

Краевое государственное автономное профессиональное образовательное  
учреждение «Кунгурский сельскохозяйственный колледж»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

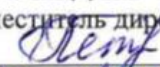
**ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности**

**по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по  
отраслям)**

2022 г.

РАССМОТРЕНО  
на заседании МК ЗЭД  
Протокол № 1 от «30» августа 2022 г.  
Председатель МК

  
А.Б.Бородина

УТВЕРЖДАЮ  
Заместитель директора по учебной работе  
 Л.И.Петрова  
« 30 » августа 2022 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта № 69 от 5 февраля 2018г. по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям) среднего профессионального образования.

Организация - разработчик: **Краевое государственное автономное профессиональное образовательное учреждение «Кунгурский сельскохозяйственный колледж»**

Разработчик:

Н.Г. Мережникова - преподаватель  
Ф.И.О., ученая степень, звание, должность

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	4
2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	5
3. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ.....	6
4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ.....	6
5. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ-ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	10
6. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	13
7. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.....	19
8. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	21

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в ОУ, реализующем образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке специалистов среднего звена. Рабочая программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности». 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. Рабочей программой учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» уточнено содержание учебного материала, последовательность его изучения, распределение учебных часов, тематика рефератов (докладов), индивидуальных проектов, виды самостоятельных работ, с учетом специфики программы подготовки специалистов среднего звена технического профиля.

## **2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «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. Общеобразовательная учебная дисциплина «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.

Данная дисциплина является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности. Основными содержательными темами рабочей программы являются: - введение в дисциплину, обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья; - государственная система обеспечения безопасности населения; - основы обороны государства и воинская обязанность; - основы медицинских знаний. В процессе его изучения формируются знания в области медицины, умения оказывать первую медицинскую помощь при различных травмах. Изучение общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации

обучающихся в процессе освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППССЗ).

### **3. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в блок профессионального учебного цикла по общепрофессиональным дисциплинам и изучается на 1 курсе согласно учебному плану по специальности 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям)

### **4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

- личностных: – развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз; – готовность к служению Отечеству, его защите; – формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности; – исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.); – воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности; – освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- метапредметных: – овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека; – овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по

безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности; – формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; – приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий; – развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение; – формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций; – формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников; – развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей; – формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения; – развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях; – освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации; – формирование установки на здоровый образ жизни;

– развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; • предметных: – сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально нравственной позиции личности, а также о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора; – получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз; – сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; – сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

– освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; – освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека; – развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; – формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники; – развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; – получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и



воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки; – освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе; – владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

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

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

## **5. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ-ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.**

Изучение основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне среднего (полного) общего образования направлено на достижение следующих целей:

-освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни; государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;

-воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; 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 в соблюдении 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 освоения дисциплины на базовом уровне обучающийся должен

*знать:*

3.1. - основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

3.2.- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

3.3. - основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;

3.4. - основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;

3.5.- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;

3.6.- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;

3.7.- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;

3.8. -основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;

3.9.- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;

3.10.- предназначение, структуру и задачи РСЧС;

3.11.- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

*Уметь:*

У.1 - владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

У.2- владеть навыками в области гражданской обороны;

У.3- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

У.4- оценивать уровень своей подготовки 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;

- обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.

*Дисциплина направлена на формирование общих компетенций:*

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

## **6. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Введение.** Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении специальности СПО.

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

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

*1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья.* Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.

**Практическое занятие:** Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.

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

*1.4. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.* Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.

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

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

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

*2.1. Чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.* 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:** 1. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

2. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

### **Раздел 3. Основы медицинских знаний.**

*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».

*3.2. 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.

**Практическое занятие:** Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.

-Изучение оказания первой медицинской помощи при ушибах, растяжениях, вывихах.

- Отработка правильности наложение шин и транспортировка пострадавших при переломах.

- Изучение оказания медицинской помощи при переломах.

*3.3. 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.

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

**Практическое занятие:** Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.

Изучение оказания медицинской помощи при травматическом шоке.

*3.5. Первая помощь при отсутствии сознания.* Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.

**Практическое занятие:** 1. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.

2. Отработка норматива на одевание средств индивидуальной защиты кожи с обучающимися.

*3.6. Основные инфекционные болезни.* Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.

**Дифференцированный зачет.**

**Темы рефератов (докладов).**

- Эволюция среды обитания, переход к техно сфере.



- Взаимодействие человека и среды обитания.
- Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
- Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
- Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.
  - Факторы, способствующие укреплению здоровья.
  - Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
  - Роль физической культуры в сохранении здоровья.
  - Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
  - Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
  - Табакокурение и его влияние на здоровье.
  - Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
  - Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
  - Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
- Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
  - Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
- Терроризм как основная социальная опасность современности.
- Космические опасности: мифы и реальность.
- Современные средства поражения и их поражающие факторы.
- Оповещение и информирование населения об опасности.
- Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
- Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
- МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
- Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.

- Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.
- Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
- Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
- Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
- Символы воинской чести.
- Патриотизм и верность воинскому долгу.
- Дни воинской славы России.
- Города-герои Российской Федерации.
- Города воинской славы Российской Федерации.
- Профилактика инфекционных заболеваний.
- Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
- СПИД — чума XXI века.
- Оказание первой помощи при бытовых травмах.
- Духовность и здоровье семьи.
- Здоровье родителей — здоровье ребенка.
- Формирование здорового образа жизни с пеленок.
- Как стать долгожителем?
- Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.

### Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	70
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	70
в том числе:	
Лекционные занятия	26
практические занятия	44
Промежуточная аттестация в форме <i>дифференцированного зачета</i>	

## 7. Тематически план и содержание учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»

№ п/п	Наименование разделов и тем	Объем часов	Уровень освоения
	Введение	1	2
1	<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>	<b>10</b>	
1.1	Здоровье и здоровый образ жизни	2	2
1.2	Факторы, способствующие укреплению здоровья.	2	
	<i>Практическое занятие:</i> Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	4	3
1.3	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	2	2
1.4	Вредные привычки и их профилактика	2	2
1.5	Правила и безопасность дорожного движения.	2	2
	<i>Практическое занятие:</i> Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств, при организации дорожного движения.	4	3
2	<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	<b>4</b>	
2.1	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.	2	2
	<i>Практическое занятие:</i> Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.	4	3
2.2	Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.	2	2
3	<b>Раздел 3. Основы медицинских знаний</b>	<b>10</b>	
3.1	Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.	2	23
3.2	Понятие и виды кровотечений.	2	2
	<i>Практическое занятие:</i> Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	4	3
	-Изучение оказания первой медицинской помощи при ушибах, растяжениях, вывихах.	4	
	- Отработка правильности наложение шин и транспортировка пострадавших при переломах.	4	
	- Изучение оказания медицинской помощи при переломах.	4	
3.3	Первая помощь при ожогах.	2	2

	<i>Практическое занятие:</i> Отработка правильности наложения жгута, давящей повязки при кровотечениях	4	3
3.4	Первая помощь при отсутствии сознания.	2	2
	<i>Практическое занятие:</i> Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.	4	3
	Изучение оказания медицинской помощи при травматическом шоке.	4	
3.5	Основные инфекционные болезни.	2	2
	<i>Практическое занятие:</i> Отработка норматива одевания индивидуальных средств защиты органов дыхания.	2	3
	Отработка норматива на одевание средств индивидуальной защиты кожи с обучающимися.	2	
	<i>Дифференцированный зачет</i>	1	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

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

## **Условия реализации учебной дисциплины**

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета №306.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедиа проектор;
- MS Office .

## **Информационное обеспечение обучения**

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

Основные источники:

1. Родионова, О. М. Медико-биологические основы безопасности. Охрана труда : учебник для СПО / О. М. Родионова, Д. А. Семенов. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 441 с.
2. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 1 : учебник для среднего профессионального образования / С. В. Белов. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство

Юрайт, 2019. — 350 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-9962-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/437961>

3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник для общеобразовательных организаций.- М.: Просвещение, 2015

4. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учебник для общеобразовательных организаций.- М.: Просвещение, 2015

5. Чрезвычайные ситуации : электронный ресурс. - М. : КноРус, 2012. - 1 эл. опт. д: 300.

"Собурь, С.В. Пожарная безопасность: Справочник / С.В. Собурь. - М. : ПожКнига, 2007. - 272.

#### Дополнительные источники:

1. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учреждений нач. и сред проф. образования – М.: Издательский центр «Академия», 2016 г

2. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10-11 кл. – М.: Просвещение 2015.

3. Конституция Российской Федерации (действующая редакция).

## 8. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, контрольных работ.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
<b>Умения:</b>	
владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	домашние работы, практические работы
владеть навыками в области гражданской обороны	домашние работы, практическая работа
пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты	домашние работы, практические работы
оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе	домашние работы, практическая работа
<b>Знания:</b>	
основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него	домашние работы, практические работы
потенциальные опасности природного,	домашние работы, практические работы

техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания	
основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций	домашние работы, практические работы
основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан	домашние работы, практические работы
состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации	домашние работы, практические работы
порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу	домашние работы, практические работы
основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе	домашние работы, практические работы
основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы	домашние работы, практические работы
требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника	
предназначение, структуру и задачи РСЧС	
предназначение, структуру и задачи гражданской обороны	