
	Министерство общего и профессионального образования Ростовской области
	<b>государственное бюджетное профессиональное образовательное          учреждение Ростовской области          «Ростовский колледж металлообработки и автосервиса»          (ГБПОУ РО «РКМиА»)</b>
	ОПОП по специальности 23.02.07 Техническое обслуживание и ремонт двигателей, систем и агрегатов автомобилей

**СОГЛАСОВАНО**

Зам. директора по УМР

  
 Подпись Т.Ф. Гончарова  
 «30» августа 2019 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГБПОУ РО «РКМиА»


  
 Подпись М. Н. Греховодова  
 2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОУД. 07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

2019г.

Одобрено с целью практического применения  
на заседании цикловой методической комиссии  
гуманитарного цикла и общественных  
дисциплин

протокол № 11 от «25» 06 2019г

Председатель ЦМК Федориева Н.Ф. / 

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе требований:

- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413(с изменениями на 29 декабря 2014 г., 31 декабря 2015 г., 29 июня 2017 г.);
- Рекомендаций по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом Примерной основной образовательной программы среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з);
- Примерной программы общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», одобренной Научно-методическим советом Центра профессионального образования ФГАУ «ФИРО» и рекомендованной для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (протокол № 2 от 26. 03. 2015);
- Примерной основной образовательной программы среднего общего образования по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности», одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. №2/16-з);
- Об уточнении Рекомендаций по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259) и примерных программ общеобразовательных дисциплин для профессиональных образовательных организаций (2015г), одобрено Научно-методическим советом Центра профессионального образования и систем квалификации ФГАУ «ФИРО» от 25 мая 2017 протокол №3;

Учебного плана ГБПОУ РО «РКМиА» по специальности 23.02.07 Техническое обслуживание и ремонт двигателей, систем и агрегатов автомобилей от 21.06.2019.

Организация-разработчик: государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Ростовской области «Ростовский колледж металлообработки и автосервиса»

Разработчик:

**Непесов Чары Аннамамедович** - преподаватель – организатор ОБЖ первой квалификационной категории ГБПОУ РО «РКМиА»

Эксперты:

1. Плотников А.В. – преподаватель-организатор ОБЖ высшей категории ГАПОУ РО «РКТМ»
2. Федориева Н.Ф. – председатель МК, преподаватель высшей категории, ГБПОУ РО «РКМиА»

Лист актуализации программы

Протокол № 1 от  
« 27 » 08 20 19 г.

Председатель ЦМК Анф / Федорцева И.П.

Протокол № \_\_\_\_ от  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.


Председатель ЦМК \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Протокол № \_\_\_\_ от  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Председатель ЦМК \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Протокол № \_\_\_\_ от  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Председатель ЦМК \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Дата актуализации	Результаты актуализации	Подпись разработчика
29.08.18.	Актуализация не требуется	

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	4
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	8
<b>3. . ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	16
<b>4. УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	17
<b>5. ЛИТЕРАТУРА</b>	18

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «Основы безопасности жизнедеятельности»

## 1.1 Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессии

### 46.01.03 Делопроизводитель

Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: **цикл общеобразовательных дисциплин.**

## 1.2 Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

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

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

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 (курение, пьянства и т.д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как 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 знаний 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 возникновения 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 пребывание 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.
- Предметные результаты освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» уточняются в рабочих программах на основе Примерной основной образовательной программы среднего общего образования с учетом профиля

#### **1.4. - Логические связи данного предмета с остальными предметами (раздела ми) учебного (образовательного) плана;**

Практически вся тематика ОБЖ базируется на знаниях получаемых обучающимися при изучении других общеобразовательных предметов.

Поэтому на уроках ОБЖ непременно используется межпредметная связь:

- физкультура-ЗОЖ; - история-ОВС; - биология-ЗОЖ, - оказание ПМП;
- география-выживание в природе, - химия-опасные вещества, экологическая безопасность; - физика-природные явления, техногенные аварии и катастрофы.

#### **1.5 - система оценки достижений учащихся;**

Деятельность учащихся на уроках ОБЖ оценивается с позиций современных образовательных технологий: личностного подхода в обучении, развивающего обучения и успешности деятельности учащихся. Задания носят сильный развивающий характер. Оценивание имеет форму стимулирования обучения и саморазвития школьника в рамках возможностей учащихся.



