

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«БАЙКАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ЧИТИНСКИЙ ИНСТИТУТ



## Рабочая программа

Дисциплина **Основы безопасности жизнедеятельности**  
Профиль технологический  
09.02.07 Информационные системы и программирование  
Базовая подготовка

Чита  
2022

Рабочая программа по дисциплине БД. 06 Основы безопасности жизнедеятельности разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования 09.02.07 Информационные системы и программирование.

Согласовано:

Начальник учебной части колледжа

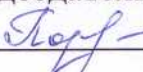
 И.С. Стуканова

«27» сентября 2022г.

Принята на заседании методической комиссии

Протокол №2 от «27» сентября 2022г.

Председатель ПЦК:

 Т.В. Порядина

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	17



# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Основы безопасности жизнедеятельности

### 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» является частью программы подготовки специалистов среднего звена специальностей СПО технологического профиля.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована для повышения квалификации и профессиональной подготовки

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

Дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в цикл общеобразовательных дисциплин и относится к базовым дисциплинам.

### 1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

**Цели дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»:** 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 учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение студентами следующих **результатов:**

#### 1) *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;

#### 2) *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;

### **3) 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;

#### 1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 78 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 78 часов;

### 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	78
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	78
в том числе:	
лекционные занятия	39
практические занятия	39
контрольные работы	
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	
<i>Реферат, доклад, сообщение, исследование.</i>	
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

#### 2.2. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы для заочного обучения специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	78
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	78
в том числе:	
лекционные занятия	39
практические занятия	39
контрольные работы	
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	
<i>Реферат, доклад, сообщение, исследование.</i>	
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

### 2.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование раз- делов и тем	Содержание учебного материала, лекции и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1. Введение			2	
Тема 1.1. Введение в специальность.	Содержание учебного материала		2	1
	1.	Актуальность изучения дисциплины. Цели и задачи курса. Определения терминов «био-сфера», «техносфера», «опасность», «риск», «безопасность».		
Раздел 2. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья			16	
Тема 2.1. Здоровье и здоровый образ жизни.	1.	Практическое занятие. Понятие здорового образа жизни. Основные критерии здоровья. Необходимость сохранения и укрепления здоровья.	2	3
	2.	Практическое занятие. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья.	2	3
	3.	Практическое занятие. Неблагоприятное влияние окружающей среды на здоровье чело- века. Техносфера, как источник негативных факторов. Рациональное питание.	3	2
Тема 2.2. Вредные привычки и их вли- яние на организм человека.	4.	Вредные привычки и их влияние на здоровье. Курение и его влияние на организм человека. Табачный дым и его составляющие. Пассивное курение.	3	1
	5.	Наркомания. Социальные последствия пристрастия к наркотикам.	2	1
	6.	Алкоголь влияние алкоголя на здоровье человека. Социальные последствия употребления алкоголя. Изменение в организме человека под воздействием алкоголя.	2	2
	7.	Практическое занятие. Красота или вредная привычка (алкоголизм, наркомания, табакоку- рение).	2	3
Раздел 3. Государственная система обеспечения безопасности населения.			28	
Тема 3.1. Чрезвы- чайные ситуации природного и тех- ногенного харак- тера	1.	Классификация ЧС. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания ЧС природного характера.	2	2
	2.	Практическое занятие. Правила безопасного поведения в условиях ЧС природного харак- тера.	2	2
	3.	Практическое занятие Пожары. Основные методы пожаротушения.	2	1

<b>Тема 3.2. Чрезвычайные ситуации социального характера.</b>	3.	Террористический акт. История развития терроризма. Методы борьбы с современным террором.	2	3
	4.	<b>Практическое занятие.</b> Правила безопасного поведения в условиях террористического акта.	2	1
<b>Тема 3.3. Гражданская оборона, составная часть обороноспособности страны. РСЧС. Структура и задачи РСЧС. МЧС цели и задачи.</b>	5.	Гражданская оборона история создания. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	2	2
	6.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение. Структура, задачи решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций.	2	3
<b>Тема 3.4. Коллективные и индивидуальные средства защиты населения при ЧС.</b>	7.	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих при ЧС военного и мирного времени. Классификация систем оповещения	2	3
	8.	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов. Виды защитных сооружений	2	3
	9.	<b>Практическое занятия.</b> Эвакуация населения в условиях ЧС. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы проводимые в зонах ЧС. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения. Передача речевой информации и примерное ее содержание. Правила поведения населения в защитных сооружениях.	2	2
	10.	<b>Практические занятия.</b> Классификация средств индивидуальной защиты населения. Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Подручные средства защиты органов дыхания и кожи для населения. Медицинские средства защиты населения. Индивидуальный перевязочный пакет, аптечка индивидуальная.	2	2
<b>Тема 3.5. Современные поражающие факторы</b>	11	Оружие: понятие, классификация современного оружия. Виды оружия. Оружие массового поражения. Обычное оружие. Понятие, классификация Высокоточное оружие- оружие современности.	2	1
	.	Ядерное оружие и его поражающие факторы. Химическое оружие и его классификация. Биологическое оружие и его классификация.	2	2

