

Комитет образования и науки Курской области

областное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Курский государственный политехнический колледж



У «КГПК»  
Морозова  
2018 г.

**Рабочая программа учебного предмета**

**Основы безопасности жизнедеятельности  
(базовая)**


Курск  
2018

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012г. № 413 и Примерной программой общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО»), Протокол № 3 от 21 июля 2015 г.

Разработчик: Луданов Р.А., преподаватель ОБПОУ «КГПК»


Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» рассмотрена и одобрена на заседании П(Ц)К «Физкультуры и БЖД»


Протокол № 9 от «22» 05 2018 г.

Председатель П (Ц)К  Р.А. Луданов

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» рассмотрена и одобрена на заседании Методического совета

Протокол № 3 от «21» 06 2018 г.

Председатель Методического совета  И.Н. Толмачева

Заместитель директора по учебной работе  Н.Ю. Тарасова

## СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Разделы программы	Стр.
1	Пояснительная записка	4
2	Общая характеристика учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»	5
3	Место учебного предмета в учебном плане	6
4	Результаты освоения учебного предмета	6
5	Содержание учебного предмета с учетом профиля профессионального образования	9
6	Учебно-тематический план	14
7	Характеристика основных видов деятельности студентов	17
8	Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебного предмета	20
9	Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы	21
10	Возможности использовать программы в других ПООП	26

## **1. Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения основ безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы ППСЗ.

Рабочая программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», Примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО»), Протокол № 3 от 21 июля 2015 г., в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

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

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы - совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);

- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;

- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;

- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

**Нормативными документами для составления рабочей программы являются:**

1. Закон «Об образовании в РФ».

2. Федеральный государственный образовательный стандарт СОО.

3. Список учебников ОУ, соответствующий Федеральному перечню учебников, утвержденных, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих программы общего образования.

4. Учебный план.

5. Положение о рабочей учебной программе.

6. Примерная программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованная Федеральным государственным

автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (Протокол № 3 от 21 июля 2015 г. Регистрационный номер рецензии 376 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО»).

## **2. Общая характеристика учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

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

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

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

Действующее законодательство предусматривает обязательную подготовку по основам военной службы для лиц мужского пола, которая должна проводиться во всех профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения программы подготовки специалистов среднего звена на базе основного общего образования.

Для девушек в программе предусмотрен раздел «Основы медицинских знаний».

В процессе его изучения формируются знания в области медицины, умения оказывать первую медицинскую помощь при различных травмах. Девушки получают сведения о здоровом образе жизни, основных средствах планирования семьи, ухода за младенцем, поддержании в семье духовности, комфортного психологического климата.

Изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках

промежуточной аттестации студентов в процессе освоения программы подготовки специалистов среднего звена.

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана для специальности 43.02.13. Технология парикмахерского искусства на основе авторского учебника Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для среднего проф. образования.

### 3. Место учебного предмета в учебном плане

В учебном плане место учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» находится в составе общих общеобразовательных учебных предметов, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования.

В соответствии с учебным планом количество часов на освоение рабочей программы учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»:

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Объем образовательной программы</b>	80
<b>Самостоятельная работа</b>	4
<b>Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем</b>	72
в том числе:	
теоретические занятия	30
лабораторные занятия (если предусмотрено)	-
практические занятия (если предусмотрено)	40
курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	-
контрольная работа	2
консультации	2
<b>Промежуточная аттестация</b>	4
<i>Формы самостоятельной работы: рефераты, презентации</i>	
<i>Итоговая аттестация проводится в форме дифференцированного зачета</i>	

### 4. Результаты освоения учебного предмета

Освоение содержания учебного предмета «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 при родного, 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.



## **5. Содержание программы учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

### **Введение (2 часа)**

Актуальность изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи предмета. Основные теоретические положения предмета, 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.

### **Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (12 часов)**

#### **Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни (4 часа).**

##### **Содержание учебного материала**

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

Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. 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.

Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно - сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения.

Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.

#### **Практическое занятие (2 часа)**

Составление меню с использованием рекомендаций по рациональному питанию и освоения методов его гигиенической оценки.

#### **Тема 1.2. Влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. (2 часа)**

##### **Содержание учебного материала**

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

### **Тема 1.3. Правила и безопасность дорожного движения (4 часа).**

#### **Содержание учебного материала**

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

#### **Практическое занятие (2 часа)**

Отработка правил поведения пешеходов на дороге, пешеходном переходе, велосипедистов, пассажиров.

### **Тема 1.4. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. (2 часа)**

#### **Содержание учебного материала**

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».

### **Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения (18 часов)**

#### **Тема 2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (4 часа).**

##### **Содержание учебного материала**

Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

##### **Практическое занятие (2 часа)**

Анализ основных моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

#### **Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и Гражданская оборона (8 часов)**

##### **Содержание учебного материала**

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

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

##### **Практическое занятие (2 часа)**

Составление памяток по правилам поведения при эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций

##### **Практическое занятие № (2 часа)**

Отработка модели поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций на транспорте.

### **Практическое занятие № (2 часа)**

Применение первичных средств пожаротушения.

### **Тема 2.3. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Организация инженерной защиты (4 часа)**

#### **Содержание учебного материала**

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.

#### **Практическое занятие (2 часа)**

Составление таблицы «Боевые ОВ, их характеристика» и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС

### **Тема 2.4. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. (1 час)**

#### **Содержание учебного материала**

Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. 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.

#### **Контрольная работа (1 час)**

#### **Самостоятельная работа для обучающихся по разделу. (2 часа)**

Подготовка рефератов, презентаций. Работа с документами Федеральных законов «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера»

Составление кластера, составление памяток.

### **Раздел 3. Основы медицинских знаний (14 часов)**

#### **Тема 3.1. Понятие первой помощи. Общие правила оказания первой помощи. (2 часа)**

##### **Содержание учебного материала.**

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».

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.

### **Тема 3.2. Правила наложения повязок различных типов. (8 часов)**

#### **Содержание учебного материала.**

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.

#### **Практическое занятие (6 часов)**

Правила наложения повязок на различные части тела.

### **Тема 3.3. Первая помощь при переломах. (6 часов)**

#### **Содержание учебного материала.**

Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.

#### **Практическое занятие (4 часа)**

Оказание первой медицинской помощи при переломах

### **Тема 4.2. Понятие и виды кровотечений. (4 часа)**

#### **Содержание учебного материала.**

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.

#### **Практическое занятие (2 часа)**

Отработка основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.

### **Тема 3.4. Понятие травматического токсикоза. (4 часа)**

#### **Содержание учебного материала.**

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

#### **Практическое занятие (2 часа)**

Освоение основных способов искусственного дыхания.

### **Тема 3.5. Первая помощь при ожогах. (4 часа)**

#### **Содержание учебного материала.**

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.

### **Практическое занятие (2 часа)**

Оказание первой медицинской помощи при ожогах

### **Тема 3.6. Оказание первой медицинской помощи при отравлении аварийно-химическими опасными веществами (АХОВ) (2 часа)**

#### **Содержание учебного материала.**

Отравление аварийно-химическими опасными веществами (АХОВ). Первая медицинская помощь при отравлении химическими веществами.

### **Тема 3.7. Первая помощь при попадании инородных тел. (2 часа)**

#### **Содержание учебного материала.**

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

### **Тема 3.8. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. (4 часа)**

#### **Содержание учебного материала**

Профилактика инфекционных болезней – комплекс мероприятий, направленных на предупреждение заболеваний или устранение факторов риска.

Причины возникновения инфекционных болезней.

#### **Практическое занятие (2 часа)**

Составление таблицы по теме: «Основные симптомы инфекционных болезней, их классификация и профилактика»

### **Тема 3.9. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. (1 час)**

#### **Содержание учебного материала**

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.