### 1.6 - инструментарий для оценивания результатов;

Контрольные работы, самостоятельные работы, индивидуальные задания, тесты, устный опрос, викторины и практические задания, выполнение нормативов в практических видах деятельности – главная составляющая учебного процесса.

### 1.7. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося **108** часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **72** часа;
- самостоятельной работы обучающегося **36** часов.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

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

Наименование тем	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	20
контрольные работы	2
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>36</b>
в том числе:	
<i>Внеаудиторная самостоятельная работа (составление конспектов, подготовка реферативных сообщений, ответы на вопросы)</i>	36
<b>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы Безопасности жизнедеятельности»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Количество часов	Уровень усвоения
<b>Раздел 1. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ</b>		<b>19</b>	
<b>Введение.</b> 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.		<b>1</b>	<b>1</b>
<b>Глава 1. Личная безопасность и здоровье.</b>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p> <p><b>1.1</b> Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.</p> <p><b>1.2</b> 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.</p> <p><b>1.3</b> Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.</p> <p><b>1.4</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.</p> <p><b>1.5</b> 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.</p> <p><b>1.6</b> Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.</p> <p><b>1.7</b> 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.</p> <p><b>1.8</b> 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».</p>	<b>9</b>	<b>2</b>

	<b>1.9</b> Уголовная ответственность несовершеннолетних. Основные положения Уголовного Кодекса РФ. Особенности уголовной ответственности для несовершеннолетних.		
	<b>Контрольная работа № 1</b>	<b>1</b>	
<b>Глава 2. Чрезвычайные ситуации на транспорте.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>3</b>	<b>2</b>
	<b>2.1.</b> Основные нормативные правовые акты, определяющие правила и безопасность дорожного движения. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. <b>2.2.</b> Экстремальные ситуации аварийного характера на железнодорожном транспорте. Экстремальные ситуации аварийного характера на авиационном транспорте. <b>2.3.</b> Экстремальные ситуации аварийного характера на городском транспорте Уличный травматизм. Дорожно-транспортный травматизм. Профилактика.		
	<b>Практические занятия:</b>	<b>4</b>	<b>2</b>
	<b>Практическое занятие № 1:</b> «Влияние курения на здоровье человека»; «Алкоголь и социальные последствия. Влияние алкоголя на здоровье человека».		
	<b>Практическое занятие № 2:</b> «Влияние наркотиков на здоровье человека. Распространение ВИЧ. Социальные последствия наркомании».		
	<b>Практическое занятие № 3:</b> «Алгоритмы безопасного поведения при ДТП. ПМП при различных травмах».		
	<b>Практическое занятие № 4:</b> «Алгоритм безопасного поведения на ЖД и авиа транспорте».		
	<b>Самостоятельная работа</b>		
	Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы. <b>Написание реферата на тему:</b> 1. Схемы взаимодействия элементов системы «человек – производственная среда». 2. Эволюция среды обитания, переход к техносфере. 3. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества. 4. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе. 5. Здоровый образ жизни - основа укрепления и сохранения личного здоровья. 6. Факторы, способствующие укреплению здоровья. 7. «Нравственность и здоровье». <b>Подготовка докладов по темам:</b>		
		<b>13</b>	