	12.	<b>Практическое занятие.</b> Средства защиты от ядерного, химического и биологического оружия. Средства защиты от биологического оружия	2	2
<b>Раздел 4. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>			<b>16</b>	
	1.	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. Боевые традиции Вооруженных Сил России.	2	2
	2.	Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. 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.	2	2
	3.	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.	2	3
	4.	Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура.	2	2
	5.	Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.	2	2
	6.	<b>Практическое занятие</b> Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	2	3
	7.	<b>Практическое занятие.</b> Разборка и сборка автомата Калашникова АК-74.	2	3
	8.	<b>Практическое занятие.</b> Огневая подготовка на примере автомата Калашникова АК-74.	2	3
<b>Раздел 5. Основы медицинских знаний.</b>			<b>16</b>	
	1.	Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи	2	2

<b>Тема 5.1. Первая медицинская помощь</b>				
	<b>2.</b>	<b>Практическое занятие.</b> Понятие травм и их виды. 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.	2	3
	<b>3.</b>	<b>Практическое занятие.</b> Первая помощь при переломах. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.	2	2
	<b>4</b>	<b>Практическое занятие.</b> Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения. Остановка кровотечения при помощи жгута или закрутки.	2	2
	<b>5</b>	<b>Практическое занятие.</b> Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.	2	2
	<b>6</b>	<b>Практическое занятие.</b> Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.	2	2
	<b>7</b>	<b>Практическое занятия.</b> Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний.	2	3
	<b>8.</b>	Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья. ВИЧ инфекция.	2	3
<b>Всего:</b>			<b>78</b>	

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)

## 2.4. Тематический план и содержание учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности заочное обучение

Наименование раз- делов и тем	Содержание учебного материала, лекции и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1. Введение			3	
	Содержание учебного материала		1	3
	1.	Актуальность изучения дисциплины. Цели и задачи курса. Определения терминов «био-сфера», «техносфера», «опасность», «риск», «безопасность».		
	Самостоятельная работа обучающихся. Неблагоприятное влияние окружающей среды на здоровье человека. Техносфера, как источник негативных факторов. Проблемы крупных городов. На примерах мегаполисов: Лос-Анжелес, Лондон, Пекин и др.		2	1
Раздел 2. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья			13	
	1.	Понятие здорового образа жизни. Основные критерии здоровья. Факторы здоровья.	1	3
	Самостоятельная работа обучающихся. - Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Закаливание, водные процедуры, прогулки на свежем воздухе. - Вредные привычки и их влияние на здоровье. - Курение и его влияние на организм человека. Табачный дым и его составляющие. Пассивное курение. Курение кальяна- польза или вред, Курение электронных сигарет – польза или вред. - Наркомания. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. - Алкоголь влияние алкоголя на здоровье человека. Социальные последствия употребления алко-голя. Изменение в организме человека под воздействием алкоголя. - Пиво – польза или вред. Энергетические напитки – польза или вред. - Красота или вредная привычка (алкоголизм, наркомания, табакокурение).		2 2 2 2 2 2	1
Раздел 3. Государственная система обеспечения безопасности населения.			25	
	1.	Гражданская оборона история создания. Основные понятия и определения, задачи граждан-ской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и про-гнозирование чрезвычайных ситуаций. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение. Струк-тура, задачи решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций.	1	2

