

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«САХАЛИНСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ ЦЕНТР №5»

**Рабочая программа**  
**учебной дисциплины**  
**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

Профессия СПО **21.01.08 Машинист на открытых горных работах**

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основании ФГОС с учетом ГОС СО.

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Сахалинский политехнический центр №5»

Разработчики:

Желдак С.А. - ГБПОУ СПЦ №5, преподаватель-организатор ОБЖ.

Нерухова И.В. - ГБПОУ СПЦ №5, преподаватель.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

	<b>стр.</b>
<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>8</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>18</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>20</b>

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих в соответствии с ФГОС СПО по профессии 21.01.08 Машинист на открытых горных работах.

## ***1.2. Общая характеристика учебной дисциплины***

В настоящее время вопросы обеспечения безопасности стали одной из насущных потребностей каждого человека и государства.

В Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года отмечено: «В условиях глобализации процессов мирового развития, международных политических и экономических отношений, формирующих новые угрозы и риски для развития личности, общества и государства, Россия в качестве гаранта благополучного национального развития переходит к новой государственной политике в области национальной безопасности».

Подготовка подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности должна основываться на комплексном подходе к формированию у подростков современного уровня культуры безопасности, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения.

Курс учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» направлен на достижение следующих целей:

- 1) безопасное поведение обучающихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- 2) понимание каждым обучающимся важности сбережения и защиты личного; здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- 4) принятие обучающимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;
- 5) формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения обучающихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;

- б) формирование отрицательного отношения обучающихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- 7) готовность и способность обучающихся к нравственному самосовершенствованию.

Задачи:

- 1) сформировать у обучающихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- 2) сформировать индивидуальную систему здорового образа жизни;
- 3) воспитать антитеррористическое поведение и отрицательное отношение к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

**1.3. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной программы:** дисциплина входит в общеобразовательные базовые дисциплины.

**1.4 Рабочая программа предполагает достижение следующих личностных, метапредметных и предметных результатов:**

**Личностными результатами** освоения обучающимися базового уровня по основам безопасности жизнедеятельности являются:

- 1) развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств,
- 2) обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- 3) формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- 4) воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

**Метапредметными результатами** освоения обучающимися базового уровня по основам безопасности жизнедеятельности являются:

- 1) овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности;
- 2) анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- 3) обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на

безопасность жизнедеятельности человека;

4) овладение обучающимися 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;

5) формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

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

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

8) освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

9) формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

**Предметными результатами** освоения обучающимися базового уровня по основам безопасности жизнедеятельности являются:

1) В познавательной сфере:

– знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

2) В ценностно-ориентационной сфере:

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

### 3) В коммуникативной сфере:

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

### 4) В эстетической сфере:

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

### 5) В трудовой сфере:

- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- умения оказывать первую медицинскую помощь.

### 6) В сфере физической культуры:

- 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;
- умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Объем часов</i>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>108</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>72</b>
<i>в том числе:</i>	
практические занятия	20
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>36</b>
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	



## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся		Объем часов	Уровень освоения
<i>1</i>	<i>2</i>		<i>3</i>	<i>4</i>
<b>Тема 1.</b> Введение.	<b>Содержание учебного материала:</b>		<b>1</b>	
	1.1.	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».	1	2
<b>Раздел 1.</b> <b>Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>			<b>27</b>	
<b>Тема 1.1.</b> Основы здорового образа жизни.	<b>Содержание учебного материала:</b>		<b>6</b>	
	1.1.1.	Здоровье и здоровый образ жизни.	1	2
	1.1.2.	Факторы, способствующие укреплению здоровья.	1	2
	1.1.3.	Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значении для здоровья.	1	2
	1.1.4.	Практическое занятие №1 по теме: «Определение типов людей по биологическим ритмам человека».	1	3
	1.1.5.	Значение двигательной активности для здоровья человека. Питание - понятие и характеристика его роли в жизни человека.	1	2
	1.1.6.	Практическое занятие № 2 по теме: «Составление приемлемой диеты для различных жизненных ситуаций».	1	3
<b>Самостоятельная работа при изучении темы 1.1.</b> Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем). Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя.			<b>4</b>	
<b>Тематика внеаудиторной самостоятельной работы:</b>				
1.1.2.	Основные критерии здоровья (перечисление критерий).		1	

