

Министерство образования и науки Республики Дагестан  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение РД  
«Колледж народных промыслов и туризма»



Рекомендовано к утверждению  
методическим советом ГБПОУ РД КНП и Т

*А. И. Мекоев*



Утверждаю  
зам. директора по АХР

*Нариманов*

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Основы безопасности жизнедеятельности  
код и наименование дисциплины по ФГОС

по профессии (специальности) СПО:  
34.01.01, «Младшая медицинская сестра по уходу за больными»

Форма обучения – очная

Программа одобрена на заседании ПЦК

Председатель ПЦК

*Фкиш Джалалов П.Р*

«*28*» *августа* 2020г.

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессии СПО 34.01.01. «Младшая медицинская сестра по уходу за больными»

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение РД «Колледж народных промыслов и туризма»

Разработчик: \_\_\_\_\_ Наврузов М.М.

## **Содержание**

1. Паспорт программы учебной дисциплины
2. Структура и содержание учебной дисциплины
3. Условия реализации учебной дисциплины
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

# **1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **Основы безопасности жизнедеятельности**

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

Программа учебной дисциплины является частью общеобразовательного цикла в соответствии с ФГОС по профессии СПО профессии 34.01.01. «Младшая медицинская сестра по уходу за больными»

Программа учебной дисциплины может быть использована для подготовки квалифицированных рабочих в образовательных учреждениях начального профессионального образования по профессии 34.01.01. «Младшая медицинская сестра по уходу за больными»

### **1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Обязательная часть циклов ОПОП.

Общеобразовательный цикл. Базовые

### **1.3. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в учреждениях начального и среднего профессионального образования, реализующих образовательную программу среднего (полного) общего образования, при подготовке квалифицированных рабочих и специалистов среднего звена.

Согласно «Рекомендациям по реализации образовательной программы среднего (полного) общего образования в образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования в соответствии с федеральным базисным учебным планом и примерными учебными планами для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования» (письмо Департамента государственной политики и нормативно-правового регулирования в сфере образования Минобрнауки России от 29.05.2007 № 03-1180) основы безопасности жизнедеятельности изучаются как базовый предмет в учреждениях среднего профессионального образования (далее – СПО) в объеме 70 часов независимо от профиля получаемого профессионального образования.

**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.

Основу примерной программы составляет содержание, согласованное с требованиями федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования базового уровня.

**Программа выполняет две основные функции:**

- информационно-методическую, позволяющую всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития обучающихся средствами предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»;
- организационно-планирующую, предусматривающую выделение этапов обучения, структурирование учебного материала, определение его количественных и качественных характеристик на каждом из этапов, в том числе для содержательного наполнения промежуточной аттестации обучающихся.

Основными содержательными модулями программы являются: обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья; государственная система обеспечения безопасности населения; основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

В соответствии с Законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе» изучение раздела «Основы обороны государства и воинская обязанность» является обязательным только для лиц мужского пола. Кроме того, в конце учебного года для обучающихся мужского пола проводятся пятидневные учебные сборы (40 часов), сочетающие разнообразные формы организации теоретических и практических занятий.

Для девушек в программе предусмотрен раздел «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».

В итоге, у юношей формируется адекватное представление о военной службе, развиваются качества личности, необходимые для ее прохождения; девушки получают сведения в области медицины, здорового образа жизни, оказания первой медицинской помощи при различных травмах.

Таким образом, программа предоставляет возможность реализации различных подходов к построению образовательного процесса, формированию у обучающихся системы знаний, умений, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций:

- умений самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность в сфере безопасной жизнедеятельности;
- умений оценивать и корректировать свое поведение в окружающей среде на основе выполнения экологических требований, участвуя в проектной деятельности, учебно-исследовательской работе;
- умений отстаивать свою гражданскую позицию, осознанно осуществлять выбор пути продолжения образования или будущей профессии.

В программе приведены различные варианты примерных тематических планов для

организации образовательного процесса при изучении учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

**1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 108 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 72 часа;

самостоятельной работы обучающегося 36 часов.