#### **Контрольная работа (1 час)**

#### **Самостоятельная работа обучающихся по разделу (2 часа)**

Работа с медицинскими информационно-справочными материалами

Подготовка и защита реферата, составление презентаций

#### **Консультация (2 часа)**

#### **Промежуточная аттестация (4 часа)**

**Предмет ОБЖ заканчивается дифференцированным зачетом.**

## 6. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов	Объем образовательной программы	Самостоятельная работа	Объем работы обучающегося во взаимодействии с преподавателем				
				Теоретические занятия	Практические занятия	Контрольная работа	Консультация	Промежуточная аттестация
1	<b>Введение в предмет ОБЖ.</b>	2		2				
2	<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.</b>	12		8	4			
	<b>Тема 1.1.</b> Здоровье и здоровый образ жизни. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Вредные привычки их профилактика. Вредные привычки их профилактика.	2		2				
	Практическое занятие № 1 Составление меню с использованием рекомендаций по рациональному питанию и освоения методов его гигиенической оценки.	2			2			
	<b>Тема 1.2.</b> Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	2		2				
	<b>Тема 1.3.</b> Правила и безопасность дорожного движения.	2		2				
	Практическое занятие № 2 Отработка правил поведения пешеходов на дороге, пешеходном переходе, велосипедистов, пассажиров.	2			2			
	<b>Тема 1.4.</b> Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья.	2		2				
3	<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.</b>	18		7	10	1		
	<b>Тема 2.1</b> Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	2		2				
	Практическое занятие № 3 Анализ основных моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.	2			2			
	<b>Тема 2.2.</b> Единая государственная система предупреждения и Гражданская оборона.	2		2				
	Практическое занятие № 4 Составление памяток по правилам поведения при эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций	2			2			

	Практическое занятие № 5 Отработка модели поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций на транспорте.	2			2			
	Практическое занятие № 6 Применение первичных средств пожаротушения.	2			2			
	<b>Тема 2.3.</b> Современные средства поражения и их поражающие факторы. Организация инженерной защиты.	2		2				
	Практическое занятие № 7 Составление таблицы «Боевые ОВ, их характеристика» и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС	2			2			
	<b>Тема 2.4.</b> Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. Контрольная работа. ДФК	2	2	1		1		
4	<b>Раздел 3.</b> <b>Основы медицинских знаний.</b>	<b>44</b>		<b>19</b>	<b>18</b>	<b>1</b>		
	<b>Тема 3.1.</b> Понятие первой помощи. Общие правила оказания первой помощи.	2		2				
	<b>Тема 3.2.</b> Правила наложения повязок различных типов.	2		2				
	Практическое занятие № 8 Правила наложения повязок на различные части тела.	6			6			
	<b>Тема 3.3.</b> Первая помощь при переломах	2		2				
	Практическое занятие № 9 Оказание первой медицинской помощи при переломах	4			4			
	<b>Тема 3.3.</b> Понятие и виды кровотечений.	2		2				
	Практическое занятие № 10 Отработка основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	2			2			
	<b>Тема 3.4.</b> Понятие травматического токсикоза.	2		2				
	Практическое занятие № 11 Освоение основных способов искусственного дыхания.	2			2			
	<b>Тема 3.5.</b> Первая помощь при ожогах.	2		2				
	Практическое занятие № 12 Оказание первой медицинской помощи при ожогах	2			2			
	<b>Тема 3.6.</b> Оказание первой медицинской помощи при отравлении аварийно-химическими опасными веществами (АХОВ)	2		2				

	<b>Тема 3.7.</b> Первая помощь при попадании инородных тел.	2		2				
	<b>Тема 3.8.</b> Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика.	2		2				
	Практическое занятие № 13 Составление таблицы по теме: «Основные симптомы инфекционных болезней, их классификация и профилактика»	2			2			
	<b>Тема 3.9.</b> Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Контрольная работа	2	2	1		1		
5	<b>Самостоятельная работа</b>	4	<b>4</b>					
6	<b>Консультация</b>	2					<b>2</b>	
7	<b>Дифференцированный зачет</b>	4						<b>4</b>
8	<b>Итого:</b>	<b>80</b>	<b>4</b>	<b>30</b>	<b>40</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>



