательной деятельности студентов:**

1. Развитие уверенности в себе.
2. Развитие позитивного отношения к окружающему и принятия других.
3. Развитие самостоятельности.
4. Развитие мотивации самосовершенствования.
5. Активизация рефлексии студентов.

**Задачи консультационной работы:**

1. Поддержка одаренных студентов.
2. Устранение «пробелов в знаниях» студентов.
3. Индивидуальная отработка материала с учетом когнитивного типа студентов

**Примерные темы рефератов (докладов), индивидуальных проектов**

- Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
- Взаимодействие человека и среды обитания.
- Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
- Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
- Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.
- Факторы, способствующие укреплению здоровья.
- Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы
- Роль физической культуры в сохранении здоровья
- Пути сохранения репродуктивного здоровья общества
- Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
- Табакокурение и его влияние на здоровье
- Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
- Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
- Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.

- Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
- Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
- Терроризм как основная социальная опасность современности
- Космические опасности: мифы и реальность.
- Современные средства поражения и их поражающие факторы
- Оповещение и информирование населения об опасности
- Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
- Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
- МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
- Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск
- Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.
- Военная служба как особый вид федеральной государственной службы
- Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
- Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации
- Символы воинской чести.
- Патриотизм и верность воинскому долгу.
- Дни воинской славы России.
- Города-герои Российской Федерации.
- Города воинской славы Российской Федерации.
- Профилактика инфекционных заболеваний.
- Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
- СПИД — чума XXI века.
- Оказание первой помощи при бытовых травмах.
- Духовность и здоровье семьи.
- Здоровье родителей — здоровье ребенка.
- Формирование здорового образа жизни с пеленок.
- Как стать долгожителем?
- Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.
- Политика государства по поддержке семьи.

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД. 07 «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.**

Помещение кабинета основ безопасности жизнедеятельности должно удовлетворять требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2.178-02).

1. Кабинет оснащен учебной мебелью и техническими средствами обучения. В кабинете имеется мультимедийное оборудование, при помощи которого участники образовательного процесса просматривают визуальную информацию по основам безопасности жизнедеятельности, презентации, видеоматериалы, иные документы.

Оборудование учебного кабинета «Безопасность жизнедеятельности»:

- рабочее место преподавателя;
- посадочные места по числу обучающихся;
- доска демонстрационная;
- комплект учебно-методической пособий (учебники и учебные пособия, инструкции к практическим работам);
- комплект учебно-наглядных пособий (плакаты по символам воинской части, званиям, и др.);
- средства индивидуальной защиты;
- приборы ГО;
- индивидуальные противохимические пакеты;
- аптечка медицинская;
- носилки;
- комплект шин.

Технические средства обучения:

- компьютер с программным обеспечением;
- проектор мультимедийный с экраном;
- телевизор с видеомагнитофоном и DVD-проигрывателем;
- диапроектор «Лектор»;
- комплект фильмов;
- манекен-тренажер «Максим».

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

##### **Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

###### **Основные источники:**

1. Латчук В.Н., Основы безопасности жизнедеятельности, 10кл, 11. М.: Дрофа, 2015
2. Смирнов А.Т., Хренников Б.О., Основы безопасности жизнедеятельности, 11кл. М.: Просвещение, 2015
3. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие / В.И. Бондин, Ю.Г. Семехин. – М.: НИЦ ИНФРА-М; Ростов н/Д: Академцентр, 2014.
4. Обеспечение безопасности при чрезвычайных ситуациях: Уч./ В.А. Бондаренко, С.И. Евтушенко, В.А. М.: НИЦ ИНФРА-М; 2014

###### **Дополнительные источники:**

1. Федеральные законы «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 61-ФЗ и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. – М., 2000-2015.

2. Основы подготовки к военной службе: Кн. для учителя / В.А.Васнев, С.А.Чиненный.М., 2005.
3. Отечественные награды / В.А.Дуров. М.: Просвещение, 2005.
4. Конституция Российской Федерации (действующая редакция).
5. Концепция национальной безопасности Российской Федерации // Вестник военной информации. – 2000. – № 2.
6. Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. — М., 2013.
7. Аксенова М., Кузнецов С., Евлахович и др. Огнестрельное оружие. — М., 2012.
8. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.
9. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред. проф. образования. — М., 2015.
10. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.
11. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для учреждений сред. проф. образования. — М., 2013.
12. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное учебное издание для обучающихся по профессиям в учреждениях сред. проф. образования. — М., 2014.
13. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное приложение к учебнику для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.
14. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: электронный учебно-методический комплекс для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.
15. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов сред. проф. образования. — М., 2014.
16. Микрюков В.Ю. Основы военной службы: учебник для учащихся старших классов сред. образовательных учреждений и студентов сред. спец. учеб. заведений, а также преподавателей этого курса. — М., 2014.
17. Микрюков В.Ю. Азбука патриота. Друзья и враги России. — М., 2013.

