

**ЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САЯНСКИЙ ТЕХНИКУМ СТЭМИ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОУД.06. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ**

**34.02.01 Сестринское дело  
33.02.01 Фармация**

**БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ ПОДГОТОВКИ**

2021 год

Протокол № 2  
от « 31 » 08 2011 г.

«  » 2011 г.



В соответствии со спецификой основной профессиональной образовательной программы по специальности 34.02.01 «Сестринское дело», 33.02.10 Фармация, Техникум реализует естественнонаучный профиль профессионального образования.

Разработчики: Федоров Е.Е., Петров Д.В., преподаватели ЧОУ ПО «СТЭМИ»

Рабочая программа рекомендована методическим советом ЧОУ ПО «СТЭМИ»

## **СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	16
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	18

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **«Основы безопасности жизнедеятельности»**

### **1.1. Область применения программы:**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью рабочей программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальностям СПО 34.02.01 Сестринское дело, 33.02.01 Фармация

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки).

### **1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:**

учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в состав дисциплин общеобразовательного цикла.

### **1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:**

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

#### **• личностных:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

#### **• метапредметных:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;
- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

– овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

– формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

– приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

– развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

– формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

– формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

– развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

– формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

– развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

– освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

- приобретение опыта локализации возможных опасных — ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

– формирование установки на здоровый образ жизни;

– развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• **предметных:**

– сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также

средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

В соответствии с Законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе» для обучающихся мужского пола в конце учебного года проводятся пятидневные учебные сборы (35 часов), сочетающие разнообразные формы организации теоретических и практических занятий.

#### **1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося - 59 часов,

в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося- 39 часов;

самостоятельной работы обучающегося - 20 часов.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2.1. Объем учебной дисциплины и виды работ:**

<b>Вид учебной работы</b>	<b><i>Объем часов</i></b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>59</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>39</b>
в том числе:	
практические занятия	<b>18</b>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>20</b>
в том числе:	
Подготовка рефератов, докладов, кроссвордов, презентаций с использованием информационных технологий и др.	
<b><i>Итоговая аттестация в форме дифференциального зачета</i></b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1.</b>	<b>1. Введение в дисциплину «Основы безопасности жизнедеятельности».</b>	<b>1</b>	
Введение	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность».	1	1
<b>Раздел 2.</b>	<b>2. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.</b>		
<b>Тема 2.1.</b> Здоровье и здоровый образ жизни. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Факторы, способствующие укреплению здоровья.	Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов. 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	1
<b>Тема 2.2.</b> 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	1
<b>Тема 2.3.</b> Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Правовые основы взаимоотношения полов.	Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья. Социальная роль женщины в современном обществе. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	1	1



Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Тема 2.4. Правила и безопасность дорожного движения.	Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. Городской транспорт, воздушный транспорт, железнодорожный транспорт, водный транспорт.	1	1
Тема 2.5. Безопасность в криминогенных ситуациях. Юридическая ответственность.	Как не стать жертвой преступления. Обеспечение своей безопасности в квартире, на улице, в городском транспорте, в поезде, в толпе. Правила поведения при захвате в заложники или похищении. Уголовная и административная ответственность несовершеннолетних.	1	1
	<b>Практические занятия.</b>		
	1. Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. 2. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. 3. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.	3	2
	<i>Самостоятельная работа обучающихся.</i>		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
	<p><u>Изучить темы:</u>  Факторы выживания. Выживание в условиях автономного существования. Факторы выживания, ориентирование, организация ночлега, добывание огня, добывание пищи и воды, профилактика и лечение заболеваний, как подать сигнал бедствия.</p> <p><u>Подготовить:</u>  1. Методики закаливания организма человека.  2. Сообщение по темам:  - «Спайс - эпидемия, как новая угроза российскому обществу»  - «Дезоморфин»  - «Токсикомания»  3. Сообщение по темам:  - «Семья и ее значение в жизни человека»,  - «Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический фактор, культурный фактор, материальный фактор)».  4. Памятка «Как обезопасить себя в криминогенных ситуациях».  5. Составить кроссворд по теме «Уголовная и административная ответственность несовершеннолетних».</p>	6	3
	<b>Контрольное тестирование по 1 и 2 разделам.</b>	<b>1</b>	<b>3</b>
<b>Раздел 3.</b>	<b>3. Государственная система обеспечения безопасности населения.</b>		
<p><i>Тема 3.1.</i>  Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.  Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</p>	<p>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.).  История создания Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</p>	1	1