## 7. Характеристика основных видов учебной деятельности студентов

<b>Содержание обучения</b>	<b>Характеристика основных видов деятельности студентов (на уровне учебной деятельности)</b>
<b>Введение</b>	<p>Различение основных понятий и теоретических положений</p> <p>основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности.</p> <p>Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите</p>
<b>1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения</b>	<p>Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни.</p> <p>Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха.</p> <p>Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя.</p> <p>Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.</p> <p>Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам. Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения.</p> <p>Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья</p>
<b>2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	<p>Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.</p> <p>Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.</p> <p>Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.</p>

	<p>Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.</p> <p>Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.</p> <p>Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности</p>
<p><b>3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b></p>	<p>Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России. Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих.</p> <p>Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы.</p> <p>Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества.</p> <p>Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам</p>

	<p>гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки.</p> <p>Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести</p>
<p><b>4. Основы медицинских знаний</b></p>	<p>Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.</p> <p>Характеристика основных признаков жизни.</p> <p>Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара.</p> <p>Определение основных средств планирования семьи.</p> <p>Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины</p>

## **8. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебного предмета**

Реализация программы учебного предмета осуществляется в учебном кабинете безопасности жизнедеятельности.

### **Учебно-методическое обеспечение:**

комплект учебно-наглядных пособий, в т.ч. на электронных носителях;  
обучающие и контролирующие программы по темам предмета;

методические указания по выполнению самостоятельных работ;  
контрольно-оценочных средств;

плакаты по темам: «Основы военной службы», «Средства индивидуальной защиты», «Единая государственная система»

### **Оборудование учебного кабинета безопасности жизнедеятельности:**

- Лабораторная установка "звукоизоляция и звукопоглощение"-1 шт
- Лабораторная установка "эффективность и качество освещения" бж1-1шт;
- Люксметр-пульсаметр-1шт;
- Мультимедийный проектор-1шт;
- Палатка-5ШТ;
- Персональный компьютер Гелиос мк2009-1 шт;
- Принтер лазерный EPSON laser epl-6200L-1ШТ;
- Самоспасатель сип-1-1ШТ;
- Стол лабораторный-3 шт;
- Телевизор LG-1ШТ;
- Тренажерный комплекс для отработки и анализа комплексных реанимационных мероприятий при несчастных случаях личного состава спасательных служб МСЧ-шт;
- Уголок пожарной безопасности.

## **9. Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

### **Основные источники:**

1. Т.А. Хван, П.А. Хван. Основы безопасности жизнедеятельности. Ростов-на-Дону: Феникс, 2012.

### **Дополнительные источники:**

1. Айзман Р. И., Омельченко И. В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. - М., 2013.

2. Аксенова М., Кузнецов С., Евлахович и др. Огнестрельное оружие. - М., 2012.

3. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред. проф. образования. - М., 2015.

4. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред. проф. образования. - М., 2015.

5. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для учреждений сред. проф. образования. - М., 2013.

6. 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.

7. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное приложение к учебнику для учреждений сред. проф. образования. - М., 2014.

8. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: электронный учебно-методический комплекс для учреждений сред. проф. образования. - М., 2014.

9. Микрюков В. Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов сред. проф. образования. - М., 2014.

10. 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.

11. Микрюков В. Ю. Азбука патриота. Друзья и враги России. - М., 2013.

12. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных федеральными конституционными законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ) // СЗ РФ. - 2009. - № 4. - Ст. 445.

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (в ред. федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ) «Об образовании в Российской Федерации».

13. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).

14. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования».

15. Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации 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».

