

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Усынин Максим Валерьевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 01.05.2019 21:27:37

Уникальный программный ключ:

f498e59e83f65dd7c3ce7bb8a25cbbabb33ebc58

**Частное образовательное учреждение высшего образования  
«Международный Институт Дизайна и Сервиса»  
(ЧОУВО МИДиС)**

Кафедра педагогики и психологии



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебно-проектной работе

Н.А. Попова

24.05.2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОУДБ.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Специальность:

**38.02.04 Коммерция (по отраслям)**

Уровень базового образования обучающихся:

**Основное общее образование**

Вид подготовки:

**Базовый**

Квалификация выпускника:

**Менеджер по продажам**

Профиль:

**Социально-экономический**

Форма обучения:

**Очная**

Челябинск 2019

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины ОУДБ.07 Основы безопасности жизнедеятельности разработана на основе требований федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. № 413) с учетом требований ФГОС СПО по специальности 38.02.04 Коммерция (по отраслям), утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 15 мая 2014 г. № 539,, профиля получаемого профессионального образования и примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

Автор-составитель: Кобзев С.С.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры педагогики и психологии

Протокол № 10 от 24.05.2019 г.

Заведующий кафедрой педагогики и психологии

Л.В. Львов

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. Паспорт рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины .....	4
2. Структура и содержание общеобразовательной учебной дисциплины .....	6
3. Условия реализации общеобразовательной учебной дисциплины.....	18
4. Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной учебной дисциплины .....	20

## **1. Паспорт рабочей программы общеобразовательной учебной дисциплины ОУДБ.07 Основы безопасности жизнедеятельности**

### **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования (программы подготовки специалиста среднего звена) в соответствии с ФГОС СПО по специальности 38.02.04 Коммерция (по отраслям).

### **1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы (программы подготовки специалистов среднего звена)**

Базовая учебная дисциплина общеобразовательного цикла

### **1.3. Требования к результатам освоения дисциплины**

Содержание рабочей программы по общеобразовательной учебной дисциплине ОУДБ.07 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.

Освоение содержания общеобразовательной учебной дисциплины ОУДБ.07 Основы безопасности жизнедеятельности обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

#### **личностных:**

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

#### **метапредметных:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности;
- анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;
- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

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

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

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

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

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

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

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

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

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

- формирование установки на здоровый образ жизни;

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

#### **предметных:**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально - нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

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

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

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

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

- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

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

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

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

- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;

- прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

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

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

### **Перечень формируемых компетенций**

#### *Общие компетенции (OK):*

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. Владеть информационной культурой, анализировать и оценивать информацию с использованием информационно-коммуникационных технологий.

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

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

максимальная учебная нагрузка обучающегося - 117 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 78 часов;
- самостоятельной работы обучающегося - 39 часов.

#### **2. Структура и содержание общеобразовательной учебной дисциплины**

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

Вид учебной работы	Объем часов	1 семестр	2 семестр
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>117</b>	<b>51</b>	<b>66</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>78</b>	<b>34</b>	<b>44</b>
в том числе:			
лекционные занятия	56	24	32
практические занятия	22	10	12
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>39</b>	<b>17</b>	<b>22</b>
в том числе:			
работа с информационными источниками	10	4	6
подготовка докладов	10	4	6
подготовка рефератов	4	4	-
написание конспектов	11	5	6
подготовка к дифференцированному зачету	4	-	4
Промежуточная аттестация в форме			дифференцированный зачет

## 2.2. Тематический план и содержание общеобразовательной учебной дисциплины ОУДБ.07 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, ситуативных работ и самостоятельная работа	Объем часов	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов	Осваиваемые элементы компетенций
1	2	3	4	5
<b>1 семестр</b>				
<b>Введение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	Различие основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности.	ОК 2.
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>				
<b>Тема 1.1.</b> Здоровье и здоровый образ жизни	<b>Содержание учебного материала</b>  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.	2	Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни.  Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека.	ОК 2. ОК 3.
<b>Тема 1.2.</b> Факторы, способствующие укреплению здоровья	<b>Содержание учебного материала</b>  Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье.	2	Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального	ОК 2. ОК 3.
	<b>Практические занятия</b>	2		

