

ЧАСТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫЙ КОЛЛЕДЖ»



УТВЕРЖДАЮ

Директор ЦПОУ «СОЦИАЛЬНО-  
ГУМАНИТАРНЫЙ КОЛЛЕДЖ»

Н.В. Колпакова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**ОУП.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Специальность: **54.02.01. ДИЗАЙН (ПО ОТРАСЛЯМ)**

уровень подготовки: **БАЗОВЫЙ**

квалификация: **ДИЗАЙНЕР**

Покров, 2020

Рабочая программа учебного предмета разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. N 413. В соответствии с требованиями ФГОС среднего профессионального образования по специальности 54.02.01. Дизайн (по отраслям) (Приказ Минобрнауки России от 27.10.2014г. № 1391).

СОСТАВИТЕЛЬ:

Преподаватель Бойченко Н.А.

РАССМОТРЕНО:

На заседании Педагогического совета Протокол № 1 от «27» августа 2020 г.

СОГЛАСОВАНО:

ЦМК Протокол 1 от «27» августа 2020 г.

Председатель ЦМК Т.А. Панина

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	4
2. 2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	4
3. ОБЪЕМ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ	6
4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	7
5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА	16
6. ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ	18

## 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### 1.1. Область применения рабочей программы учебного предмета

Рабочая программа учебного предмета ОУП.07 Основы безопасности жизнедеятельности является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО специальности 54.02.01 Дизайн (по отраслям). Составлена на основе Федерального государственного стандарта основного общего образования, примерной программы учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» для специальностей среднего профессионального образования.

### 1.2. Место учебного предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы:

В ЧПОУ «СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНЫЙ КОЛЛЕДЖ» реализующий образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ППССЗ на базе основного общего образования, учебный предмет ОУП.07 Основы безопасности жизнедеятельности изучается в общеобразовательном учебном цикле учебного плана ППССЗ на базе основного общего образования. В учебных планах ППССЗ учебный предмет ОУП.07 Основы безопасности жизнедеятельности входит в состав общих общеобразовательных учебных предметов, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования.

### 1.3. Цели учебного предмета

Содержание рабочей программы учебного предмета ОУП.07 Основы безопасности жизнедеятельности направлено на достижение следующих целей:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

## 2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Освоение содержания учебного предмета ОУП.07 Основы безопасности жизнедеятельности обеспечивает достижение следующих результатов:

#### личностных:

- Л1 развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- Л2 готовность к служению Отечеству, его защите;
- Л3 формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- Л4 исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- Л5 воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- Л6 освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

• **метапредметных:**

– М1 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;

– М2 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;

– М3 формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

– М4 приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

– М5 развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

– М6 формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

– М7 формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

– М8 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;

– М9 формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

– М10 развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

– М11 освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

– М12 приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

– М13 формирование установки на здоровый образ жизни;

– М14 развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• **предметных:**

– П1 сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

– П2 получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

- П3 сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- П4 сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- П5 освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- П6 освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- П7 развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- П8 формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- П9 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;
- П10 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;
- П11 освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- П12 владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях их профилактике;

### 3. ОБЪЕМ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>117</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>78</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	58
практические занятия	20
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>39</b>
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

#### 4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала (лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся)	Объем часов	Планируемые результаты
<b>I семестр</b>			
<b>Введение</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Актуальность изучения «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи. Основные теоретические положения, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении специальностей.	2	
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья</b>			
<b>Тема 1.1 Здоровье и здоровый образ жизни.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	1	
<b>Тема 1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.	1	
	<b>Практические занятия</b> Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	2	
<b>Тема 1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.	2	
<b>Тема 1.4. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные	2	

	части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.		
<b>Тема 1.5. Правила и безопасность дорожного движения.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения	2	
	<b>Практические занятия</b> Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	2	
<b>Тема 1.6. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.	1	
<b>Тема 1.7. Правовые основы взаимоотношения полов.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 1. Ответы на вопросы. 2. Реферат. 3. Составление плана ответа. 4. Конспектирование	10	
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>			
<b>Тема 2.1 . Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1	
<b>Тема 2.2. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).	1	

<b>проживания.</b>			
	<b>Практические занятия</b> 1. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. 2. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. 3. Изучение первичных средств пожаротушения.	6	
<b>Тема 2.3 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.	2	
<b>Тема 2.4 Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	2	
<b>Тема 2.5 Современные средства поражения и их поражающие факторы</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.	2	
	<b>Практические занятия</b> Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	2	
	<b>Итоговая контрольная работа</b>	2	
<b>II семестр</b>			
<b>Тема 2.6 Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.	1	
<b>Тема 2.7 Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.	1	
<b>Тема 2.8 Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств	2	

	Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение		
<b>Тема 2.9 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий	2	
<b>Тема 2.10 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан</b>	<b>Содержание учебного материала</b> МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 1. Ответы на вопросы. 2. Реферат. 3. Составление плана ответа. 4. Конспектирование	10	
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>			
<b>Тема 3.1 История создания Вооруженных Сил России</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил	2	

	Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.		
<b>Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно -космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно -десантные войска: история создания, предназначение, структура. 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.	2	
<b>Тема 3.3 Воинская обязанность</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 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.	1	
<b>Тема 3.4 Обязательная подготовка граждан к военной службе</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.	1	
	<b>Практическое занятие</b> Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения	2	