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Пути передачи кишечных инфекций.</li> <li>2. Инфекции, передаваемые половым путем.</li> <li>3. Профилактика инфекционных болезней.</li> <li>4. Туберкулез. Пути передачи последствия.</li> <li>5. ВИЧ-инфекция.</li> <li>6. Как лечить инфекционного больного?</li> <li>7. Роль социально-бытовых факторов в распространении инфекционных заболеваний</li> </ol>		
	<b>Контрольная работа № 2</b>	<b>1</b>	
<b>Раздел 2. ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ.</b>		<b>15</b>	
<b>Глава 4. Единая Государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС)</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>9</b>	<b>2</b>
	<ol style="list-style-type: none"> <li>4.1. Пожары. Лесные, торфяные и степные пожары. Бытовые пожары. Причины пожаров. Меры предупреждения.</li> <li>4.2. Чрезвычайные ситуации. Классификация чрезвычайных ситуаций. ЧС по природе возникновения. ЧС по масштабам распространения.</li> <li>4.3. ЧС природного характера. ЧС геологического, метеорологического и гидрологического характера.</li> <li>4.4. Характеристика ЧС техногенного характера. Аварии на РОО и на ХОО.</li> <li>4.5. ЧС техногенного характера. Аварии на ГТС Аварии на П-ВОО. Возможные последствия.</li> <li>4.6. Алгоритм безопасного поведения человека при возникновении ЧС природного или техногенного характера.</li> <li>4.7. Назначение и задачи РСЧС по защите населения и территорий от ЧС. Гражданская оборона, основные задачи ГО.</li> <li>4.8. Современные средства массового поражения и их поражающие факторы.</li> <li>4.9. Основные мероприятия ГО по защите населения от воздействия ОМП. Средства индивидуальной и коллективной защиты, порядок и правила их использования. ИПП-8, АИ-2 - их назначение и применение.</li> </ol>		
	<b>Практические занятия:</b>	<b>5</b>	
<b>Практическое занятие № 5.</b> «Алгоритмы безопасного поведения при пожаре в квартире. Использование подручных средств при тушении пожара. <b>Практическое занятие № 6.</b> «Алгоритмы безопасного поведения при пожаре в общественном месте и в общественном транспорте. <b>Практическое занятие № 7.</b> «Алгоритмы безопасного поведения при авариях на радиационно- опасных объектах» <b>Практическое занятие № 8.</b> «Алгоритмы безопасного поведения при пожарах и взрывах. Характеристика и использование средств пожаротушения» <b>Практическое занятие № 9.</b> Отработка норматива по надеванию противогаза.			

	Отработка действий при повреждении шлем-маски, соединительной трубки, фильтрующие поглощающей коробки противогаса.		
	<b>Самостоятельная работа:</b> Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы. <b>Написание реферата на тему:</b> 1. История создания РСЧС; 2. Органы управления гражданской обороны; 3. Защитные сооружения и правила поведения в них; 4. Оповещение населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях. 5. Виды защитных сооружений; 6. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны; 7. Правила поведения в защитных сооружениях; 8. МЧС России; <b>Подготовка докладов по темам:</b> 1. История создания РСЧС. 2. Органы управления гражданской обороны. 3. Защитные сооружения и правила поведения в них. 4. МЧС России 5. Служба скорой помощи. 6. Оповещение населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях 7. Полиция как орган защиты населения от противоправных действий.	<b>13</b>	
	<b>Контрольная работа по разделу №1 и №2</b>	<b>1</b>	
		<b>Практические занятия:</b>	<b>9</b>
		<b>Самостоятельные:</b>	<b>26</b>
		<b>Всего:</b>	<b>34</b>

### Раздел 3. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ.

	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>38</b>	
	<p>3.1 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».</p> <p>3.2 Особенности оказания само-взаимо- и первой медицинской помощи при массовых поражениях.</p> <p>3.3 Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов.</p> <p>3.4 Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа.</p> <p>3.5 Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.</p> <p>3.6 Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.</p> <p>3.7 Кровотечения. Понятие и виды кровотечений. Способы временной остановки наружного кровотечения. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении.</p> <p>3.8 Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.</p> <p>3.9 Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах.</p> <p>3.10 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.</p> <p>3.11 Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.</p> <p>3.12 Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.</p> <p>3.13 Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.</p> <p>3.14 Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь</p>	<b>24</b>	<b>2</b>

	<p>при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения.</p> <p>3.15 Сердечно-легочная реанимация. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.</p> <p>3.16 Оказание первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте.</p> <p>3.17 Понятие клинической смерти и реанимации. Возможные причины клинической смерти и ее признаки. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. Правила сердечной реанимации.</p> <p>3.18 Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний.</p> <p>3.19 Инфекции, передаваемые половым путем, их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.</p> <p>3.20 ВИЧ- инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения. СПИД- финальная стадия инфекционного заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ).</p> <p>3.21 Профилактика СПИДа. Ответственность за заражение ВИЧ- инфекцией.</p> <p>3.22 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>3.23 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>3.24 Правила соблюдения личной гигиены, как составная часть укрепления здоровья человека.</p>		
	<b>Контрольная работа</b>	<b>1</b>	
	<p><b>Практические работы:</b></p> <p><b>Практическое занятие № 1:</b> «Правила наложения повязок и бинтования».</p> <p><b>Практическое занятие № 2:</b> «Правила наложения повязок и бинтования».</p> <p><b>Практическое занятие № 3:</b> «Приобретение навыков оказания первой помощи при ранениях, кровотечениях».</p> <p><b>Практическое занятие № 4:</b> «Первая доврачебная медицинская помощь при переломах».</p> <p><b>Практическое занятие № 5:</b> «Первая доврачебная медицинская помощь при</p>	<b>11</b>	