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Количество часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>108</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>72</b>
в том числе:	
лекции	52
практические занятия	20
контрольные работы	2
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>36</b>
<i>Итоговая аттестация в форме дифф.зачета</i>	

**2.2.1. Тематический план и содержание учебной дисциплины  
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
<i>1</i>	<i>2</i>		<i>3</i>	<i>4</i>
Раздел 1. ВВЕДЕНИЕ			1	
	Содержание учебного материала			1
	Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности.		2	
Раздел 2. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ, ПРАВИЛА И БЕЗОПАСНОСТЬ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ			18	
	Содержание учебного материала			2
Тема 2.1 Здоровье и здоровый образ жизни	1	Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.	2	
Тема 2.2 Факторы, способствующие укреплению здоровья	2	Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой.	2	
Тема 2.3Алкоголь и его влияние на здоровье человека	3	Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.	2	
Тема 2.4 Курение и его влияние на состояние здоровья	4	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	
Тема 2.5 Наркотики и наркомания, социальные последствия	5	Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	1	

Тема 2.6 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества	6	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	1	2
Тема 2.7 Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	7	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	1	
Тема 2.8 Первая медицинская помощь при переломах, кровотечениях	8	Наложение стерильных повязок, шин, повязок.	1	
Тема 2.9 Первая медицинская помощь при травматическом шоке, ожогах	9	Оказание первой медицинской помощи при травматическом шоке, применение медицинских средств	1	
Тема 2.10 Правила и безопасность дорожного движения	10	Основы правил дорожного движения в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств	1	
	<b>Практическая работа</b>		4	2
	1.Здоровье и здоровый образ жизни 2.Алкоголь, курение, наркомания 3.Первая медицинская помощь 4.Правила дорожного движения			
	<b>Самостоятельная работа</b>		9	
	1.Критерии определяющие здоровье человека, факторы влияющие на здоровье человека. 2.Влияние окружающей среды на здоровье человека, наследственность. 3.Механизм воздействия алкоголя на организм человека. 4.Токсические вещества входящие в состав табачного дыма. 5.Определение понятий «наркотик»и «наркомания» 6.Понятие «социальная дискриминация женщин». 7.Первая медицинская помощь при переломах. 8.Первая медицинская помощь при травматическом шоке.			



	. 9.Правила и безопасность дорожного движения.			
Раздел 3. ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ			15	2
	Содержание учебного материала			
Тема 3.1 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1	Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1	
Тема 3.2 Характеристики чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Модели поведения при возникновении таких ситуаций	2	Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).	1	
Тема 3.3 Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях	3	РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций.	1	
Тема 3.4 Гражданская оборона	4	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.	1	

Тема 3.5 Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций	5	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.	1	
Тема 3.6 Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени	6	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.	1	
Тема 3.7 Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуациях	7	Мероприятия по эвакуации в данном учебном учреждении, место дислокации	1	
Тема 3.8 Инженерная защита. Виды защитных сооружений и правила поведения в них	8	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.	1	2
Тема 3.9 Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуациях	9	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.	1	
Тема 3.10 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате	10	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории	1	

в заложники		военных действий		
Тема 3.11 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	11	<p>МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</p> <p>Милиция в Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств.</p> <p>Служба скорой медицинской помощи.</p> <p>Другие государственные службы в области безопасности</p>	1	2
	<b>Практические занятия</b>		4	2
	1.Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. 2.Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). 3.Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. 4.Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.			
	<b>Самостоятельная работа</b>		10	
	1.Понятия «Чрезвычайные ситуации». 2.Чрезвычайные ситуации техногенного характера. 3. Чрезвычайные ситуации природного характера. 4.Понятие «единой государственной системы защиты населения и территории в чрезвычайных ситуациях». 5.Термин «эвакуация», в каких случаях осуществляется эвакуация. 6.Инженерные защитные сооружения, виды защитных сооружений. 7.Понятие аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах ЧС, виды работ. 8.Понятие «гражданская оборона»			