1.1.4	Самоконтроль – в индивидуальной системе здорового образа жизни (конспектирование с комментариями).		1	
1.1.5.	Профилактика утомления (составление рекомендаций).		1	
1.1.6	Основные составляющие здорового образа жизни (конспектирование с комментариями).		1	
<b>Тема 1.2.</b> Факторы, разрушающие здоровье.	<b>Содержание учебного материала:</b>		<b>8</b>	
	1.2.1.	Алкоголь и его влияние на здоровье человека.	1	2
	1.2.2.	Практическое занятие № 3 по теме: «Влияние алкоголя на организм человека».	1	3
	1.2.3.	Курение и его влияние на состояние здоровья.	1	2
	1.2.4.	Наркотики и наркомания, социальные последствия.	1	2
	1.2.5.	Практическое занятие № 4 по теме: «Влияние наркотических средств на здоровье».	1	3
	1.2.6.	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	1	2
<b>Самостоятельная работа при изучении темы 1.2.</b> Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем). Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя.			<b>5</b>	
<b>Тематика внеаудиторной самостоятельной работы:</b>				
1.2.2.	Социальные последствия вредных привычек (конспектирование с комментариями).		1	
1.2.5.	Рекомендации, чтобы не принимать наркотики (составление рекомендаций).		1	
1.2.6.	Болезни, передаваемые половым путем и их профилактика (конспектирование с комментариями).		1	
<b>Тема 1.3.</b> Правовые аспекты взаимоотношений полов.	<b>Содержание учебного материала:</b>		<b>2</b>	
	1.3.1.	Правовые основы взаимоотношения полов.	1	2
	1.3.2.	Практическое занятие № 5 по теме: «Определение правовой основы культуры брачных отношений».	1	3

<b>Самостоятельная работа при изучении темы 1.3.</b>				
Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем).		2		
Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя.				
<b>Тематика внеаудиторной самостоятельной работы:</b>				
1.3.1.	Условия и порядок заключения брака (конспектирование с комментариями положения Семейного кодекса, гл.3).	1		
1.3.2.	Права и обязанности родителей (конспектирование с комментариями положения Семейного кодекса, гл.12).	1		
<b>Тема 1.4.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>2</b>		
Безопасность на дорогах.	1.4.1.	Правила безопасности дорожного движения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств.	1	2
	1.4.2.	Практическое занятие № 6 по теме: «Составление рекомендаций по правилам дорожного движения».	1	3
<b>Тема 1.5.</b> Пожарная безопасность и правила личной безопасности при пожаре.	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>2</b>		
	1.5.1	Первичные средства пожаротушения.	1	2
	1.5.2.	Профилактика пожаров в повседневной жизни.	1	2
<b>Раздел 2.</b>		<b>34</b>		
<b>Государственная система обеспечения безопасности населения.</b>				
<b>Тема 2.1.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>7</b>		
Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного,	2.1.1.	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.	1	2
	2.1.2.	Практическое занятие № 7 по теме: «Действия в опасных ситуациях, связанных с чрезвычайными ситуациями природного характера».	1	3
	2.1.3.	Характеристики чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	1	2

техногенного и социального характера.	2.1.4.	Практическое занятие № 8 по теме: «Действия в опасных ситуациях, связанных с чрезвычайными ситуациями техногенного характера».	1	3
	2.1.5.	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.	1	2
	2.1.6.	Практическое занятие № 9 по теме: «Составление правил личной безопасности при возникновении криминогенных ситуаций».	1	3
	2.1.7.	Уголовная ответственность несовершеннолетних.	1	2
<b>Самостоятельная работа при изучении темы 2.1.</b> Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем). Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя.			<b>4</b>	
<b>Тематика внеаудиторной самостоятельной работы:</b>				
2.1.2.	Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера (заполнение таблицы).		1	
2.1.3.	Виды ЧС природного и техногенного характера, которые могут возникнуть в регионе нашего проживания (заполнение таблицы).		1	
2.1.4.	Классификация ЧС техногенного характера (разработка опорного конспекта).		1	
2.1.7.	Уголовная ответственность несовершеннолетних (конспектирование с комментариями к Уголовному кодексу РФ ст.87. ст.88).		1	
<b>Тема 2.2.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		<b>10</b>	
Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	2.2.1.	Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.	1	2
	2.2.2.	Гражданская оборона.	1	2
	2.2.3.	Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	1	2
	2.2.4.	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.	1	2
	2.2.5.	Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.	1	2
	2.2.6.	Практическое занятие № 10 по теме: «Определение и составление расчетов, необходимых для организации и проведения походов».	1	3

	2.2.7.	Инженерная защита. Виды защитных сооружений и правила поведения в них.	1	2
	2.2.8.	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.	1	2
	2.2.9.	Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.	1	2
	2.2.10.	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	1	2
<b>Самостоятельная работа при изучении темы 2.2.</b> Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем). Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя.			<b>4</b>	
<b>Тематика внеаудиторной самостоятельной работы:</b>				
2.2.1.	Федеральный закон «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера». Права и обязанности граждан РФ (разработка опорного конспекта).		1	
2.2.2.	Основные принципы гражданской обороны и ее предназначения (конспектирование с комментариями).		1	
2.2.8.	Аварийно-спасательные работы (разработка опорного конспекта).		1	
2.2.10	Основные задачи МЧС России (конспектирование с комментариями).		1	
<b>Тема 2.3.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		<b>4</b>	
Оружие массового поражения и его поражающие факторы.	2.3.1.	Ядерное оружие и его поражающие факторы.	1	2
	2.3.2.	Химическое оружие и его поражающие факторы.	1	2
	2.3.3.	Бактериологическое оружие и его поражающие факторы.	1	2
	2.3.4.	Практическое занятие № 11 по теме: «Использование средств индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения».	1	3
<b>Самостоятельная работа при изучении темы 2.3.</b> Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем). Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя.			<b>3</b>	
<b>Тематика внеаудиторной самостоятельной работы:</b>				