#### **Интернет-источники**

1. [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
2. [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).
3. [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).
4. [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ).
5. [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
6. [www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) (Books Gid. Электронная библиотека).
7. [www.globalteka.ru/index.html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).
8. [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
9. [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
10. [www.school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).
11. [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
12. [www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
13. [www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).
14. [www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность).
15. [www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование раздела	знать	уметь	формы и методы контроля
<p>1. Опасные и чрезвычайные ситуации возникающие в повседневной деятельности и правила безопасного поведения</p>	<p><b>Имеют представление:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- об организации Единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС;</li> <li>- об основных нормативно-правовых актах РФ по обеспечению безопасности;</li> <li>- об ответственности несовершеннолетних за уголовные преступления</li> </ul> <p><b>Знают:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы выживания при вынужденной автономии в природных условиях;</li> <li>- правила поведения в ситуациях криминального характера;</li> <li>- правила поведения людей при возникновении ЧС природного и техногенного характера</li> </ul>	<p><b>Владеют навыками:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ориентирования на местности;</li> <li>- выживание при автономном существовании в природе;</li> <li>- определения степени опасности различных ситуаций;</li> <li>- действий в различных ситуациях природного и техногенного характера;</li> <li>- грамотного поведения в различных ситуациях криминального характера;</li> <li>- применения норм законов РФ по обеспечению безопасности населения</li> </ul>	<p>Текущий контроль в форме беседы, фронтального опроса, работа по карточкам.</p>
<p>2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности</p>	<p><b>Имеют представление:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- об организации и задачах гражданской обороны страны и ПЛ-16;</li> <li>- о системе оповещения и информирования населения об опасностях при ЧС;</li> <li>- об основных современных средствах поражения и их поражающих факторах</li> </ul> <p><b>Знают:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные мероприятия гражданской обороны по защите населения от последствий</li> </ul>	<p><b>Умеют:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- получать и анализировать получаемую информацию в случае возникновения ЧС;</li> <li>- различать основные современные средства поражения и их поражающие факторы;</li> <li>- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;</li> <li>- правильно вести себя при эвакуации из учебного курса и при эвакуации из населенного пункта;</li> </ul>	<p>Текущий контроль в форме беседы, фронтального опроса, работа по карточкам. Тесты.</p>



	<p>ЧС мирного и военного времени;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- назначение и устройство защитных сооружений ГО;</li> <li>- назначение и устройство средств индивидуальной защиты;</li> <li>- правила поведения при эвакуации;</li> <li>- задачи аварийно-спасательных работ при ликвидации ЧС;</li> <li>- назначение и устройство приборов ГО</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- пользоваться приборами радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля;</li> <li>- выполнять основные нормативы по гражданской обороне;</li> <li>- ликвидировать последствия возникновения ЧС</li> </ul>	
3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	<p><b>Имеют представление:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- о здоровье и его критериях, факторах, влияющих на здоровье;</li> <li>- об основных видах микроорганизмов, типах инфекций и способах их передачи;</li> <li>- об основных способах профилактики инфекционных заболеваний</li> </ul>	<p><b>Умеют:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- различать основные инфекционные заболевания;</li> <li>- принимать меры по профилактике инфекционных заболеваний.</li> </ul>	Текущий контроль в форме беседы, фронтального опроса, работа по карточкам. Тесты.
4. Основы здорового образа жизни	<p><b>Имеют представление:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- об основных составляющих здорового образа жизни;</li> <li>- о влиянии биоритмов на работоспособность человека;</li> <li>- о влиянии двигательной активности и закаливания на здоровье человека;</li> <li>- о влиянии вредных привычек на здоровье и меры их профилактики;</li> <li>- о влиянии нравственности на здоровье</li> </ul> <p><b>Знают:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правила личной гигиены;</li> <li>- меры профилактики болезней, передавае-</li> </ul>	<p><b>Умеют:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- распределять учебное время, составлять режим дня и рацион своего питания, составляющие здоровому образу жизни;</li> <li>- учитывать влияние биологических ритмов в своей деятельности;</li> <li>- составлять режим двигательной активности и систему закаливания с учетом своих особенностей;</li> <li>- применять правила личной гигиены;</li> <li>- различать основные болезни, передаваемые половым путем</li> </ul>	- Текущий контроль в форме беседы, фронтального опроса, работа по карточкам.

