

ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

2021 г.

Рассмотрено и одобрено
на заседании предметно-цикловой
комиссии общеобразовательных
дисциплин

Протокол № 1
от «30» 08 2021г.

 Председатель ПЦК
Н.Ю.Елизарьева

Программа учебной дисциплины разработана с учетом программы общеобразовательной учебной дисциплины ОБЖ для профессиональных образовательных организаций, Москва 2015 год.

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Профессиональное училище № 48 п.Подгорный».

Разработчики:

Пушкарев Валерий Петрович, преподаватель ОБЖ ГБПОУ ПУ № 48 п. Подгорный.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	29
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	31

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессиям СПО, входящим в состав укрупненной группы профессий 35.00.00 Сельское, лесное и рыбное хозяйство, по профессии СПО **35.01.01 Мастер по лесному хозяйству**

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в общеобразовательный цикл.

1.3. Цели и задачи дисциплины, планируемые результаты освоения дисциплины:

Программа ориентирована на достижение следующих целей:

- **освоение знаний** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
- **воспитание** ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества;
- **развитие** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;
- **овладение умениями** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

В результате изучения учебной дисциплины обучающийся должен **знать:**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- В результате изучения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь:**
 - владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
 - пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
 - оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.
- *использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:*
 - для ведения здорового образа жизни;
 - оказания первой медицинской помощи;
 - развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
 - вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ:

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

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
 - готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового

- образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

метапредметных:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- 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;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их

возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- локализация 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 о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищённость личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных 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;
- знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека,
- знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных

ситуациях;

- знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- знание 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 (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

Программа предполагает освоение следующих общих компетенций и личностных результатов:

- ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.
- ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.
- ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.
- ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
- ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.
- ОК 7. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны	ЛР 1
Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций	ЛР 2
Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих	ЛР 3

Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа»	ЛР 4
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России	ЛР 5
Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях	ЛР 6
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 7
Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства	ЛР 8
Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях	ЛР 9
Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой	ЛР 10
Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры	ЛР 11
Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности¹	
Демонстрирующий готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности	ЛР 13
Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности	ЛР 14
Проявляющий гражданское отношение к профессиональной деятельности как к возможности личного участия в решении общественных, государственных, общенациональных проблем	ЛР 15
Принимающий основы экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, применяющий опыт экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях и профессиональной деятельности	ЛР 16
Проявляющий ценностное отношение к культуре и искусству, к культуре речи и культуре поведения, к красоте и гармонии	ЛР 17

1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

- максимальная учебная нагрузка обучающегося 108 часов, в том числе:
- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 72 часа;
- самостоятельная работа обучающегося 36 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	108
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	72
в том числе:	
практические занятия	32
В т.ч. в форме практической подготовки	10
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	36
Дифференцированный зачет	2

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		Объем в часах	ЛР, ОК	Уровень усвоения
1	2		3	4	
Введение	Содержание учебного материала		2		
		Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера» «опасность», «риск», «безопасность».			2
		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.			2
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья			26		
Тема 1.1.	Содержание учебного материала		1		
Здоровье и здоровый образ жизни.	1.	Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.		ЛР 9	2
Тема 1.2 Факторы, способствующие укреплению здоровья	Содержание учебного материала		1		
	1.	Двигательная активность и закаливание организма		ЛР 9	2
	2.	Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья.			
	3.	Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья.			
	4.	Влияние двигательной активности на здоровье человека.			

	5.	Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье			
		Практические занятия Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Отработка нормативов по надеванию противогаза и ОЗК. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения. Приборы радиационной и химической разведки и контроля.	3		
		Самостоятельная работа обучающихся написание реферата на тему 6 современные средства поражения и их поражающие факторы.	6		
Тема 1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.		Содержание учебного материала	1		
	1.	Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.		ЛР 10	2
Тема 1.4. Вредные привычки		Содержание учебного материала	2		
	1.	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.		ЛР 9 ОК 3	2
	2.	Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя Снижение умственной и физической работоспособности			2
	3	Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.			2