<p><b>Самостоятельная работа обучающихся.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Правила безопасности поведения в условиях ЧС природного характера. Классификация природных ЧС. Краткая характеристика наиболее вероятных в данной местности и района проживания ЧС природного характера.</li> <li>- Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих при ЧС военного и мирного времени. Классификация систем оповещения. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов. Виды защитных сооружений. Эвакуация населения в условиях ЧС. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы проводимые в зонах ЧС. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения. Передача речевой информации и примерное ее содержание. Правила поведения населения в защитных сооружениях.</li> <li>- Знаменитые бункеры и убежища (Сталина, Гитлера, Черчилля, и др.). Современные убежища – опыт зарубежных стран.</li> <li>- Классификация средств индивидуальной защиты населения. Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Подручные средства защиты органов дыхания и кожи для населения. Медицинские средства защиты населения. Индивидуальный перевязочный пакет, аптечка индивидуальная.</li> <li>- Отряды спасателей «Центросас», «Россоюзспас» и др.</li> <li>- Террористический акт. История развития терроризма. Методы борьбы с современным террором.</li> <li>- Памятники на местах террористических актов: «Спас на Крови», «Дерево Скорби» и др.</li> <li>- Правила безопасного поведения в условиях террористического акта.</li> <li>- Оружие: понятие, классификация современного оружия. Виды оружия. Оружие массового поражения. Обычное оружие. Понятие, классификация Высокоточное оружие- оружие современности.</li> <li>- Нетрадиционные средства поражения. Высокоточное оружие.</li> <li>- Ядерное оружие и его поражающие факторы. Средства защиты от ядерного оружия.</li> <li>- Химическое оружие. Классификация химического оружия. Средства защиты от химического оружия. Биологическое оружие. Классификация биологического оружия. Средства защиты от биологического оружия.</li> </ul>		2	1
<b>Раздел 4. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>		<b>24</b>	
1.	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. Боевые традиции Вооруженных Сил России.	2	2

	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> - 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. - Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. - Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение. - Цели и задачи войск, не входящих в состав Вооруженных сил РФ. - Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. - Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. - Конструкторы легендарной Российской техники (Сикорский, Ильюшин, Миль, Туполев и др.) - Военная техника, находящаяся на боевом дежурстве в ВС РФ на современном этапе. - Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. - Военный орден – статус, награждения. (на примерах военных орденов трех наградных систем России.) - Огневая подготовка на примере автомата Калашникова АК-74.		2  2  2  2  2 2 2 2 2 2 2	1
<b>Раздел 5. Основы медицинских знаний.</b>			13	
	1.	Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи	1	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> - Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при			1

	проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга.	2	
	- Первая помощь при переломах. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.	2	
	- Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения. Остановка кровотечения при помощи жгута или закрутки.	2	
	- Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.	2	
	- Эпидемии и пандемии человечества. Антибиотики – прорыв в медицине XX.	2	
	- Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья. ВИЧ инфекция.	2	
<b>Всего:</b>		<b>78</b>	

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 УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Реализация учебной дисциплины обеспечена наличием учебных кабинетов безопасности жизнедеятельности

Оборудование учебного кабинета и рабочих мест кабинета коммерческой деятельности:

- рабочие столы и стулья для обучающихся;
- рабочий стол и стул для преподавателя;
- доска классная магнитно-маркерная;
- наглядные пособия;
- комплект учебно-методической документации.

Технические средства обучения:

- мультимедийный проектор;
- ноутбук.

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

##### **Основная литература**

1. Курбатов, В. А. Безопасность жизнедеятельности. Основы чрезвычайных ситуаций : учебное пособие для СПО / В. А. Курбатов, Ю. С. Рысин, С. Л. Яблочников. — Саратов : Профобразование, 2020. — 121 с. — ISBN 978-5-4488-0820-3. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/93574> (дата обращения: 07.10.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие для СПО / Г. В. Тягунов, А. А. Волкова, В. Г. Шишкунов, Е. Е. Барышев ; под редакцией В. С. Цепелева. — 2-е изд. — Саратов, Екатеринбург : Профобразование, Уральский федеральный университет, 2019. — 235 с. — ISBN 978-5-4488-0368-0, 978-5-7996-2790-4. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/87788> (дата обращения: 07.10.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Алексеев, В. С. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие для СПО / В. С. Алексеев, О. И. Жидкова, И. В. Ткаченко. — Саратов : Научная книга, 2019. — 159 с. — ISBN 978-5-9758-1890-4. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/87073> (дата обращения: 07.10.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

