

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Абазян Артак Горикович

Должность: Заведующий кафедрой туризма и физической культуры

Дата подписания: 16.09.2022 17:59:56

Уникальный программный ключ:

7fbf4a479f8599c708daba086bb08864e712b2a7

Министерство культуры Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«КРАСНОДАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ  
КУЛЬТУРЫ»**

Факультет социально-культурной деятельности и туризма  
Кафедра туризма и физической культуры

УТВЕРЖДАЮ

Зав. кафедрой туризма и  
физической культуры

А.Г. Абазян

«26» августа 2022 г. пр. № 1

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОД.01.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Специальность 51.02.01 Народное художественное творчество (по видам)

Вид - Хореографическое творчество

Профиль подготовки - гуманитарный

Квалификация (степень) выпускника - руководитель любительского  
творческого коллектива, преподаватель

Форма обучения - очная

**Краснодар, 2022**

Рабочая программа предназначена для преподавания дисциплины ОД.01.07. Основы безопасности жизнедеятельности – части общеобразовательного учебного цикла обучающимся очной формы обучения по специальности 51.02.01 Народное художественное творчество (по видам), вид – хореографическое творчество в 1 и 2 семестрах.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с требованиями ФГОС СПО по специальности 51.02.01 Народное художественное творчество (по видам), вид – хореографическое творчество, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 октября 2014 г. № 1382, зарегистрировано в Министерстве юстиции РФ от 26 ноября 2014 г № 34947.

**Рецензенты:**

зав. кафедрой туризма и физической культуры ФГБОУ ВО «Краснодарский государственный институт культуры»

А.Г. Абазян

д.п.н., профессор, профессор кафедры физического воспитания Кубанского государственного университета

Н.А. Рыбачук

**Составитель:**

Преподаватель СПО КГИК С.Н. Криворотенко

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена на заседании Цикловой комиссии общеобразовательных дисциплин от «26» августа 2022 г., протокол № 1

и утверждена на заседании кафедры туризма и физической культуры от «26» августа 2022 г., протокол № 1

## СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка.....	4
Общая характеристика учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».....	5
Место учебной дисциплины в учебном плане.....	6
Результаты освоения учебной дисциплины.....	6
Тематическое планирование. Содержание учебной дисциплины. Характеристика основных видов учебной деятельности студентов.....	11
Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».....	20
Информационное обеспечение обучения, перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительной литературы.....	24
Контроль и оценка результатов освоения дисциплины.....	26

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях СПО, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

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

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;

- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

## **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 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.

## МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

В профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС, ППССЗ).

В учебных планах ППКРС, ППССЗ место учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» - в составе общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для профессий СПО или специальностей СПО соответствующего профиля профессионального образования.

## 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 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 компромиссно-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.

**Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины:**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 117 часов, в том числе обязательной учебной нагрузки – 78 час., самостоятельной работы – 39 час.

Дисциплина реализуется в 1 и 2 семестрах. Форма промежуточной аттестации - дифференцированный зачет во 2 семестре.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

Вид учебной работы	Количество часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	117
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	78
В том числе:	
Лекции	35
Практические занятия	39
Контрольная работа	4
Самостоятельная работа обучающегося (всего), в т.ч. написание рефератов, подготовка докладов и презентаций	39
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета – 2 семестр	

## ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОД.01.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень усвоения
<b>Введение</b>	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 профессий СПО и специальностей СПО.	1	
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>			
<b>Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни</b>	Содержание учебного материала	6	1
	Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. Здоровый образ жизни как средство сохранения и укрепления здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Рациональное питание и его значение для здоровья и работоспособности человека. Гигиена питания. Нравственность и здоровье. Репродуктивное здоровье.		
	<b>Практические занятия</b>	6	2
	1. Выявление факторов, разрушающих здоровье. Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	2	
	2. Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья. Планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания.	2	

	3. Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания и их влияния на здоровье человека. 4. Семья в современном обществе. Семейное законодательство Российской Федерации.	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	5	3
	Подготовка доклада на тему: «Занятия физической культурой. Двигательная активность и закаливание организма».	2	
	2. Режим труда и отдыха. Биологические ритмы и трудоспособность человека.	1	
	3. Семья в современном обществе. Семейное законодательство Российской Федерации.	2	
<b>Тема 1.2. Вредные привычки и их профилактика</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	Алкоголь и его влияние на здоровье человека. 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. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения.		
	<b>Практические занятия</b>	2	2
	1. Социальные последствия употребления алкоголя и снижение умственной и физической работоспособности.	2	
	2. Социальные последствия пристрастия к наркотикам.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	4	3
	Подготовка презентации на тему: «Профилактика вредных привычек».	4	
<b>Раздел 2. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях</b>			
<b>Тема 2.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1