Тема 1.5. Правила и безопасность дорожного движения	Содержание учебного материала		1		
	1	Модели поведения пешеходов, велосипедистов при организации дорожного движения.		ЛР 3 ОК 3	2
	2.	Модели поведения пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.			2
	Практические занятия В т.ч. в форме практической подготовки Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения. Отработка действий при возникновении аварии с выбросом сильно действующих ядовитых веществ. Отработка действий при возникновении радиационной аварии.		2 2	ЛР 3 ОК 3	
Тема 1.6 Правовые основы взаимоотношения полов	Содержание учебного материала				
		Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации.	1	ЛР 12	2
	2	Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».			2
	Практические занятия: В т.ч. в форме практической подготовки Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.		2 2	ЛР 9 ЛР 3	

	Самостоятельная работа: написание реферата Основные пути формирования культуры БЖ в современном обществе.		6	ЛР 3	
Раздел 2. Государственная система обеспечения			26		
Тема 2.1 Классификация чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала		1		
	1.	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.			2
Тема 2.2 Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	Содержание учебного материала		2		
	1	Характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1	ЛР 10 ОК 3	2
	2	Практическое занятие Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно план образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).	1	ЛР 10	
	Самостоятельная работа: написание реферата на тему :Характеристика ЧС природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.		6	ЛР 10	

Тема 2.3 Гражданская оборона			1	
		Содержание учебного материала.		
	1	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций.		2
	2	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны; основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.		2
	3	Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций		2
		Самостоятельная работа обучающихся написание реферата МЧС России- федеральный орган управления в области защиты населения от чс	6	

Тема 2.4. Средства поражения и их поражающие факторы		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.	1		2
Тема 2.5. Факторы чрезвычайных ситуаций	1	Содержание учебного материала	1		
		Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.			2
Тема 2.6. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы		Содержание учебного материала	1		
	1	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения		ОК 3	2
Тема 2.7. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций		Содержание учебного материала	1		

	1	Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.			2
Тема 2.8. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника.	Содержание учебного материала		1	ЛР 3 ОК 3	
	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.				
Тема 2.9. Государственные службы по охране	Содержание учебного материала		1		
	1.	МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.			2

здоровья и безопасности граждан	2	Полиция в Российской Федерации –система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств.			
	3	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.			
	Практическая работа. в т.ч. в форме практической подготовки: Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. Изучение первичных средств пожаротушения. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.		4 4		

Раздел 3. Основы медицинских знаний		29		
Тема 3.1. Понятие первой помощи	Содержание учебного материала		1	
	Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».			2
	Самостоятельная работа обучающихся написание реферата Оказание первой помощи при бытовых травмах.		6	
Тема 3.2 Понятие и виды травм	Содержание учебного материала		2	
	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.			2
Тема 3.3 Первая помощь при синдроме длительного сдавливания	Содержание учебного материала		1	
	1	Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.		2

Тема 3.4. Первая помощь при наружных кровотечениях.	Содержание учебного материала		2		
	1.	Первая помощь при наружных кровотечениях. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении.	1		2
	2.	Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.	1		2
Тема 3.5. Первая помощь при ожогах	Содержание учебного материала		2		
	1.	Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур.	1		2
	2	Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.	1		2
Практические занятия В т.ч. в форме практической подготовки Первая помощь при переломах. Иммобилизация поврежденных частей тела с помощью стандартных шин, подручных материалов. Первая помощь при травмах. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при наружных кровотечениях. Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. Наложение жгута. Действия при кровотечении из внутренних органов. Первая помощь при отсутствии сознания. Понятие обморока. Определение степени			9 2		

	<p>нарушения сознания. Первая помощь.</p> <p>Первая помощь при отсутствии кровообращения. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания (при остановке сердца) и непрямого массажа сердца.</p> <p>Первая помощь при клинической смерти. Изучение и освоение основных способов оживления.</p>			
	Самостоятельная работа обучающихся: написание доклада- Формирование здорового образа жизни с пеленок.	6		
Раздел 4. Основы обороны государства и воинская обязанность.		23		
4.1 История создания Вооруженных Сил России	<p>Содержание учебного материала.</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.</p> <p>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</p>	1		
			ЛР 1 ОК 7	2

	Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.			
Тема 4.2 Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	Содержание учебного материала	1		
	Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-Воздушные Силы: история создания, предназначение, структура. Военно-Морской Флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Космические войска: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение.		ЛР 1 ОК 7	2
Тема 4.3 Воинская обязанность	Содержание учебного материала	1		
	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		ЛР 1 ОК 7	2

	освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.			
Тема 4.4 Обязательная подготовка граждан к военной службе	Содержание учебного материала	1		
	Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.		ЛР 1 ОК 7	2
Тема 4.5 Призыв на военную службу	Содержание учебного материала	1		
	Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.		ЛР 1 ОК 7	2
Тема 4.6. Прохождение военной службы по контракту	Содержание учебного материала	1		
	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.		ЛР 1 ОК 7	2

Тема 4.7. Альтернативная гражданская служба	Содержание учебного материала	1		
	Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.		ОК 7	2
Тема 4.8 Качества личности военнослужащего как защитника Отечества	Содержание учебного материала	1		
	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. 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 и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.		ЛР 1 ОК 7	2
Тема 4.9	Содержание учебного материала	1		

Воинская дисциплина и ответственность	<p>Единоначалие – принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение.</p> <p>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>		ЛР 1 ОК 7	2
Тема 4.10 Как стать офицером Российской армии.	Содержание учебного материала	1		
	<p>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>		ЛР 1 ОК 7	2
Тема 4.11 Боевые	Содержание учебного материала	1		

традиции Вооруженных Сил России	Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите. 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.		ЛР 1 ОК 7	2
Тема 4.12 Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	Содержание учебного материала	1		
	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.		ЛР 1 ОК 7	2
	Практические занятия: Изучение способов бесконфликтного общения и само регуляции. Особенности службы в армии. Изучение и освоение методик проведения строевой подготовки. Строй и управление ими. Подаваемые команды. Движение строевым и походным шагом. Строевые приемы без оружия: -выполнение команд – Становись; Смирно; Вольно. -повороты на месте и в движении; -выход из строя и постановка в строй; -подход к начальнику и отход от него; -выполнение воинского приветствия на месте и в движении.	11	ЛР 1 ОК 7	

	Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета.	2		
	Всего:	108		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета безопасности жизнедеятельности.

3.1.1. Оборудование учебного кабинета:

1. Общевойсковой защитный комплект (ОЗК)
2. Общевойсковой противогаз
3. Изолирующий противогаз в комплекте с регенеративным патроном
4. Респиратор Р-2
5. Индивидуальный противохимический пакет (ИПП-8, 9, 10, 11)
6. Ватно-марлевая повязка
7. Противопыльная тканевая маска
8. Медицинская сумка в комплекте
9. Носилки санитарные
10. Аптечка индивидуальная (АИ-2)
11. Бинты марлевые
12. Бинты эластичные
13. Жгуты кровоостанавливающие резиновые
14. Индивидуальные перевязочные пакеты
15. Косынки перевязочные
16. Ножницы для перевязочного материала прямые
17. Шприц-тюбики одноразового пользования (без наполнителя)
18. Шинный материал (металлические, Дитерихса)
19. Огнетушители порошковые (учебные)
20. Огнетушители углекислотные (учебные)
21. Устройство отработки прицеливания
22. Учебные автоматы АК-74
23. Винтовки пневматические
24. Комплект плакатов по Гражданской обороне
25. Комплект плакатов по Основам военной службы

3.1.2. Технические средства обучения:

1. Войсковой прибор химической разведки (ВПХР)
2. Рентгенметр ДП-5В

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

3.2.1. Основные печатные издания

1. Н. В. Косолапова Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для среднего профессионального образования. М.: ИЦ «Академия», 2018 г. 336 с.
2. Ю.Л. Воробьев Безопасность жизнедеятельности: Учебник.10-11 кл – М.: Астрель, 2018.