2.3.1.	Обычные оружия и его поражающие факторы (разработка опорного конспекта).		1	
2.3.4.	Средства индивидуальной защиты из предметов бытовой одежды (анализ текста).		1	
<b>Тема 2.4.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		<b>2</b>	
Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.	2.4.1.	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники.	1	2
	2.4.2.	Практическое занятие № 12 по теме: «Составление правил безопасного поведения при террористических актах».	1	2
<b>Самостоятельная работа при изучении темы 2.4.</b> Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем). Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя.			<b>1</b>	
<b>Тематика внеаудиторной самостоятельной работы:</b>				
2.4.2.	Правила поведения при угрозе террористического акта (составление правил поведения по темам: «Если вы подверглись похищению». «Если произошел взрыв»).		1	
<b>Раздел 3.</b> <b>Основы обороны государства и воинская обязанность.</b>			<b>24</b>	
<b>Тема 3.1.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		<b>2</b>	
История создания Вооруженных Сил России.	3.1.1.	История создания Вооруженных сил Российской Федерации.	1	2
	3.1.2.	Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных сил Российской Федерации на современном этапе.	1	2
<b>Самостоятельная работа при изучении темы 3.1.</b> Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем). Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя.			<b>1</b>	
<b>Тематика внеаудиторной самостоятельной работы:</b>				
3.1.1	Организация Вооруженных Сил Московского государства в 15-17в.в. (перечисление состава армии и значимых дат).		1	
<b>Тема 3.2.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		<b>2</b>	

Вооруженные силы Российской Федерации- основа обороны государства.	3.2.1.	Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации.	1	2
	3.2.2.	Организационная структура Вооруженных сил Российской Федерации.	1	2
<b>Самостоятельная работа при изучении темы 3.2.</b> Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем). Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя.			<b>1</b>	
<b>Тематика внеаудиторной самостоятельной работы:</b>				
3.2.2	Войска и военные формирования, не входящие в состав Вооруженных Сил Российской Федерации (разработка опорного конспекта).		1	
<b>Тема 3.3.</b> Воинская обязанность.		<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>9</b>	
	3.3.1.	Основные понятия о воинской обязанности.	1	2
	3.3.2.	Призыв на военную службу.	1	2
	3.3.3.	Прохождение военной службы по призыву.	1	2
	3.3.4.	Прохождение военной службы по контракту.	1	2
	3.3.5.	Альтернативная гражданская служба.	1	2
	3.3.6.	Права и обязанности военнослужащих.	1	2
	3.3.7.	Качества личности военнослужащего как защитника Отечества.	1	2
	3.3.8.	Воинская дисциплина и ответственность.	1	2
	3.3.9.	Как стать офицером Российской Армии.	1	2
<b>Самостоятельная работа при изучении темы 3.3.</b> Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем). Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя.			<b>5</b>	
<b>Тематика внеаудиторной самостоятельной работы:</b>				
3.3.1	Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет (конспектирование с комментариями).		1	

3.3.3.	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе (разработка опорного конспекта).		1	
3.3.4.	Порядок присвоения очередного воинского звания (заполнение таблицы).		1	
3.3.8.	Уголовная ответственность военнослужащих (решение ситуационных задач).		1	
3.3.9.	Международное гуманитарное право (изучение темы с помощью интернет ресурсов и составление конспекта).		1	
<b>Тема 3.4.</b>		<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>3</b>	
Воинские символы и боевые традиции Вооруженных Сил.	3.4.1.	Боевые традиции Вооруженных сил Российской Федерации.	1	2
	3.4.2.	Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации.	1	2
	3.4.3.	Символы воинской чести.	1	2
<b>Самостоятельная работа при изучении темы 3.4.</b> Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем). Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя.			<b>1</b>	
<b>Тематика внеаудиторной самостоятельной работы:</b>				
3.4.3	Дни воинской славы России (конспектирование с комментариями к Федеральному закону «О днях воинской славы и памяти датах России» от 10 февраля 1995г.).		1	
<b>Раздел 4.</b> <b>Основы медицинских знаний</b>			<b>21</b>	
<b>Тема 4.1. Оказание первой медицинской помощи.</b>		<b>Содержание учебного материала:</b>	<b>13</b>	
	4.1.1.	Первая помощь при травмах различных областей тела.	1	2
	4.1.2.	Практическое занятие №13 по теме: «Освоение основных правил наложения повязок».	1	3
	4.1.3.	Практическое занятие №14 по теме: «Оказание первой доврачебной помощи при травмах опорно-двигательного аппарата».	1	3
	4.1.4.	Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.	1	2
	4.1.5.	Практическое занятие № 15 по теме: «Оказание первой доврачебной помощи при травмах груди, живота, в области таза, при повреждении позвоночника».	1	3