	Решение ситуативных задач по теме: «Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки».		питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха.	
	<b>Самостоятельная работа</b>	4		
	Подготовка докладов по темам: «Правила личной гигиены и здоровье человека», «Закаливание и его влияние на здоровье».			
<b>Тема 1.3.</b> Влияние техносферы и неблагоприятных условий окружающей среды на здоровье человека	<b>Содержание учебного материала</b>  Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов. Система Человек-Машина-Среда обитания. Потоки энергии, вещества, информации.	2	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.	ОК 2. ОК 3.
<b>Тема 1.4.</b> Вредные привычки и их влияние на здоровье человека	<b>Содержание учебного материала</b>  Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.  <b>Самостоятельная работа</b>  Написание конспекта по темам: «Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения», «Профилактика наркомании», «Курение и его влияние на состояние здоровья», «Табачный дым и его составные части», «Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему», «Пассивное курение и его влияние на здоровье».	2 5	Обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя. Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам.	ОК 3. ОК 4.
<b>Тема 1.5.</b> Правила и безопасность дорожного движения	<b>Содержание учебного материала</b>  Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.  <b>Практические занятия</b>  Дискуссия и устный опрос по теме: «Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и	2 2	Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения.	ОК 5.

	водителей транспортных средств при организации дорожного движения».			
<b>Тема 1.6.</b> Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека	<b>Содержание учебного материала</b>  Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.	2	Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья.	OK 2. OK 3.
	<b>Самостоятельная работа</b>  Написание рефератов по темам: «Брак и семья», «Культура брачных отношений», «Основные функции семьи», «Основы семейного права в Российской Федерации», «Права и обязанности родителей».	2		
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>				
<b>Тема 2.1.</b> Общие понятия, классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	<b>Содержание учебного материала</b>  Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Гражданская оборона как главная составляющая обороноспособности страны. 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.) Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Гражданская оборона. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	2	Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.  Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС. Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС	OK 4. OK 3. OK 6.
	<b>Практические занятия</b>	2		
	Решение ситуативных задач по теме: «Изучение и			

	отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии».			
	<b>Самостоятельная работа</b>	2		
	Подготовка рефератов по заданным темам.			
<b>Тема 2.2.</b> Современные средства поражения и их поражающие факторы	<b>Содержание учебного материала</b>	2	Объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.	OK 5.
	Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.			
	<b>Практические занятия</b>	2		
	Решение ситуативных задач по теме: «Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени».			
	<b>Самостоятельная работа</b>	2		
<b>Тема 2.3.</b> Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.	<b>Содержание учебного материала</b>	3	Характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС. Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.	OK 3.
	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.			
	<b>Практические занятия</b>	1		
	Решение ситуативных задач по теме: «Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте».			
	<b>Самостоятельная работа</b>	2		
	Работа с информационными источниками по темам: «Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника», «Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий», «Освоение моделей			

	поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах».			
<b>Тема 2.4.</b> Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	<b>Содержание учебного материала</b>  МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России).	3	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. Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.	OK 5. OK 3. OK 4.
	<b>Практические занятия</b>  Решение ситуативных задач по теме: «Изучение первичных средств пожаротушения».	1		

**2 семестр****Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (для юношей)**

<b>Тема 3.1.</b> История создания Вооруженных Сил России.	<b>Содержание учебного материала</b>  Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.  Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.	4	Различие основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России.	OK 3. OK 4.
<b>Тема 3.2.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4	Анализ основных этапов	OK 2.

Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	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.		проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации	
	<b>Практические занятия</b>	2		
	Решение ситуативных задач по теме: «Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции».			
	<b>Самостоятельная работа</b>	2		
<b>Тема 3.3.</b> Виды воинской обязанности и подготовка граждан к военной службе.	Подготовка докладов по теме: «Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России, их состав и предназначение».		Формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих. Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества. Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.	OK 4. OK 5.
	<b>Содержание учебного материала</b>	4		
	Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе.			
	<b>Самостоятельная работа</b>	6		
	Работа с информационными источниками по темам: «Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования», «Соответствие уровня образования воинскому званию и занимаемой должности».			

<b>Тема 3.4.</b> Виды служб в ВС РФ.	<b>Содержание учебного материала</b>	4	<p>Анализ условий прохождения, по призыву, контракту, альтернативной гражданской службы.</p> <p>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>Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества. Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.</p>	OK 6.
	<b>Практические занятия</b>	2		
	<b>Самостоятельная работа</b>	6		
<b>Тема 3.5.</b> Боевые традиции и ритуалы ВС РФ.	<b>Содержание учебного материала</b>	4	Характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки.	OK 3. OK 4.
	Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества. Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России — дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, воинское товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал		Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести.	

	приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку.			
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний (для девушек)</b>				
<b>Тема 4.1.</b> Понятие первой помощи	<b>Содержание учебного материала</b>  Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».	4	Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь.  Моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях.	OK 2.
	<b>Практические занятия</b>  Решение ситуативных задач по теме: «Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях».	4		
<b>Тема 4.2.</b> Понятие травм и их виды.	<b>Содержание учебного материала</b>  Правила первой помощи при ранениях.  Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.  Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.	4	Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара. Моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях  Характеристика основных признаков жизни.  Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь.	OK 4. OK 5.
	<b>Практические занятия</b>  Решение ситуативных задач по теме: «Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания».	4		
	<b>Самостоятельная работа</b>	8		

	1) Подготовка докладов по темам: «Первая помощь при воздействии низких температур», «Последствия воздействия низких температур на организм человека», «Основные степени отморожений», «Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей», «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»; 2) Подготовка к дифференцированному зачету.			
<b>Тема 4.3. Основные инфекционные болезни</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4	Характеристика основных видов инфекционных заболеваний, профилактика и способы борьбы с ними.	ОК 6.
	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. Классификация и профилактика инфекционных заболеваний.			
	<b>Всего:</b>		<b>117</b>	

### **2.3. Перечень примерных тем рефератов (докладов), индивидуальных проектов**

1. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
2. Взаимодействие человека и среды обитания.
3. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
4. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
5. Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.
6. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
7. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
8. Роль физической культуры в сохранении здоровья.
9. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
10. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
11. Табакокурение и его влияние на здоровье.
12. Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
13. Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
14. Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
15. Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
16. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
17. Терроризм как основная социальная опасность современности.
18. Космические опасности: мифы и реальность.
19. Современные средства поражения и их поражающие факторы.
20. Оповещение и информирование населения об опасности.
21. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
22. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
23. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
24. Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
25. Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.
26. Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
27. Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
28. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
29. Символы воинской чести.
30. Патриотизм и верность воинскому долгу.
31. Дни воинской славы России.
32. Города-герои Российской Федерации.
33. Города воинской славы Российской Федерации.
34. Профилактика инфекционных заболеваний.
35. Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
36. СПИД — чума XXI века.
37. Оказание первой помощи при бытовых травмах.
38. Духовность и здоровье семьи.
39. Здоровье родителей — здоровье ребенка.
40. Формирование здорового образа жизни с пеленок.
41. Как стать долгожителем?
42. Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.
43. Политика государства по поддержке семьи.

### 3. Условия реализации общеобразовательной учебной дисциплины

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

Реализация общеобразовательной учебной дисциплины ОУДБ.07 Основы безопасности жизнедеятельности требует наличия учебного кабинета безопасности жизнедеятельности.

Помещение кабинета удовлетворяет требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПин 2.4.2 № 178-02).

№ п/п	Наименование оборудованных учебных аудиторий для практических занятий, лабораторий, мастерских	Перечень материального оснащения, оборудования и технических средств обучения
1.	Кабинет безопасности жизнедеятельности № 115 Стрелковый тир № 115	<p><i>Материальное оснащение, компьютерное и интерактивное оборудование:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Компьютер- 1</li> <li>- Монитор- 1</li> <li>- Клавиатура -1</li> <li>- Ученические парты – 15</li> <li>- Стулья – 30</li> <li>- Стол преподавателя – 1</li> <li>- Стул преподавателя – 1</li> <li>- Жалюзи – 2</li> <li>- Шкаф со стеклом – 3</li> <li>- Шкаф для плакатов –1</li> <li>- Витрина стеклянная – 2</li> <li>- Тумба – 1</li> <li>- Доска магнитно-маркерная – 1</li> <li>- Доска текстильная в алюминиевой рамке – 1</li> <li>- Светильники – 12</li> <li>- Стенды – 4</li> <li>- Раковина</li> <li>- Войсковой прибор химической разведки (ВПХР) – 1</li> <li>- Компас-азимут – 5</li> <li>- Защитный костюм (ОЗК) – 1</li> <li>- Л-1 – 1</li> <li>- Респиратор – 1</li> <li>- Противогаз взрослый, фильтрующе-поглощающий ГП-7Б – 5</li> <li>- Универсальный фильтрующий малогабаритный самоспасатель (УФМС) «Шанс» - Е (фильтры ФСЭ-С) с полумаской – 5</li> <li>- Макет учебно-тренировочной гранаты Ф-1 – 2</li> <li>- Лазерный стрелковый тренажер «Рубин» ЛТ-110 ПМ (к) – 1</li> <li>- Пневматический пистолет – MAKAROV MP-654К – 2;</li> <li>- Интерактивный лазерный тир «Рубин» - ИЛТ-110 «Кадет» – 1;</li> <li>- Электронная мишень «Рубин» (ЭМ-2) – 2;</li> <li>- Лазерная камера «Рубин» (CMOS/640*480/30fps/упр. Пр-ма «Laser Ruby») – 1;</li> <li>- Лазер. Автомат Калашникова ЛТ-110 АК – 1;</li> <li>- Лазер. Пистолет Макарова ЛТ – 110 ПМ (с ограничителем ход курска) – 1;</li> <li>- Программа «Защитник Отечества» –1</li> <li>- Настенные плакаты «Огневая подготовка:</li> </ul>