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Тема 3.2. Гражданская оборона	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	1	1
Тема 3.3. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Организация инженерной защиты населения.	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. 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.	1	1
Тема 3.4. Терроризм. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	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.	1	1
	<b>Практические занятия.</b>		
	1. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. 2. Изучение первичных средств пожаротушения. 3. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени. 4. Правила поведения в защитных сооружениях.	4	2
	Самостоятельная работа обучающихся.		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
	<p><u>Изучить темы:</u></p> <p>Аварийно-спасательные и другие неотложные работы. 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.</p> <p>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.</p> <p>1. Составить таблицу классификации чрезвычайных ситуаций.  2. Составить варианты текстовых сообщений при аварии на промышленных объектах.  3. Составить схему «Защитные сооружения гражданской обороны».</p>	3	3
	<b>Контрольная работа по 3 разделу.</b>	<b>1</b>	<b>3</b>
<b>Раздел 4.</b>	<b>4. Основы обороны государства и воинская обязанность.</b>		
<p><i>Тема 4.1.</i>  История создания Вооруженных Сил России.  Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.</p>	<p>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.</p> <p>Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска, Военно-воздушные силы, Военно-морской флот, Ракетные войска стратегического назначения, Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска, Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение.</p>	1	1

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Тема 4.2. Воинская обязанность.	Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.	1	1
Тема 4.3. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Призыв на военную службу.	Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования. Прохождение военной службы по призыву. Основные условия прохождения военной службы по призыву. Сроки военной службы по призыву. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.	1	1
Тема 4.4. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.	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. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.	1	1

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Тема 4.5. Военнослужащий – защитник своего Отечества.	<p>Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.</p> <p>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). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.</p>	1	1
Тема 4.6. Воинская дисциплина и ответственность. Как стать офицером Российской армии.	<p>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.</p> <p>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.</p>	1	1
	<b>Практические занятия.</b>		
	<p>1. Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.</p> <p>2. Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.</p>	2	2

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
	<p>Самостоятельная работа обучающихся.</p> <p><u>Изучить темы:</u></p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p><u>Подготовить:</u></p> <p>1. Сообщение по темам:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Сухопутные войска: история создания»,</li> <li>- «Военно-воздушные силы: история создания»,</li> <li>- «Военно-морской флот, история создания»,</li> <li>- «Ракетные войска стратегического назначения: история создания»,</li> <li>- «Войска воздушно-космической обороны: история создания»,</li> <li>- «Воздушно-десантные войска: история создания»,</li> <li>- «Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации: история создания»,</li> <li>- «Внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации: история создания»,</li> <li>- «Железнодорожные войска Российской Федерации: история создания»,</li> <li>- «Войска гражданской обороны МЧС России: история создания».</li> </ul> <p>2. Составить кроссворд по теме «История создания Вооруженных Сил России».</p>	5	3
	<b>Контрольная работа по 4 разделу.</b>	<b>1</b>	<b>3</b>

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 5.</b>	<b>5. Основы медицинских знаний.</b>		
<i>Тема 5.1.</i> Оказание первой помощи	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».	1	1
<i>Тема 5.2.</i> Травмы и их виды. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания	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. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.	1	1
<i>Тема 5.3.</i> Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при ожогах. Первая помощь при воздействии низких температур.	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. 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.	1	1



Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Тема 5.4. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при отсутствии сознания.	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление. 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.	1	1
Тема 5.5. Основные инфекционные болезни.	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний.	1	1
	<b>Практические занятия.</b>		
	1. Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. 2. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания. 3. Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.	3	2
	Самостоятельная работа обучающихся.		

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
	<p><u>Изучить темы:</u></p> <p>Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. 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.</p> <p>Основы ухода за младенцем. Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.</p> <p>1. Решение ситуационных и практических задач.  2. Подготовить реферат на тему:  - «Оказание первой помощи при отравлениях»,  - «Оказание первой помощи при утоплении»,  - «Оказание первой помощи при воздействии высоких температур».  3. Подготовить презентацию на тему:  - «Оказание первой помощи при кровотечениях».</p>	6	3
	<b>Контрольное тестирование по 5 разделу.</b>	<b>1</b>	3
	<b>Дифференцированный зачет по всем разделам программы</b>	<b>2</b>	3
<b>Всего:</b>	<b>Обязательная аудиторная нагрузка всего, в том числе:</b>	<b>39</b>	
	<b>Лекционных занятий</b>	<b>21</b>	
	<b>Лабораторных и практических работ</b>	<b>18</b>	
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>20</b>	
	<b>Итого учебная нагрузка</b>	<b>59</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1 – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);  
2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);  
3 – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

### 2.3. Тематический план проведения учебных сборов для юношей

№ п/п	Тема занятия	Количество часов					Общее количество часов
		1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день	
1	Тактическая подготовка			2	1	1	4
2	Огневая подготовка		3		2	4	9
3	Радиационная, химическая и биологическая защита			2			2
4	Общевоинские уставы	4	1	1	2		8
5	Строевая подготовка	1		1	1	1	4
6	Физическая подготовка	1	1	1	1	1	5
7	Военно-медицинская подготовка		2				2
8	Основы безопасности военной службы	1					1
<b>Итого</b>		7	7	7	7	7	35

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

1. Доска классная
2. Стол преподавательский
3. Стул для преподавателя
4. Столы для студентов
5. Стулья для студентов

Технические средства обучения:

1. Компьютер
2. Мультимедийный проектор
3. Экран.