	9.Функции государственных служб по охране здоровья и безопасности граждан.			
Раздел 4. ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА И ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ			24	
	Содержание учебного материала			2
Тема 4.1 История создания Вооруженных сил Российской Федерации	1	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.	1	
Тема 4.2 Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных сил Российской Федерации на современном этапе	2	Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.	1	
Тема 4.3 Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации	3	Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.	1	
Тема 4.4 Организационная структура вооруженных сил Российской Федерации	4	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.		2
			3	

		<p>Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.</p> <p>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.</p>	
Тема 4.5 Основные понятия о воинской обязанности	5	<p>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.</p>	1
Тема 4.6 Призыв на военную службу	6	<p>Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе.</p>	1
Тема 4.7 Прохождение военной службы по призыву	7	<p>Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.</p>	1
Тема 4.8 Прохождение военной службы по контракту	8	<p>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.</p>	1
Тема 4.9Альтернативная гражданская	9	Альтернативная гражданская служба. Основные условия	1

служба		прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.	
Тема 4.10 Права обязанности военнослужащих	10	Общие права и обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная).	2
Тема 4.11 Качества личности военнослужащего как защитника Отечества	11	Основные качества личности военнослужащего: 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.	1
Тема 4.12 Воинская дисциплина и ответственность	12	Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.).	1
Тема 4.13 Как стать офицером Российской армии	13	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.	1
Тема 4.14 Боевые традиции Вооруженных сил Российской Федерации	14	Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Дни воинской славы России – дни славных побед.	2

		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.		
Тема 4.15 Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации	15	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.	1	
Тема 4.16 Символы воинской чести	16	Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1	2
	<b>Практические занятия</b>		4	2
	1.Организационная структура Вооруженных Сил. 2.Воинская обязанность. 3.Военнослужащий – защитник своего Отечества,Как стать офицером Российской армии. 4. Боевые традиции Вооруженных Сил России.			
	<b>Самостоятельная работа</b>		10	
	1.Предпосылки проведения реформы Вооруженных сил РФ, основная цель реформы Вооруженных сил РФ.			

	2.Функции Вооруженных сил РФ, задачи Вооруженных сил РФ, 3.Виды и рода войск Вооруженных сил РФ, какие задачи решают рода войск. 4.Понятие «воинская обязанность», правовая основа воинской обязанности. 5.Прохождение военной службы по призыву, контракту. 6.Исторические традиции организации альтернативной службы гражданской службы России. 7.Документы устанавливающие права и обязанности военнослужащих. 8.Принципы уважения к человеческой личности в условиях военного конфликта закрепленных в Женевских конвенциях 1949 года. 9.Понятие «дисциплина», на чем основывается дисциплина, основные критерии дисциплины. 10.Роль офицерского корпуса в российской армии, боевые традиции Вооруженных сил РФ.			
Раздел 5. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ				
			14	
	Содержание учебного материала			
Тема 5.1 Здоровый образ жизни в современном обществе	1	Социальная роль женщины в современном обществе. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, на него влияющие. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.	1	2
Тема 5.2 Окружающая среда и ее влияние на здоровье человека	2	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	1	
Тема 5.3 Сохранение репродуктивного здоровья	3	Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня,	1	



		труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья.		
Тема 5.4 Брак и семья. Культура брачных отношений.	4	Условия и порядок заключения брака, расторжение брака, права несовершеннолетних детей, права и обязанности родителей	1	
Тема 5.5 Правовые основы взаимоотношения полов	5	Семейный кодекс РФ	1	
Тема 5.6 Половая система и её функционирование. Наследственные болезни	6	Хромосомные, мульти факторные болезни. Заболевание при которых противопоказана беременность для женщины. Резус-несовместимость крови у родителей.	1	
Тема 5.7 Инфекции, передаваемые половым путем	7	Чем опасно раннее начало половой жизни, болезни передаваемые половым путем, общие правила профилактики венерических заболеваний	1	
Тема 5.8 Здоровье и здоровье будущего ребенка	8	Конвенция ООН «О правах ребенка», условие рождения здорового ребенка, негативные воздействия на внутриутробное развитие ребенка. Заболевания представляющие угрозу для будущего ребенка	1	
Тема 5.9 Беременность и гигиена беременности	9	Понятие беременности, продолжительность беременности, какие лабораторные исследования следует пройти беременной женщине.	1	
Тема 5.10 Уход за младенцем	10	В каком возрасте ребенок считается новорожденным, как изменяется рост и вес в течении первого года жизни, какие изменения происходят с новорожденным ребенком после рождения, какие врожденные умения свойственны	1	