	4.1.6.	Практическое занятие №16 по теме: «Оказание первой доврачебной помощи при черепно-мозговой травме».	1	3
	4.1.7.	Первая помощь при наружных кровотечениях.	1	2
	4.1.8.	Практическое занятие №17 по теме: «Освоение основных способов временной остановки кровотечения и правил наложения давящей повязки и жгута».	1	3
	4.1.9.	Первая помощь при ожогах.	1	2
	4.1.10.	Практическое занятие №18 по теме: «Освоение основных правил непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких».	1	3
	4.1.11.	Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца).	1	2
	4.1.12.	Практическое занятие №19 по теме: «Оказание первой доврачебной помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте».	1	3
	4.1.13.	Практическое занятие № 20 по теме: «Оказание первой доврачебной помощи при электротравме».	1	3
<b>Самостоятельная работа при изучении темы 4.1.</b> Проработка конспектов занятий, учебной и специальной литературы (по вопросам к параграфам, главам учебных пособий, составленным преподавателем). Подготовка к практическим занятиям с использованием методических рекомендаций преподавателя.			<b>8</b>	
<b><i>Тематика внеаудиторной самостоятельной работы:</i></b>				
4.1.1.	Виды ран, этапы обработки ран (составление схемы).		1	
4.1.3.	Достоверные и вероятные признаки переломов (заполнение таблицы).		1	
4.1.6.	Доврачебная помощь при ЧМТ (составление памятки).		1	
4.1.7.	Последовательность действий при артериальном кровотечении (составление памятки).		1	
4.1.8.	Последовательность действий при венозном кровотечении (составление памятки).		1	
4.1.9.	Доврачебная помощь при ожогах (составление схемы).		1	
4.1.10.	Последовательность реанимационных мероприятий (конспектирование с комментариями).		1	
4.1.13.	Доврачебная помощь при электротравме (составление схемы).		1	
<b><i>Дифференцированный зачёт</i></b>			<b>1</b>	
<b>Всего:</b>			<b>108</b>	

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

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

Реализация программы дисциплины требует наличие учебного кабинета «Основы безопасности жизнедеятельности».

*Оборудование учебного кабинета:*

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий по дисциплине «ОБЖ».

*Технические средства обучения:*

- мультимедийное оборудование;
- электронные плакаты

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

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

*Основные источники:*

1. Н.В.Косолапова Основы безопасности жизнедеятельности учебник/ Москва.: Академия, 2014.

*Дополнительные источники:*

1. А.Т. Смирнов Основы безопасности жизнедеятельности Учебник для общеобразовательных учреждений 10 класс. - М.: «Просвещение», 2004.
2. А.Т. Смирнов Основы безопасности жизнедеятельности Учебник для общеобразовательных учреждений 11 класс. - М.: «Просвещение», 2004.
3. В.А. Шкенеv Основы безопасности жизнедеятельности – Волгоград, 2006.
4. А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для общеобразовательных учреждений. – М.: «Просвещение», 2007.

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

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

<i>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</i>	<i>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</i>
<b>Умения:</b>	
владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	практические занятия; устный опрос; внеаудиторные самостоятельные работы
пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;	практические занятия; устный опрос;
оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;	устный опрос; внеаудиторные самостоятельные работы
использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни: для ведения здорового образа жизни;	практические занятия; устный опрос; внеаудиторные самостоятельные работы; ситуационные задания
оказания первой медицинской помощи;	практические занятия; внеаудиторные самостоятельные работы; тестирование
развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;	устный опрос
вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.	ситуационные задания; устный опрос
<b>Знания:</b>	
основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное	тестирование; устный опрос; внеаудиторные самостоятельные

здоровье и факторы, влияющие на него;	работы
потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;	тестирование; устный опрос
основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	тестирование; внеаудиторные самостоятельные работы
основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;	устный опрос; внеаудиторные самостоятельные работы
порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу, состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;	внеаудиторные самостоятельные работы; устный опрос
основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;	тестирование; устный опрос
основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;	тестирование
требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;	внеаудиторные самостоятельные работы; устный опрос
предназначение, структуры и задачи РСЧС.	тестирование