	<p>неполная разборка автомата, ведение огня из стрелкового оружия», «Уход за оружием и его сбережение», «Ведение огня из стрелкового оружия», «Теоретические основы стрельбы», «Методика стрельбы из пистолета Макарова», «Упражнения учебных стрельб из пистолета», «Приемы стрельбы» – 7</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Максим II – тренажер сердечно-легочной и мозговой реанимации пружинно-механический с индикацией правильности выполнения действий (торс) – 1</li> <li>- Дыхательная трубка (воздуховод) – 1</li> <li>- Гипотермический пакет – 1</li> <li>- Индивидуальный перевязочный пакет – 1</li> <li>- Индивидуальный противохимический пакет – 1</li> <li>- Бинт марлевый медицинский нестерильный – 1</li> <li>- Пластырь фиксирующий 2,0*500 см пластиковая упаковка – 1</li> <li>- Вата медицинская компрессная – 1</li> <li>- Косынка медицинская (перевязочная) – 1</li> <li>- Повязка медицинская большая стерильная – 1</li> <li>- Повязка медицинская малая стерильная – 1</li> <li>- Булавка безопасная – 1</li> <li>- Жгут кровоостанавливающий эластичный – 1</li> <li>- Пипетка – 1</li> <li>- Коврик напольный – 1</li> <li>- Аптечка автомобильная – 1</li> <li>- Комплект масса-габаритных моделей оружия АК-74 – 2</li> <li>- Пожарный стенд «Комби» с ящиком для песка</li> <li>- Багор пожарный</li> <li>- Лом пожарный легкий</li> <li>- Топор</li> <li>- Ведро-конус</li> <li>- Огнетушитель ОП-4</li> <li>- Огнетушитель ОУ-3</li> <li>- Лопата савковая</li> <li>- Лопата штыковая</li> <li>- Стенд «Символы России и вооруженных сил»</li> </ul> <p>Рабочее место преподавателя снабжено выходом в корпоративную сеть и Интернет, имеется контентная фильтрация.</p> <p><i>Программное обеспечение:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Eclipse java luna SR1 win32</li> <li>2. 7-Zip</li> <li>3. 1C: Предприятие. Комплект для высших и средних учебных заведений (1C – 8985755 )</li> <li>4. Mozilla Firefox</li> <li>5. Adobe Flash Player ActiveX</li> <li>6. Adobe Flash Player Plugin</li> <li>7. Adobe Reader</li> <li>8. ESET Endpoint Antivirus</li> <li>9. Microsoft™ Windows® 7 (DreamSpark Premium Electronic Software Delivery id700549166)</li> <li>10. Windows® Internet Explorer® 11 (DreamSpark Premium Electronic Software Delivery id700549166)</li> </ol>
--	--

		11. Microsoft™ Office® 12. Компоненты Windows Live 13. Xampp 14. IrfanView 15. Java 7 16. Google Chrome 17. «Гарант аэро» 18. Консультант Плюс
2.	Библиотека Читальный зал	<i>Компьютерное и интерактивное оборудование:</i> АРМ библиотекарей - 7, АРМ для читателей - 5, принтера - 2, сканер - 1 <i>Материальное оснащение:</i> 97 стеллажей, 3 кафедры, 7 выставочных стеллажа, 4 каталожных шкафа, рабочие столы, стулья. Каталожная система библиотеки - для обучения студентов умению пользоваться системой поиска литературы (карточная и электронная) Количество посадочных мест: 102

### 3.2. Информационное обеспечение обучения

**Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения учебной дисциплины**

*Основная литература:*

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник для СПО / Я. Д. Вишняков [и др.] ; под общ. ред. Я. Д. Вишнякова. — 6-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2017. — 430 с.— Режим доступа : [www.biblio-online.ru/book/6EA67AA8-6336-4BA9-A5CD-A68EE6E4F318](http://www.biblio-online.ru/book/6EA67AA8-6336-4BA9-A5CD-A68EE6E4F318).
2. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2-х ч.: учебник для СПО / С. В. Белов. — 5-е изд., перераб. и доп. — М. : Юрайт, 2017. — 350 с. — Режим доступа : <https://biblio-online.ru/viewer/B177F744-6F61-4C25-BB71-CA202B4457A3>
3. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2-х ч. : учебник для СПО / С. В. Белов. — 5-е изд., перераб. и доп. — М. : Юрайт, 2017. — 362 с. - Режим доступа : <https://biblio-online.ru/viewer/C7E36374-8626-472B-AEE6-EDA94D5F38FA>
4. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для СПО / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Юрайт, 2018. — 313 с.— Режим доступа : <https://biblio-online.ru/viewer/77FDED62-5E73-4B12-BA77-ECF91AE5AF40>