	<p>переломах».</p> <p><b>Практическое занятие № 6:</b> «Первая доврачебная медицинская помощь при переломах. Особенности оказания первой доврачебной медицинской помощи при переломах костей таза, позвоночника, ребер, ключицы, нижней челюсти».</p> <p><b>Практическое занятие № 7:</b> «Первая доврачебная медицинская помощь при переломах. Особенности оказания первой доврачебной медицинской помощи при переломах костей таза, позвоночника, ребер, ключицы, нижней челюсти».</p> <p><b>Практическое занятие № 8:</b> «Первая медицинская помощь при ушибах, растяжениях и вывихах».</p> <p><b>Практическое занятие № 9:</b> «Первая медицинская помощь при ожогах, при обморожениях».</p> <p><b>Практическое занятие № 10:</b> Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе, при обмороке и шоке.</p> <p><b>Практическое занятие № 11:</b> «Отработка способов оказания первой помощи при реанимации и иммобилизация пострадавшего»</p>		
	<b>Контрольная работа</b>	<b>1</b>	
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b></p> <p>Систематическая проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы. Примерная тематика внеаудиторной самостоятельной работы.</p> <p style="text-align: center;"><b>Написание рефератов на тему:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Международный опыт организации экстренной медицинской помощи населению в чрезвычайных ситуациях».</li> <li>2. «Избранные документы по вопросам Чрезвычайных ситуаций и медицины катастроф в РФ».</li> </ol> <p style="text-align: center;"><b>Подготовка на тему:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Оказание первой медицинской помощи при различных отравлениях».</li> <li>2. «Укусы и заболевания вследствие контакта с животными и насекомыми».</li> <li>3. «Электрический ток и его опасности при обращении с бытовыми электрическими приборами. Первая медицинская помощь при электротравмах».</li> <li>4. «Социальная роль женщины в современном обществе».</li> <li>5. «Ранние половые связи и их последствия для здоровья. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика».</li> </ol>	<b>10</b>	
<b>Итоговая аттестация:</b>	<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>1</b>	
	<b>Практические занятия:</b>	<b>11</b>	
	<b>Самостоятельные:</b>	<b>10</b>	
	<b>Всего по курсу:</b>	<b>108</b>	



	<b>Практические занятия:</b>	<b>20</b>
	<b>Контрольные:</b>	<b>5</b>
	<b>Дифференцированный зачет:</b>	<b>1</b>
	<b>Самостоятельные:</b>	<b>36</b>