3. 2.2. Основные электронные издания

1. Электронный учебник.
Обеспечение безопасности жизнедеятельности. Н.В Косолапова 2018г.
2. Электронные плакаты по основам военной службы - 5шт.
 - устройство автомата АК-74;
 - устройство ручных гранат;
 - воинские знаки различия;
 - устройство и использование противогаза;
 - устройство и использование ОЗК

3.2.3. Дополнительные источники:

1. А.Т Смирнов. Основы военной службы изд. – М.,Дрофа 2018.
2. А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, Э.Н.Аюбов/ под ред. А.Т.Смирнова.Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся – М., 2018.
3. Первая медицинская помощь: учеб. пособие для студ. сред. проф. учеб. заведений /П.В. Глыбочко и др. – М.: Издательский центр «Академия», 2017
4. Ю.А.Науменко Начальная военная подготовка –М Просвещение,2017
5. Ю.Г. Сапронов Безопасность жизнедеятельности: Учебник. Для среднего профессионального образования – М.: «Академия», 2018. – 336 с.
6. Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации. – М.: Эксмо, 2009. – 608 с.
7. Сборник законов Российской Федерации. – М.: Эксмо, 2018. – 928 с

3.2.4. Интернет – ресурсы

www.mchs.gov.ru – сайт МЧС РФ.
www.mvd.ru – сайт МВД РФ.
www.mil.ru - сайт Минобороны.
www.fsb.ru – сайт ФСБ РФ.

dic.academic.ru - Академик. Словари и энциклопедии.
www.booksgid.com - Books Gid. Электронная библиотека.

globalteka.ru/index.html - Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов.

window.edu.ru - Единое окно доступа к образовательным ресурсам

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и приёма нормативов, а также сдачи обучающимися дифференцированного зачета.

<i>Содержание обучения</i>	<i>Характеристика основных видов учебной деятельности обучающегося</i>
Введение	Различать основные понятия и теоретические положения основ безопасности жизнедеятельности, применять знания дисциплины для обеспечения своей безопасности; анализировать влияние современного человека на окружающую среду, оценивать примеры зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделировать ситуации по сохранению биосферы и её защите.

<p>1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения</p>	<p>Определять основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни;</p> <p>усвоить факторы, влияющие на здоровье, выявить факторы, разрушающие здоровье, планировать режим дня, выявить условия обеспечения рационального питания, объяснять случаи из собственной жизни и свои наблюдения по планированию режима труда и отдыха;</p> <p>анализировать влияние двигательной активности на здоровье человека, определять основные формы закаливания, их влияние на здоровье человека, обосновывать последствия влияния алкоголя на здоровье человека и социальные последствия употребления алкоголя;</p> <p>анализировать влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека;</p> <p>моделировать социальные последствия пристрастия к наркотикам;</p> <p>моделировать ситуации по организации безопасности дорожного движения;</p> <p>характеризовать факторы, влияющие на репродуктивное здоровье человека;</p> <p>моделировать ситуации по применению правил сохранения и укрепления здоровья.</p>
<p>2. Государственная система обеспечения безопасности населения</p>	

3. Основы обороны государства и воинская обязанность

Усвоить общие понятия чрезвычайных ситуаций, классифицировать чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера по основным признакам, характеризовать особенности ЧС различного происхождения;

выявлять потенциально опасные ситуации для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС;

моделировать поведение населения при угрозе и возникновении ЧС;

осваивать модели поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоёмах, характеризовать основные функции системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснять основные правила эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценивать правильность выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрывать возможности современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени, характеризовать правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника; определять меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий;

характеризовать предназначение и основные функции полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности.

Различать основные понятия военной и национальной безопасности, освоить функции и основные задачи современных Вооруженных Сил Российской Федерации, характеризовать основные этапы создания Вооруженных Сил России;

анализировать основные этапы проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном

	<p>этапе, определять организационную структуру, виды и рода Вооруженных Сил Российской Федерации; формулировать общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих;</p> <p>характеризовать распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части, сопоставлять порядок и условия прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализировать условия прохождения альтернативной гражданской службы;</p> <p>анализировать качества личности военнослужащего как защитника Отечества:</p> <p>характеризовать требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеризовать понятия «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоить основы строевой подготовки;</p> <p>формулировать боевые традиции Вооруженных Сил России, объяснять основные понятия о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской</p>
4. Основы медицинских знаний	<p>Освоить основные понятия о состояниях, при которых оказывается первая помощь, моделировать ситуации по оказанию первой помощи при несчастных случаях;</p> <p>характеризовать основные признаки жизни;</p> <p>освоить алгоритм идентификации основных видов кровотечений, идентифицировать основные признаки теплового удара;</p> <p>определять основные средства планирования семьи;</p> <p>формулировать особенности образа жизни и рацион питания беременной женщины.</p>