<b>Государственная система защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций</b>	Основные понятия, принципы, задачи безопасности жизнедеятельности. Проблемы оптимального управления безопасностью системы «человек – окружающая среда». Основы законодательства Российской Федерации по организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Права, обязанности и ответственность гражданина в области организации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Составляющие государственной системы по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государства по защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. Потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, характерные для региона проживания, и опасности и чрезвычайные ситуации, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий. Терроризм как основная социальная опасность современности.		
	<b>Практические занятия</b>	4	2
	1. 1.Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций. Классификация ЧС мирного и военного времени.	2	
	2.Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях).	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	4	3
	Подготовка доклада по теме: «Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, личного и общественного имущества при ЧС».	4	
<b>Тема 2.1. Сущность и значение безопасного поведения человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного,</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	2
	Правила и рекомендации безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера и в условиях опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, для обеспечения личной безопасности.		

<b>техногенного и социального характера</b>	<b>Практические занятия</b>	2	2
	1.Прогнозирование развития событий и оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья, а также действий в чрезвычайных ситуациях. Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах..	1	
	2. Правила и рекомендации безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	4	3
	Написание реферата на тему: «Опасности» поражающих факторов техногенной катастрофы».	2	
	2.Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах.	2	
<b>Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4	1
	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, структура, силы и средства, предназначение, решаемые задачи по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.		
	<b>Практические занятия</b>	4	2
	Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения.	4	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	4	3
	Реферат на тему :« Права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций».	4	
<b>Тема 2.3. Предназначение, структура, задачи гражданской обороны</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	9	
	Гражданская оборона (ГО) – составная часть обороноспособности страны. Гражданская оборона, история её создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация и структура управления ГО. Современные средства поражения и их поражающие фактор: ядерное,		

химическое, бактериологическое оружие; современные средства поражения. Проводимые мероприятия по защите населения от современных средств поражения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях. Средства индивидуальной защиты населения. Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Эвакуация населения. Организация и проведение эвакуации. Назначение и работа эвакокомиссий. Обязанности и правила поведения населения при эвакуации. Организация гражданской обороны в образовательных учреждениях, её предназначение. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий		
<b>Практические занятия</b>	9	2
1. Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	3	
2. Способы защиты и оповещения населения в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Единая система доведения предупредительного сигнала «Внимание, Всем!». Передача речевой информации о чрезвычайных ситуациях, примерное её содержание. Действия населения и персонала объектов по сигналам оповещения.	3	
3. Использование средств индивидуальной и коллективной защиты. Отработка правил поведения в защитных сооружениях.	3	
<b>Контрольные работы</b>	4	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	6	
Подготовка реферата на тему:	2	



	1.Индивидуальные средства защиты органов дыхания и кожи (противогаз ГП-5 (7), общевойсковой защитный костюм)).		
	2.Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения.	4	
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>			
<b>Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России. Организация Вооруженных сил</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	История создания Вооруженных Сил России. 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. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.		
	<b>Практические занятия</b>	2	2
	1. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества.	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	4	3
	Подготовка реферата на тему: 1.Боевые традиции Вооруженных Сил России.	4	
<b>Тема 3.2. Воинская обязанность и призыв на военную службу</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.		
	<b>Практические занятия</b>	2	2
	1.Воинская дисциплина и ответственность.	1	

	2. Призыв на военную службу. Обязанности военнослужащих. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	4	3
	Подготовка презентации на тему: «Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации».	4	
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>	<b><u>Содержание учебного материала</u></b>		
<b>Тема 4.1. Первая помощь при ранениях, травмах и несчастных случаях</b>	Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации». Понятие о травмах и их виды.		
<b>Тема 4.2. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка</b>	Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.	6	1
	<b>Практические занятия</b>	6	2
	Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь. Моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при ранениях, травмах и несчастных случаях. Характеристика основных признаков жизни. Алгоритм оказания первой помощи.	2	
	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Правила первой помощи при ранениях. Первая помощь при переломах. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки.	1	
	Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения. Первая помощь при ожогах.	1	
	Первая помощь при воздействии низких температур.	1	

Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при отсутствии сознания.		
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.	1	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	4	3
Подготовка презентации на тему: «Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика». «Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей».	4	
Зачет	1	
<b>ИТОГО:</b>	<b>117</b>	

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Реализация учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» требует наличия учебного кабинета безопасности жизнедеятельности.