	строевой подготовки.		
<b>Тема 3.5 Призыв на военную службу.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.	2	
<b>Тема 3.6 Прохождение военной службы по контракту.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.	1	
<b>Тема 3.7 Альтернативная гражданская служба.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.	1	
<b>Тема 3.8 Качества личности военнослужащего как защитника Отечества</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Качества личности военнослужащего как защитника Отечества любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально -психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.	1	
<b>Тема 3.9 Воинская дисциплина и ответственность.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для	1	

	военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.		
<b>Тема 3.11 Боевые традиции Вооруженных Сил России.</b>	<b>Содержание учебного материала</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. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.	2	
<b>Тема 3.12 Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. 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	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 1. Ответы на вопросы. 2. Реферат. 3. Составление плана ответа. 4. Конспектирование	10	
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>			
<b>Тема 4.1 Понятие первой помощи</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны	2	

	здоровья граждан Российской Федерации».		
<b>Тема 4.2 Понятие травм и их виды.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.	1	
<b>Тема 4.3 Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.	1	
<b>Тема 4.4 Понятие и виды кровотечений</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.	2	
	<b>Практические занятия</b> Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	2	
<b>Тема 4.5 Первая помощь при ожогах.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 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.	1	
<b>Тема 4.6 Первая помощь при воздействии низких температур</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.	1	
<b>Тема 4.7 Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.	1	
<b>Тема 4.8 Первая помощь при отравлениях</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Острое и хроническое отравление.	1	
<b>Тема 4.9 Первая помощь при</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	

<b>отсутствии сознания.</b>	Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.		
	<b>Практические занятия</b> Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.	2	
<b>Тема 4.10 Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> 1. Ответы на вопросы. 2. Реферат. 3. Составление плана ответа. 4. Конспектирование	9	
		<b>Всего: 117 часов</b>	

## **5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

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

Реализация учебного предмета требует наличия учебного кабинета безопасности жизнедеятельности.

#### **Оборудование учебного кабинета:**

1. Общевоинской защитный комплект (ОЗК)
2. Общевоинской противогаз или противогаз ГП-7
3. Респиратор Р-2
4. Носилки санитарные
5. Бинты марлевые
6. Бинты эластичные
7. Жгуты кровоостанавливающие резиновые
8. Ножницы для перевязочного материала прямые
9. Учебные автоматы АК-74
10. Винтовки пневматические
11. Комплект плакатов по Гражданской обороне (в электронном виде)
12. Комплект плакатов по Основам военной службы (в электронном виде)
13. Комплект плакатов по ОМЗ (в электронном виде)
14. Посадочные места по количеству обучающихся
15. Рабочее место преподавателя.

#### **Технические средства обучения:**

1. Компьютер с лицензионным программным обеспечением;
2. Мультимедиа проектор;
4. Аудио-, видео-, проекционная аппаратура
5. Войсковой прибор химической разведки (ВПХР)
6. Рентгенметр ДП-5В
7. Робот-тренажер.
8. Электронный тир.

### **5.2. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

#### **Основные источники:**

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник для общеобразоват. организаций: базовый уровень / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2018.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учебник для общеобразоват. организаций: базовый уровень / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2018.

#### **Дополнительные источники:**

1. Анатомия и физиология человека/ Федюкович Н.И.- Ростов н/Д.: Феникс, 2003
2. Анатомия и физиология человека/ Ананьева Л.В. – М.: Альфа, 2001
3. Основы безопасности жизнедеятельности/ Петров С.В.- М.: АСТ, 2000
4. Основы безопасности жизнедеятельности/ Лункевич Л.В.- М.: АСТ, 2000
5. Азбука безопасности/ Абрамов В.С.- М.: Щербинская типография, 2003
6. Атлас анатомии человека/ Семенов Э.В.- М.: Джангар, 2005

7. Безопасность жизнедеятельности/ Белов С.В.- М.: Высшая школа, 2004

**Интернет-ресурсы:**

Гражданская защита (оборона) на предприятии на сайте для первичного звена сил ГО <http://go-oborona.narod.ru>.

2. Культура безопасности жизнедеятельности на сайте по формированию культуры безопасности среди населения РФ <http://www.kbzhd.ru>.

3. Официальный сайт МЧС России: <http://www.mchs.gov.ru>.

4. Портал Академии Гражданской защиты: <http://www.amchs.ru/portal>.

5. Портал Правительства России: <http://government.ru>.

6. Портал Президента России: <http://kremlin.ru>.

7. Портал «Радиационная, химическая и биологическая защита»: <http://www.rhbz.ru/main.html>

## 6. ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

<b>Содержание обучения</b>	<b>Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)</b>
<b>Введение</b>	Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности. Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите
<b>Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения</b>	Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха. Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя. Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам. Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения. Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. Моделирование ситуаций
<b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения. Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС. Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС. Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий. Характеристика предназначения и

	основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности
<b>Основы обороны государства и воинская обязанность</b>	<p>Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России.</p> <p>Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих. Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы. Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества. Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки. Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести</p>
<b>Основы медицинских знаний</b>	<p>Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. Характеристика основных признаков жизни. Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара. Определение основных средств планирования семьи. Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины</p>