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

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения заданий и проектов.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Раздел 1. Введение в дисциплину. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.</b>	
<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- применять полученные знания и навыки по здоровьесбережению для обеспечения собственной безопасности жизнедеятельности</li> </ul> <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы обеспечения безопасности жизнедеятельности, применяя здоровьесохраняющие жизненные позиции.</li> </ul>	<p>Текущий контроль в форме устного опроса и проверочной тестовой работы. Тренировок, отсутствие простудных заболеваний, спортивных и бытовых травм.</p> <p>Анализ и оценка выполнения практических работ: № 1. «Влияние курения на здоровье человека»; «Алкоголь и социальные последствия. Влияние алкоголя на здоровье человека». № 2. «Влияние наркотиков на здоровье человека. Распространение ВИЧ. Социальные последствия наркомании».</p>
<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- укреплять свое здоровье на основе занятий физ. культурой и спортом, правильно регулировать свой режим дня, труда и отдыха.</li> </ul> <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- факторы способствующие укреплению здоровья, составные здорового образа жизни.</li> </ul>	<p>Текущий контроль в форме устного опроса и проверочной тестовой работы.</p> <p>Анализ и оценка выполнения практических работ: № 3: «Алгоритмы безопасного поведения при ДТП. ПДМП при различных травмах». № 4. «Алгоритм безопасного поведения на ЖД и авиатранспорте».</p>
<b>Раздел 2. РСЧС, ее организация и основные задачи. Чрезвычайные ситуации мирного времени: причины аварий и катастроф. Права и обязанности граждан РФ при возникновении ЧС.</b>	
<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- при возникновении ЧС пользоваться в полной мере правами граждан РФ при ЧС.</li> </ul> <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- структуру Российской системы предупреждения и действий в ЧС;</li> <li>- основные задачи, которые ставит перед собой РСЧС, и решая их выполняет основную функцию по защите населения от ЧС мирного времени.</li> </ul>	<p>Текущий контроль в форме устного опроса и проверочной тестовой работы.</p> <p>Анализ и оценка выполнения практических работ: № 5. «Алгоритмы безопасного поведения при пожаре в квартире. Использование подручных средств при тушении пожара». № 6. «Алгоритмы безопасного поведения при пожаре в общественном месте и в общественном транспорте». № 7. «Алгоритмы безопасного поведения при пожарах и взрывах. Характеристика и использование средств пожаротушения»</p>
<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного</li> </ul>	<p>Текущий контроль в форме устного опроса и проверочной тестовой работы.</p>

<p>вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту.</p> <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- причины аварий и катастроф. Радиационно-опасные объекты. Химически – опасные объекты.</li> </ul>	<p>Анализ и оценка выполнения практических работ:</p> <p>№ 8. «Алгоритмы безопасного поведения при авариях на радиационно-опасных объектах»</p>
<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;</li> </ul>	<p>Текущий контроль в форме устного опроса и проверочной тестовой работы.</p> <p>Анализ и оценка выполнения практической работы:</p> <p>№ 9. Отработка норматива по надеванию противогаза. Отработка действий при повреждении шлем-маски, соединительной трубки, фильтрующие поглощающей коробки противогаза.</p>
<p><b>Раздел 3. Основы медицинских знаний</b></p>	
<p><b><u>Значение ПМП.</u></b></p> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим.</li> </ul> <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- порядок и правила оказания первой доврачебной помощи пострадавшим</li> </ul> <p><b><u>Характеристика ран.</u></b></p> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять частоту сердечных сокращений, величину артериального давления</li> </ul> <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- места определения ЧСС, величину в нормальном состоянии, артериальное давление в норме в зависимости от возраста.</li> </ul> <p><b><u>Ранения и кровотечения</u></b></p> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- классифицировать ранения и кровотечения.</li> </ul> <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способы остановки кровотечения.</li> </ul> <p><b><u>Переломы и ПМП.</u></b></p> <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- признаки закрытых повреждений : вывихи, растяжения, разрывы сухожилий и связок, переломов.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- оказывать доврачебную помощь при закрытых повреждениях и переломах.</li> </ul>	<p>Текущий контроль в форме проверочной работы. Ролевых игр, тренировок.</p> <p>Анализ и оценка выполнения практической работы:</p> <p>№ 1 - 2: «Правила наложения повязок и бинтования».</p> <p>№ 3: «Приобретение навыков оказания первой помощи при ранениях, кровотечениях».</p> <p>№ 4 - 5: «Первая доврачебная медицинская помощь при переломах».</p> <p>Текущий контроль в форме проверочной работы, индивидуального опроса, ролевых игр.</p> <p>№ 6 - 7: «Первая доврачебная медицинская помощь при переломах. Особенности оказания первой доврачебной медицинской помощи при переломах костей таза, позвоночника, ребер, ключицы, нижней челюсти».</p> <p>№ 8: «Первая медицинская помощь при ушибах, растяжениях и вывихах».</p> <p>№ 9: «Первая медицинская помощь при ожогах, при обморожениях».</p> <p>№ 10: «Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе, при обмороке и шоке».</p> <p>Текущий контроль в форме проверочной работы, индивидуального опроса, ролевых игр, тренировок.</p> <p>№ 11: «Отработка способов оказания первой помощи при реанимации и иммобилизация пострадавшего»</p>

#### **4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Основы Безопасности Жизнедеятельности».

Помещение кабинета удовлетворяет требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2. № 178-02) и оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.