		новорожденному ребенку		2
	Практические занятия		4	
	1.Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья. 2.Правовые аспекты взаимоотношения полов. 3. Беременность и гигиена беременности. 4. Уход за младенцем.			
	Самостоятельная работа		7	
	1.Основные болезни передаваемые половым путем. 2.Правила профилактики венерических заболеваний. 3.Условие рождения здорового ребенка, болезни представляющие угрозу для будущего ребенка. 4.Понятие беременность, продолжительность периода беременности женщины, методика подсчета времени родов. 5.Условия ухода за новорожденным ребенком. 6. Конвенция ООН «О правах ребенка». 7. Семейный кодекс РФ.			
Итоговая аттестация в форме зачета				
Всего:			72	

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)

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Безопасность жизнедеятельности и охрана труда»

Оборудование учебного кабинета:

- интерактивная доска с мультимедийным сопровождением;
- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий «Защита населения от ОМП»;
- образцы средств индивидуальной защиты органов дыхания, кожи и медицинские средства;

#### **Оборудование и технологическое оснащение рабочих мест:**

- компьютеры, принтер, сканер, модем (спутниковая система), проектор, плоттер, программное обеспечение общего и профессионального назначения, комплект учебно-методической документации;
- автоматизированное рабочее место преподавателя;
- автоматизированные рабочие места учащихся;
- методические пособия.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

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

##### **Основные источники:**

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для начального и средне профессионального образования -5-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2017.
2. Конституция Российской Федерации (действующая редакция).
3. Гражданский кодекс Российской Федерации (действующая редакция).
4. Семейный кодекс Российской Федерации (действующая редакция).
5. Уголовный кодекс Российской Федерации (действующая редакция).
6. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» от 21 декабря 1994 г. № 68-ФЗ.
7. Федеральный закон «Об обороне» от 31 мая 1996 г. № 61-ФЗ.
8. Федеральный закон «О гражданской обороне» от 12 февраля 1998 г. № 28-ФЗ.
9. Федеральный закон «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» от 21 июля 1997 г. № 116-ФЗ.
10. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» от 28 марта 1998 г. № 53-ФЗ.
11. Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе» от 25 июля 2002 г. № ИЗ-ФЗ.
12. Федеральный закон «Об охране окружающей среды» от 10 января 2002 г. № 7-ФЗ.
13. Федеральный закон «О статусе военнослужащих» от 27 мая 1998 г. № 76-ФЗ.

14.Постановление Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2003 г. № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций».

15.Безопасность жизнедеятельности: учебник для студ. сред.учеб. заведений / Э.А.Арустамов, Н.В.Косолапова, Н.А.Прокопенко, Г. В. Гуськов. — М., 2018.

16.Основы безопасности жизнедеятельности: 10 кл. / под ред. Ю.Л.Воробьева. — М., 2005.

17.Основы безопасности жизнедеятельности: 11 кл. / под ред. Ю.Л.Воробьева. — М., 2005.

18.Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, Э.Н.Аюбов; под ред. А.Т.Смирнова. — М., 2007.

18.Смирнов А. Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: 10—11 кл. — М., 2003.

19.Смирнов А. Т., Мишин Б.И., Васнев В. А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 кл. общеобразоват. учрежд. / под ред. А.Т.Смирнова. — 8-е изд., — М., 2007.

20.Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы военной службы: учеб.пособие / под общ. ред. А.Т.Смирнова. — М., 2003.

21.Смирнов А. Т., Мишин Б.И., Ижевский П.В. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для 10 —11 кл. общеобразоват. учрежд. / под общ. ред. А.Т.Смирнова. — 6-е изд. — М., 2006.

22.Топоров И.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации: 10—11 кл. — М., 2005.