##### **Дополнительная литература**

1. Ветошкин, А. Г. Нормативное и техническое обеспечение безопасности жизнедеятельности. Ч.1. Нормативно-управленческое обеспечение безопасности жизнедеятельности : учебное пособие в двух частях / А. Г. Ветошкин. — 2-е изд. — Москва, Вологда : Инфра-Инженерия, 2021. — 472 с. — ISBN 978-5-9729-0680-2 (ч.1), 978-5-9729-0679-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/115220.html> (дата обращения: 12.10.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Ветошкин, А. Г. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / А. Г. Ветошкин. — Москва, Вологда : Инфра-Инженерия, 2022. — 308 с. — ISBN 978-5-9729-0991-9. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/124002.html> (дата обращения: 28.09.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
3. Приешкина, А. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Обеспечение здорового образа жизни и основы медицинских знаний : учебное пособие для СПО / А. Н. Приешкина. — Саратов : Профобразование, 2020. — 92 с. — ISBN 978-5-4488-0740-4. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/92324> (дата обращения: 07.10.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
4. Собоурь, С. В. Доступно о пожарной безопасности : брошюра / С. В. Собоурь. — 13-е изд. — Москва : ПожКнига, 2021. — 32 с. — ISBN 978-5-98629-101-7. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/104296.html> (дата обращения: 14.10.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей
5. Дымова, Т. В. Система обеспечения пожарной безопасности в образовательном учреждении и активные способы формирования у школьников знаний об этом : монография / Т. В. Дымова. — Астрахань : Астраханский государственный университет, Издательский дом «Астраханский университет», 2020. — 102 с. — ISBN 978-5-9926-1248-6. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/108851.html> (дата обращения: 14.10.2021). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

### Интернет-ресурсы

1. [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
2. [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).
3. [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).
4. [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ).
5. [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
6. [www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) (Books Gid. Электронная библиотека).
7. [www.globalteka.ru/index.html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).
8. [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
9. [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
10. [www.school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).
11. [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
12. [www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
13. [www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).
14. [www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность).

**3.3. Перечень занятий, проводимых в активных и интерактивных формах**Общее количество аудиторных часов – **78 часов**Занятия в активных и интерактивных формах – **14 часов (25,6 %)**

Тема занятия	часы	Форма проведения
1. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья.	2	Работа в малых группах (технология сотрудничества)
2. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Техносфера, как источник негативных факторов.	2	Мини-лекция
3. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Курение и его влияние на организм человека. Табачный дым и его составляющие. Пассивное курение.	2	Мини-лекция
4. Виды защитных сооружений. Эвакуация населения в условиях ЧС. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы проводимые в зонах ЧС. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения.	2	Презентации с использованием различных вспомогательных средств
5. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. 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.	2	Мини-лекция
6. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура.	2	Презентации с использованием различных вспомогательных средств 18
7. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе	2	Презентации с использованием различных вспомогательных средств

**4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Контроль и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Личностные:</b>	

развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;	ситуационные задания, исследовательская работа, диспут, устный ответ
готовность к служению Отечеству, его защите;	реферативная работа, доклады, устные ответы.
формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;	исследовательская работа, ситуационные задания, конспектирование, реферативная работа
исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.)	конспектирование, реферативная работа, доклады, деловая игра,
воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности	ситуационные задания, собеседование, контрольные работы: доклады, сочинения
освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера	реферативная работа, устные ответы
<b>Метапредметные:</b>	
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	устный ответ, реферат, ситуационные задачи.
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;	ситуационные задачи, реферативная работа, ситуационные задачи, устный ответ.
формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;	ситуационные задачи, собеседование, доклад, исследовательская работа
приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;	реферативная работа, исследовательская работа, доклад, устный ответ
формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выяв-	ситуационные задачи, устный ответ, деловая игра

лать причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;	
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;	устный ответ, ситуационные задачи, практические работы
<b>Предметные:</b>	
освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;	практические работы, контрольные работы, тестирование
освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;	устный ответ, доклад, реферат.
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;	доклад, практические работы
формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;	конспектирование, реферат, устный ответ
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;	практическая работа, контрольная работа
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;	реферативная работа, доклады, контрольные работы, конспектирование
сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;	реферативная работа, доклады, диспуты,
развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;	реферативная работа, доклады, ситуационные задачи, собеседование, устный ответ
сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;	реферативная работа, доклады, ситуационные задачи