##### **Оборудование учебного кабинета:**

- типовое оборудование (столы, стулья, шкафы);
- аудиторная;
- нормативно-правовые документы;
- учебная литература;
- раздаточный материал;
- различные приборы (войсковой прибор химической разведки (ВПХР), дозиметры);
- индивидуальные средства защиты (респираторы, противогазы, ватно-марлевые повязки);
- противохимический пакет;
- индивидуальный перевязочный пакет;
- шприц-тюбик одноразового пользования;
- носилки санитарные;
- учебно-наглядные пособия по дисциплине «Основы Безопасности Жизнедеятельности»;
- набор плакатов или электронные издания;
- массогабаритный макеты автомата Калашникова;
- Библиотечный фонд;

##### **Технические средства обучения:**

- Компьютер;
- Набор плакатов;

В библиотечный фонд входят учебники и учебно – методические комплекты (УМК), обеспечивающие освоение учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» и «Безопасность жизнедеятельности» рекомендованные или допущенные для использования в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования.

В процессе освоения программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» и «Безопасность жизнедеятельности» обучающиеся должны иметь возможность доступа к электронным учебным материалам по данным дисциплинам, имеющимся в свободном доступе в сети Интернет (электронные учебники, учебные пособия, практикумы, тесты и др.)

## 5. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

### **Основные источники:**

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений среднего проф. образования/ М., Изд.центр «Академия», 2019,
2. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017
3. Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО.– М., 2017
4. Тен Е.Е. «Основы медицинских знаний», ОИЦ «Академия», 2009.

### **Дополнительные источники:**

1. Афанасьев Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности. Часть 1. /Овчаренко А.Г., Трутнева Л.И., Раско С.Л., Мякшин А.Д. – Изд-во Алт.гос.техн.ун-т. БТИ, - Бийск, 2006.
2. Артюнина Г.П., Игнатюкова С.А. Основы медицинских знаний. Здоровье, болезнь и образ жизни. - М. 2006.
3. Сапронов Ю.Г., Сыса А.Б., Шахбазян В.В. «Безопасность жизнедеятельности», ОИЦ «Академи», 2004.
4. Основы военной службы: Учебное пособие СПО Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. - 5-е изд. – М.: Издательский центр «Академия», 2004.
5. Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней. Методическое пособие для студентов. – М. 2000.

### **Интернет - ресурсы:**

[www.edu.ru](http://www.edu.ru) – портал Российское образование.

[www.obzh.ru](http://www.obzh.ru) - образовательный портал

[Obj.ru](http://Obj.ru) Основы безопасности жизнедеятельности, гражданская оборона, первая помощь

[alf-center.com](http://alf-center.com) Охрана труда и промышленная безопасность (Санкт-Петербург)

[bezopasnost.edu66.ru](http://bezopasnost.edu66.ru) Информация по обеспечению личной, национальной и глобальной безопасности. Нормативные документы, теория БЖ, наука, психология, методика, культура БЖ, электронная библиотека по БЖ

[bgd.udsu.ru](http://bgd.udsu.ru) Информационно-образовательный портал по безопасности жизнедеятельности

[econavt.ru/bait](http://econavt.ru/bait) Электронный журнал "Без Аварий и Травм" (БАиТ) посвящен актуальным вопросам обеспечения безопасности жизнедеятельности в сфере производства и на автомобильном транспорте

[elib.ispu.ru/library/lessons/Diakov/index.htm](http://elib.ispu.ru/library/lessons/Diakov/index.htm) Курс лекций по БЖД

[novtex.ru/bjd](http://novtex.ru/bjd) Журнал "Безопасность жизнедеятельности"

[ohrana-bgd.narod.ru](http://ohrana-bgd.narod.ru) Охрана труда и БЖД

[otipb.ucoz.ru](http://otipb.ucoz.ru) Справочник Охрана труда и пожарная безопасность

[school-obz.org](http://school-obz.org) ОБЖ. Информационно-методическое издание для преподавателей

[trans-znak.ru](http://trans-znak.ru) ЗНАКИ - предназначенные для охраны жизни людей (Санкт-Петербург)