23.100 вопросов — 100 ответов о прохождении военной службы солдатами и сержантами по призыву и по контракту: сборник. — М., 2006.

#### **Дополнительные источники:**

1. <http://window.edu.ru/>
2. [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) — сайт МЧС РФ.
3. [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) — сайт МВД РФ.
4. [www.mil.ru](http://www.mil.ru) — сайт Минобороны РФ.
5. [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) — сайт ФСБ РФ.

#### **АУДИОВИЗУАЛЬНЫЕ СРЕДСТВА:**

1. Видеофильм «Оказание доврачебной помощи»
2. Видеофильм «Борьба с пожаром»
3. Видеофильм «Расследование несчастных случаев на предприятии»
4. Видеофильм «Защита населения от ОМП»
5. Видеофильм «О вреде табакокурения»
6. Видеофильм «О вреде наркомании»
7. Видеофильм «О вреде алкоголя»

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практически лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий- рефератов.

Умение	ОК	
-организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;	ОК2	Оценка устного ответа. Оценка практической работы Оценка самостоятельной работы
предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;	ОК 3	Оценка устного ответа. Оценка практической работы Оценка самостоятельной работы
использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;	ОК 5	Оценка устного ответа. Оценка практической работы Оценка самостоятельной работы
применять первичные средства пожаротушения;	ОК 7	Оценка практической работы Оценка самостоятельной работы
ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной профессии;	ОК 1	Оценка результатов устного и письменного опроса  Оценка самостоятельной работы
применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией;	ОК 7	Оценка результатов выполнения индивидуальных заданий
владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;	ОК 4	Оценка результатов дифференцированного зачета
оказывать первую помощь пострадавшим;		

## ТЕМЫ РЕФЕРАТОВ

1. Взаимодействие человека и среды обитания.
2. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
3. История и перспективы развития науки о безопасности жизнедеятельности.
4. Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности.
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. Двигательная активность и закаливание организма как составляющие здорового образа жизни.
9. Роль физической культуры в сохранении здоровья человека.
10. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
11. Вредные привычки и их профилактика.
12. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
13. Табачный дым и его составные части.
14. Пассивное курение и его влияние на здоровье.
15. Наркотики и их пагубное воздействие на организм человека.
16. Профилактика наркомании.
17. Профилактика инфекционных заболеваний.
18. Витамины и их влияние на организм человека.
19. Воздействие музыки на организм человека.
20. Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
21. Стресс и его влияние на организм человека.
22. Девиантное поведение: сущность, виды и механизм возникновения.
23. Пути повышения умственной и физической работоспособности.
24. Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
25. Рациональная организация рабочего места.
26. Негативные факторы производственной среды.
27. Техносфера как источник негативных факторов.
28. Воздействие негативных факторов на человека и среду обитания.
29. Методы и средства защиты от опасностей технических систем и механизмов.
30. Классификация чрезвычайных ситуаций.
31. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
32. Характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
33. Модели поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.
34. Модели поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

35. Чрезвычайные ситуации социального происхождения.
36. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в качестве заложника.
37. Терроризм как основная социальная опасность современности.
38. Космические опасности: мифы и реальность.
39. Чрезвычайные ситуации военного времени.
40. Современные средства поражения и их поражающие факторы.
41. Оповещение и информирование населения об опасности.
42. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности.
43. Основы обороны государства.
44. Порядок прохождения воинской службы.
45. Боевые традиции и символы воинской чести.
46. Дни воинской славы России.
47. Устойчивость производства в чрезвычайных ситуациях.
48. Организация защиты и жизнеобеспечения населения в чрезвычайных ситуациях.
49. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
50. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
51. Физические и химические факторы среды обитания.
52. Экологические основы безопасности жизнедеятельности.
53. Основные принципы защиты населения при чрезвычайных ситуациях в мирное и военное время.
54. Оказание первой медицинской помощи при травмах.
55. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инфаркте.
56. Глобальное потепление и природные чрезвычайные ситуации.
57. Генетически модифицированные продукты и угрозы, связанные с их употреблением.