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

##### **Перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительной литературы.**

##### **Основные источники:**

1. Хван Т.А., Хван П.А. Основы безопасности жизнедеятельности. – Ростов н/Д: Феникс; 2017. – 415 с.

##### **Дополнительные источники:**

1. Сергеев В.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебно-методический комплекс дисциплины. – М.: Академический Проект, 2010. – 588 с.
2. Левчук И.П. и др. Оказание первой доврачебной медико-санитарной помощи при неотложных и экстремальных состояниях: учеб. для мед.колледжей и училищ. – М.: ГОЭТАР-Медиа, 2017. – 288 с.
3. Красильникова И.М., Мойсеева Е.Г. Неотложная доврачебная медицинская помощь: учебное пособие. – М.: ГОЭТАР-Медиа, 2017. – 192 с.
4. Архангельский В.И., Кириллов В.Ф. Гигиена и экология человека: учебник. – М.: ГОЭТАР-Медиа, 2016. – 176 с.
5. Ющук Н.Д., Кареткина Г.Н., Мельникова Л.И. Инфекционные болезни: учебник. – М.: ГОЭТАР-Медиа, 2017. – 512 с.
6. Зудин Б.И., Кочергин Н.Г., Зудин А.Б. Кожные и венерические болезни: учеб. для мед. училищ и колледжей. - М.: ГОЭТАР-Медиа, 2016. – 288 с.

### **Нормативные правовые акты:**

1. Европейская конвенция об осуществлении прав детей (Стратсбург, 25.01.1996 г).
2. Конституция Российской Федерации. (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ, от 05.02.2014 № 2-ФКЗ, от 21.07.2014 № 11-ФКЗ)
3. Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995 № 223-ФЗ (ред. от 29.07.2018).
4. Уголовный кодекс Российской Федерации от 13.06.1996 № 63-ФЗ (ред. от 29.07.2018).
5. Федеральный закон РФ от 27.05.1998 № 76-ФЗ «О статусе военнослужащих» (последняя редакция).
6. Федеральный закон РФ от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (последняя редакция).
7. Федеральный закон РФ от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (последняя редакция).
8. Федеральный закон РФ от 06.03.2006 N 35-ФЗ «О противодействии терроризму» (последняя редакция).
9. Федеральный закон РФ от 12.02.1998 № 28-ФЗ (с изменениями) «О гражданской обороне».
10. Федеральный закон РФ от 21.12.1994 № 68-ФЗ (с изменениями) «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
11. Постановление Правительства РФ от 21.05.2007 № 304 «О классификации чрезвычайных ситуаций природного техногенного характера».
12. Постановление Правительства РФ от 13.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций».
13. Постановление Правительства РФ от 8.11.2013 № 1007 «О силах и средствах единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций».

### **Интернет ресурсы:**

1. Электронная библиотека.
2. Система «Консультант»
3. Система «Гарант»

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

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

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;</li> <li>- формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;</li> <li>- 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;</li> <li>- воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- самостоятельно искать, анализировать и отбирать информацию в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;</li> <li>- выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, предлагать лучшие пути ее реализации.</li> </ul>	<p>Экспертное наблюдение и оценка на практических занятиях.</p>        <p>Экспертное наблюдение и оценка на практических занятиях.</p>

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>зрения, признавать право другого человека на иное мнение;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;</li> <li>- анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;</li> <li>- информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;</li> <li>- развивать в себе физические качества: выносливость, силу, ловкость, гибкость, скоростные качества, достаточные для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;</li> <li>- локализовать возможные опасные ситуации, связанные с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;</li> <li>- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;</li> <li>- отрицать экстремизм, терроризм, другие действия противоправного характера, а также асоциального поведения;</li> <li>- исключить из своей жизни вредные привычки (курение, пьянство и т. д.);</li> <li>- ответственно относиться к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;</li> <li>- быть готовым к служению Отечеству, его защите;</li> <li>- оказывать первую помощь пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах</li> </ul>	<p>Устный опрос. Тестирование. Оценка рефератов, докладов. Решение ситуационных задач.</p>

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.</p> <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- факторы, пагубно влияющих на здоровье человека;</li> <li>- устройства и принципы действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;</li> <li>- распространенные опасные и чрезвычайных ситуации природного, техногенного и социального характера;</li> <li>- основные меры защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- основы государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;</li> <li>- основы 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;</li> <li>- основные виды военно-профессиональной деятельности, особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</li> </ul>	