	МЫХ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ		
5. Вооруженные силы РФ- защитники нашего Отечества	<p><b>Имеют представление:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- об истории создания Вооруженных Сил РФ;</li> <li>- о назначении и задачах Вооруженных Сил РФ, их роли и месте в системе обеспечения национальной безопасности;</li> <li>- о реформах Вооруженных Сил РФ;</li> <li>- о структуре ВС РФ;</li> <li>- о составе и назначении других войск</li> </ul>	<p><b>Умеют:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отождествлять связь между историей нашей страны и историей нашей армии, между суверенитетом государства и необходимостью его защиты</li> </ul>	Текущий контроль в форме беседы, фронтального опроса, работа по карточкам. Тесты.
6. Боевые традиции Вооруженных Сил РФ	<p><b>Знают:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные качества защитника Отечества;</li> <li>- основные дни воинской славы;</li> <li>- о влиянии дружбы и товарищества на боеготовность подразделения и части</li> </ul>	<p><b>Умеют:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осознавать свою роль в деле защиты страны, необходимость выполнения воинского долга</li> </ul>	Текущий контроль в форме беседы, фронтального опроса, работа по карточкам.
7. Символы воинской чести	<p><b>Знают:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предназначение боевого знамени Воинской части;</li> <li>- основные ордена и медали, используемые в РФ;</li> <li>- основные ритуалы Вооруженных Сил РФ</li> </ul>	<p><b>Умеют:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять отдельные элементы воинских ритуалов</li> </ul>	Текущий контроль в форме беседы, фронтального опроса, работа по карточкам. Тесты.
8. Воинская обязанность	<p><b>Имеют представление:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- об основах воинской обязанности;</li> <li>- об организации воинского учета в стране;</li> <li>- о подготовке гражданина к военной службе;</li> <li>- об организации медобследования и освидетельствования граждан;</li> <li>- о порядке увольнения граждан с военной службы и их нахождении в заносе</li> </ul>	<p><b>Владеют навыками:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прохождения медобследования и освидетельствования;</li> <li>- пользования системой воинского учета</li> </ul>	-

9. Международное гуманитарное право	Знают: - основы международного гуманитарного права; - международные отличительные знаки, используемые во время вооруженных конфликтов	Владеют навыками применения международных отличительных знаков, используемых во время вооруженных конфликтов	Текущий контроль в форме беседы, фронтального опроса, работа по карточкам. Тесты.
10. Прикладная физическая подготовка	Имеют представление о требованиях, предъявляемых к физическим качествам допризывников, военнослужащим срочной службы и абитуриентам военных образовательных учреждений профессионального образования	Умеют: - выполнять различные физические упражнения для развития силы, выносливости, гибкости и скорости; - выполнять основные нормативы по физической подготовке допризывников и призывников	- Текущий контроль в форме беседы, фронтального опроса, работа по карточкам.
II курс 1. Особенности военной службы	Имеют представление: - о назначении и сути общевойсковых уставов ВС РФ; - об особенностях прохождения военной службы по призыву и по контракту; - об основных правах военнослужащих; - об ответственности военнослужащих; - о порядке принесения военной присяги; - о воинских званиях, принятых в ВС РФ и порядок их получения	Умеют: - различать воинские звания различных составов ВС РФ; - применять порядок принятия воинской присяги; - различать различные виды прав и ответственностей военнослужащих	- Текущий контроль в форме беседы, фронтального опроса, работа по карточкам. Тесты.
2. Военнослужащий защитник своего Отечества	Имеют представление: - о требованиях, предъявляемых воинской деятельностью к моральным, психологическим и профессиональным качествам гражданина; - об особенностях международной деятельности ВС РФ; - о порядке поступления и приема граждан в военные образо-	Умеют: - пользоваться правилами поступления в военные образовательные учреждения профессионального образования; - понять необходимость подготовки молодежи призывного возраста к военной службе	- Текущий контроль в форме беседы, фронтального опроса, работа по карточкам.

	<p>вательные учреждения профессионального образования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- о видах воинской деятельности;</li> <li>- о воинском долге и морально-боевых качествах военнослужащего</li> </ul>		
<p>3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</p>	<p>Знают:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способы оказания первой медицинской помощи при различных видах травм, ран, кровотечений;</li> <li>- правила оказания первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте;</li> <li>- порядок проведения комплекса сердечно-легочной реанимации;</li> <li>- факторы, разрушающие здоровье женщины</li> </ul>	<p>Владеют навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оказания первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте;</li> <li>- положение повязок на ране;</li> <li>- остановки кровотечений;</li> <li>- наложения различных типов шин;</li> <li>- оказания искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Текущий контроль в форме беседы, фронтального опроса, работа по карточкам. Тесты.</li> </ul>