### **Оборудование учебного кабинета:**

- типовое оборудование (столы, стулья, шкафы);
- аудиторная доска;
- видеотека мультимедийных учебных программ (мультимедийные обучающие программы и электронные учебники по основным разделам ОБЖ, видеофильмы по разделам курса ОБЖ, презентации по темам безопасности жизнедеятельности);
- нормативно-правовые документы;
- учебная литература;
- раздаточный материал;
- различные приборы (войсковой прибор химической разведки (ВПХР), дозиметры);
- индивидуальные средства защиты (респираторы, противогазы, ватно-марлевые повязки);
- общевойсковой защитный комплект;
- противохимический пакет;
- сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой медицинской, доврачебной помощи (сумка СМС);
- перевязочные средства (бинты, лейкопластыри, вата медицинская компрессная, косынка медицинская (перевязочная), повязка медицинская большая стерильная, повязка медицинская малая стерильная);
- медицинские предметы расходные;
- грелка;

- жгут кровоостанавливающий;
- индивидуальный перевязочный пакет;
- шприц-тюбик одноразового пользования;
- носилки санитарные;
- тренажер для оказания первой помощи;
- учебно-наглядные пособия по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»;
- набор плакатов или электронные издания.

**Технические средства обучения:**

- компьютер;
- мультимедийное оборудование;

**Спортивный комплекс:**

- спортивный зал,
- открытый стадион широкого профиля с элементами полосы препятствий;
- стрелковый тир (в любой модификации, включая электронный) или место для стрельбы.

## Примерные темы рефератов (докладов), индивидуальных проектов

- Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
- 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.

- Политика государства по поддержке семьи.

**ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБУЧЕНИЯ.  
ПЕРЕЧЕНЬ РЕКОМЕНДУЕМЫХ УЧЕБНЫХ ИЗДАНИЙ,  
ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСОВ, ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

***Основные источники:***

1. Хамидуллин, Р. Я. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Р. Я. Хамидуллин, И. В. Никитин. – Москва : Московский финансово-промышленный университет «Синергия», 2020. – 138 с. : ил. – (Университетская серия). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602816> (дата обращения: 22.08.2022). – Текст : электронный.

2. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности : учебник для среднего профессионального образования [СПО] / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – 4-е изд., стер. – Москва : Академия, 2017. – 368 с. – (Профессиональное образование). – Текст (визуальный) : непосредственный.

3. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности. Практикум : учебное пособие для среднего профессионального образования [СПО] / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – Москва : Кнорус, 2020. – 155 с. – (Среднее профессиональное образование). – Текст (визуальный) : непосредственный.

4. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для СПО / под общ. ред. В. П. Соломина. – Москва : Юрайт, 2018. – 399 с. – (Профессиональное образование). – Текст (визуальный) : непосредственный.

***Дополнительные источники:***

1. Хван, Т. А. Основы безопасности жизнедеятельности : учебное пособие / Т. А. Хван, П. А. Хван. – Изд. 9-е. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. – 416 с. : ил. – (Среднее профессиональное образование). – Режим



доступа: по подписке. – URL:  
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256257> (дата обращения:  
22.08.2022). – Текст : электронный.

2. Основы безопасности жизнедеятельности: государственная система обеспечения безопасности населения / сост. А. Н. Приешкина, М. А. Огородников, Е. Ю. Голубь, А. В. Седымов и др. – Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. – 80 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL:  
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483417> (дата обращения:  
22.08.2022). – Текст : электронный.

3. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации : Устав внутренней службы. Дисциплинарный устав. Устав гарнизонной и караульной служб. Устав военной полиции. Строевой устав / [отв. ред. Д. Волкова]. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2019. – 732 с. – (Закон и общество). – Текст (визуальный) : непосредственный.

#### ***Интернет-ресурсы:***

1. Гражданская защита (оборона) на предприятии на сайте для первичного звена сил ГО <http://go-oborona.narod.ru>. 2. Культура безопасности жизнедеятельности <http://www.kbzhd.ru>. 3. Официальный сайт МЧС России: <http://www.mchs.gov.ru>. 4. Портал Академии Гражданской защиты: <http://www.amchs.ru/portal>.

## КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля
<p>Знать:</p> <p>о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;</p> <p>о здоровье и здоровом образе жизни;</p> <p>о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;</p> <p>предназначение, структуру, задачи гражданской обороны.</p>	<p>Тестирование</p> <p>Контрольная работа</p> <p>Устный опрос</p> <p>Рефераты</p> <p>Дифференцированный зачет</p>
<p>Уметь:</p> <p>оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья;</p> <p>действовать в чрезвычайных ситуациях;</p> <p>использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;</p> <p>оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;</p> <p>владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</p>	<p>Практическое занятие</p> <p>Умения и навыки демонстрируются при выполнении практических работ, при использовании СИЗ (респиратор, противогаз), при обращении с первичными средствами пожаротушения (огнетушитель, пожарный гидрант), при отработке приемов сердечно-легочной реанимации, наложении бинтовых повязок, наложении шин.</p> <p>Практическое выполнение строевых приемов.</p> <p>Дифференцированный зачет</p>