16. Гражданский кодекс РФ (Ч. 1) (утвержден Федеральным законом от 30.11.94 № 51-ФЗ (в ред. от 11.02.2013, с изм. и доп. от 01.03.2013) // СЗ РФ. - 1994. - № 32 (Ч. 1). - Ст. 3301.
17. Гражданский кодекс РФ (Ч. 2) (утвержден Федеральным законом от 26.01.96 № 14-ФЗ) (в ред. от 14.06.2012) // СЗ РФ. - 1996. - № 5 (Ч. 2). - Ст. 410.
18. Гражданский кодекс РФ (Ч. 3) (утвержден Федеральным законом от 26.11.01 № 146-ФЗ) (в ред. от 05.06.2012) // СЗ РФ. - 2001. - № 49. - Ст. 4552.
19. Гражданский кодекс РФ (Ч. 4) (утвержден Федеральным законом от 18.12.06 № 230-ФЗ) (в ред. от 08.12.2011) // СЗ РФ. - 2006. - № 52 (Ч. 1). - Ст. 5496.
20. Семейный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 29.12.1995 № 223-ФЗ) (в ред. от 12.11.2012) // СЗ РФ. - 1996. - № 1. - Ст. 16.
21. Уголовный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 13.06.1996 № 63-ФЗ) (в ред. от 07.12.2011; с изм. и доп., вступающими в силу с 05.04.2013) // СЗ РФ. - 1996. - № 25. - Ст. 2954.
22. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.2013) // СЗ РФ. - 1998. - № 13. - Ст. 1475.
23. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. - 1994. - № 35. - Ст. 3648.
24. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. - 1997. - № 30. - Ст. 3588.
25. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. - 2002. - № 30. - Ст. 3030.
26. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. - 1996. - № 23. - Ст. 2750.
27. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. - 2002. - № 2. - Ст. 133.
28. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. - 2011. - N 48. - Ст. 6724.
29. Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. - 2010. - № 7. - Ст. 724.
30. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. - 2004. - № 2. - Ст. 121.
31. Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной

формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. - 2011. - № 47.

32. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. - 2012.

33. Приказ министра обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.02.2010 № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» (зарегистрировано Минюстом России 12.04.2010, регистрационный № 16866).

34. Кобяков Ю. П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. - М., 2012.

35. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. - М., 2013.

36. Митяев А. Книга будущих командиров.- М., 2010.

37. Назарова Е. Н., Жилов Ю. Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. - М., 2013.

37. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) - Ростов н/Д, 2013.

38. Изотова М. А., Царева Т. Б. Полная энциклопедия орденов и медалей России. - М., 2008.

39. Ионина Н. А. 100 великих наград.-М., 2009.

40. Каменев А. И. Энциклопедия русского офицера. - М., 2008.

41. Каторин Ю. Ф. Танки: иллюстрированная энциклопедия - М., 2011.

42. Лубченков Ю. Н. Русские полководцы - М., 2009.

43. Смирнов А. Т., Хренников Б. О. под редакцией Смирнова А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности (базовый уровень) 10 класс.- Издательство «Просвещение» [www.prosv.ru/umk](http://www.prosv.ru/umk) 10-11

#### **Интернет-ресурсы**

[www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ). [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ). [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны). [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ).

[www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии). [www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) (Books Gid. Электронная библиотека).

[www.globalteka.ru/index.html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов). [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).

[www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks). [www.school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).

[www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).

[www.robediteli.ru](http://www.robediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»). [www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).

[www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность). [www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).

<http://www.scrf.gov.ru>

<http://www.mvd.ru>

<http://www.minzdrav-rf.ru>

<http://www.mil.ru>

<http://mon.gov.ru/>

<http://www.mnr.gov.ru>

<http://www.fsgv.ru>

<http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm>

<http://www.fps.gov.ru>

<http://www.gan.ru>

<http://www.hardtime.ru>

<http://www.bezopasnost.edu66.ru>

<http://www.alleng.ru/edu/saf.htm>