## **Контрольно-измерительные материалы**

### **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.

### **ВОПРОСЫ К ДИФФЕРЕНЦИИРОВАННОМУ ЗАЧЕТУ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

1. Основные понятия здоровья человека. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
2. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.
3. Курение и его влияние на здоровье человека. Табачный дым и его составные части. Пассивное курение и его влияние на здоровье окружающих.
4. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Меры профилактики наркозависимости.
5. Инфекции, передаваемые половым путем, причины, способствующие заражению, меры профилактики.
6. ВИЧ-инфекция и СПИД, основные понятия, способ распространения, меры профилактики ВИЧ-инфекции.
7. Здоровый образ жизни как система индивидуального поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Понятие о здоровом образе жизни. Основные составляющие здорового образа жизни.
8. Связь образа жизни с профилактикой заболеваний. Значение соблюдения правил личной и общественной гигиены для здоровья человека. Понятие о гигиене. Правила личной гигиены.
9. Закаливание организма, его значение для укрепления здоровья человека. Использование факторов окружающей среды для закаливания. Закаливание и профилактика простудных заболеваний.
10. Двигательная активность и ее значение для здорового человека. Значение двигательной активности для здоровья человека.
11. Основные элементы жизнедеятельности человека. Значение режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его духовных и физических качеств. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.

12. Брак и семья, основные понятия. Условия и порядок заключения брака.
13. Нравственность и формирование правильного взаимоотношения полов как составляющие здорового образа жизни.
14. Семейное законодательство РФ. Личные права и обязанности супругов.
15. Семья в современном обществе. Функции семьи. Влияние семейных отношений на здоровье человека.
16. Правила поведения человека в повседневной жизни, помогающие ему избежать криминальных ситуаций.
17. Правила безопасного поведения при угрозе терракта.
18. Уголовная ответственность несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемые несовершеннолетним.
19. Правила и безопасность дорожного движения.
20. Знания, умения и навыки, повышающие безопасность человека при автономном существовании в природных условиях.
21. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера. Меры, принимаемые по защите населения от их последствий. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.
22. Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Меры, принимаемые по защите населения от их последствий. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
23. Организация оповещения и информации населения об опасностях, возникающих в ЧС. Понятие об оповещении населения.
24. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.
25. История создания гражданской обороны, ее предназначение и основные задачи по защите населения.
26. Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и ведение разведки в зоне чрезвычайных ситуаций.
27. Современные средства поражения, их краткая характеристика, поражающие факторы.
28. Защитные сооружения гражданской обороны, их предназначение. Правила поведения в защитных сооружениях.
29. Эвакуационные мероприятия в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.
30. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.
31. Роль и место ВС РФ в системе обеспечения национальной безопасности страны.
32. История создания Вооруженных Сил России, ее связь с историей и становлением Российского государства.
33. Организационная структура Вооруженных сил РФ. Виды ВС, рода войск.
34. Какие качества российского гражданина характеризуют его как защитника Отечества.
35. История государственных наград за военные отличия в России. Ордена РФ. История государственных наград за военные отличия в России.

36. Дни воинской славы (победные дни) России – память поколений о ратных подвигах защитников Отечества.
37. Значение дружбы и войскового товарищества для боевой готовности и боеспособности подразделений ВС РФ.
38. Статус военнослужащего, его права и свободы.
39. Конституция РФ и другие законы, определяющие правовую основу военной службы.
40. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Порядок подготовки к первоначальной постановке граждан на воинский учет.
41. Основные понятия о воинской обязанности. Организация воинского учета.
42. Организация призыва на военную службу. Основание и порядок предоставления отсрочки и освобождение от воинской службы. Категории граждан, подлежащих призыву на военную службу. Порядок освобождения и предоставления отсрочки.
43. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке их на воинский учет
44. Обязательная подготовка граждан к военной службе, основное ее содержание и предназначение. Цели и содержание обязательной подготовки к военной службе.
45. Военная служба по призыву и ее особенности.
46. Воинские звания военнослужащих ВС РФ. Военная форма одежды.
47. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих
48. Военная присяга – основной закон воинской жизни. Порядок проведения военнослужащих к присяге. Смысловое содержание военной присяги.
49. Общевоинские уставы ВС РФ – закон воинской жизни. Понятие об общевоинских уставах Вооруженных Сил РФ.
50. Льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим службу по призыву. Основные права, свободы и гарантии по социальной защите.
51. Основные виды воинской деятельности. Классификация основных видов воинской деятельности.
52. Прохождение военной службы по контракту.
53. Альтернативная служба.
54. Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Общие правила оказания первой помощи.
55. Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Виды ранений.
56. Первая помощь при травмах различных областей тела.
57. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях.
58. Первая помощь при ожогах, тепловом ударе и отморожениях.
59. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при попадании инородных тел в дыхательные пути.
60. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.