*Дополнительная литература:*

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для СПО / С. В. Абрамова [и др.]; под общ. ред. В. П. Соломина. — М.: Юрайт, 2017. — 399 с. — Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/616CFB65-C2FE-4F36-B058-49534E52FD6E>
2. Безопасность жизнедеятельности. Практикум : учебное пособие для СПО / Я. Д. Вишняков [и др.]; под общ. ред. Я. Д. Вишнякова. — М.: Юрайт, 2017. — 249 с. — Режим доступа: <https://biblio-online.ru/viewer/961A860D-55F5-4122-BD10-A39C093F3F11>
3. Смирнов, А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учеб. для общеобразоват. организаций / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников; под ред. А.Т.Смирнова. - 3-е изд. - М.: Просвещение, 2016. - 351с. : ил.
4. Смирнов, А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учебник для общеобразовательных организаций, базовый уровень / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников; под ред. А.Т.Смирнова. - 3-е изд. - Москва: Просвещение, 2016. - 320с. : ил.

*Журнал:*

Основы безопасности жизнедеятельности

## **Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения учебной дисциплины**

Для выполнения заданий, предусмотренных рабочей программой используются рекомендованные Интернет-сайты, ЭБС.

### **Электронные образовательные ресурсы**

1. eLIBRARY.RU: Научная электронная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://elibrary.ru>
2. ЭБС ЮРАЙТ - Режим доступа: <https://biblio-online.ru>
3. Министерство обороны РФ: <http://mil.ru/index.htm>;
4. Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, ЧС и ликвидации последствий стихийных бедствий <http://www.mchs.gov.ru>;
5. ГУ МЧС России по Челябинской области <http://www.74.mchs.gov.ru>;
6. Министерство здравоохранения РФ: <https://www.rosminzdrav.ru>

### **Интерактивные формы проведения занятий**

В целях реализации компетентностного подхода для обеспечения качественного образовательного процесса применяются формы проведения занятий:

#### **Интерактивные формы проведения занятий (в часах)**

<b>Форма</b>	<b>Вид</b>	<b>Лекции</b>	<b>Практические занятия</b>	<b>Всего</b>
Дискуссия	-		4	4
Решение ситуативных задач	-		18	18
Итого интерактивных занятий	-		22	22 часа, что составляет 28,2% от аудиторных занятий

## **4. Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной учебной дисциплины**

Контроль и оценка результатов освоения общеобразовательной учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, а также выполнение студентами индивидуальных заданий, решения ситуативных задач, тестирования.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<b>личностных:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;</li> <li>- готовность к служению Отечеству, его защите;</li> <li>- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;</li> <li>- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);</li> <li>- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;</li> </ul>	Устный опрос Анализ решения ситуативных задач Заслушивание докладов, рефератов Проверка конспектов Проведение тестирования

<ul style="list-style-type: none"> <li>- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;</li> </ul> <p><b>метапредметных:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности;</li> <li>- анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;</li> <li>- 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;</li> <li>- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;</li> <li>- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;</li> <li>- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;</li> <li>- 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;</li> <li>- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;</li> <li>- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;</li> <li>- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;</li> <li>- приобретение опыта локализации возможных опасных –</li> </ul>	Дискуссия Устный опрос Анализ решения ситуативных задач Заслушивание докладов, рефератов Проверка конспектов Проведение тестирования
---	--

<p>ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование установки на здоровый образ жизни;</li> <li>- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;</li> </ul> <p><b>предметных:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально - нравственной позиции личности, а также средство, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;</li> <li>- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;</li> <li>- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;</li> <li>- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;</li> <li>- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;</li> <li>- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;</li> <li>- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> <li>- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;</li> <li>- 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;</li> <li>- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;</li> <li>- прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;</li> <li>- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</li> <li>- владение основами медицинских знаний и оказания первой</li> </ul>	<p>Устный опрос Анализ решения ситуативных задач Заслушивание докладов, рефератов Проверка конспектов Проведение тестирования</p>
--	---

помочи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.	
---	--