

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«КАМЕНСК-ШАХТИНСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
(ГБПОУ РО «К-ШМК»)**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ОУД.06 Основы безопасности жизнедеятельности

специальности 34.02.01 Сестринское дело
на базе основного общего образования

г. Каменск-Шахтинский

2022

РАССМОТРЕНО
на заседании ЦМК ОО, ОГСЭ и ЕН дисциплин
протокол № 10
от « 29 » 06 2022
Председатель ЦМК
Л.В. Даниленко Л.В. Даниленко



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ РО «К-ШМК»
С.В. Калимулина
« 29 » 06 2022

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины ОУД.06 Основы безопасности жизнедеятельности разработана на основе требований федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413) и федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 34.02.01 Сестринское дело (утв. [приказом](#) Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.05.2014 № 502) в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.03.2015 г. № 06-259).

Организация – разработчик: ГБПОУ РО «Каменск-Шахтинский медицинский колледж».

Разработчик: В.Л. Хамов, преподаватель ГБПОУ РО «Каменск-Шахтинский медицинский колледж».

Рекомендована:

Заключением методического совета ГБПОУ РО «К-ШМК».

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	21
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	24

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО 34.02.01 Сестринское дело на базе основного общего образования.

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена образовательной программы

Общеобразовательная учебная дисциплина ОУД.06 Основы безопасности жизнедеятельности входит в обязательную часть общеобразовательного цикла ОУД.00 и соответствует естественнонаучному профессиональному профилю образования.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих **результатов:**

личностных:

Л 1. развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищённость жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

Л 2. готовность к служению Отечеству, его защите;

Л 3. формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

Л 4. исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);

Л 5. освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

метапредметных:

М 1. 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;

М 2. 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;

М 3. формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

М 4. приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

М 5. развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

М 6. формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

М 7. умения предвидеть возникновение чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

М 8. умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

М 9. умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

М 10. умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;

М 11. знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

М 12. локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

М 13. формирование установки на здоровый образ жизни;

М 14. развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдержать необходимые умственные и физические нагрузки;

предметных:

П 1. сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищённость личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

П 2. знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и

внутренних угроз;

П 3. сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

П 4. сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

П 5. знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

П 6. знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

П 7. знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

П 8. умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

П 9. умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

П 10. знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;

П 11. знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и по контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

П 12. владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

Содержание дисциплины ориентировано на подготовку студентов к освоению общепрофессиональных дисциплин по специальности 34.02.01 «Сестринское дело» и овладению общими компетенциями.

В процессе освоения дисциплины у студентов должны формироваться общие компетенции (ОК):

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных ситуациях и нести за них

ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения возложенных на него профессиональных задач, а также для своего профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникативные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать ответственность членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать и осуществлять повышение своей квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

ОК 10. Бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям народа, уважать социальные, культурные и религиозные различия.

ОК 11. Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, человеку.

ОК 12. Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.

ОК 13. Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузка - 105 часов, в том числе:

- лекции - 54 часа;

– практики - 16 часов;

– самостоятельная работа - 35 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	105
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	70
в том числе:	
Теория	54
практические занятия	16
самостоятельная работа (всего), в том числе:	35
написание конспектов;	3
составление опорных конспектов.	3
изучение учебного материала;	15
составление комплексных планов ведения ЗОЖ.	6
подготовка к практическим занятиям;	4
практические тренировки, отработка нормативов.	4
Промежуточная аттестация в форме экзамена в 1 семестре	6

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

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. ВВЕДЕНИЕ В ДИСЦИПЛИНУ		3	
Тема 1.1. Актуальность изучения дисциплины «ОБЖ». Цели и задачи дисциплины. Основные понятия и определения	Содержание учебного материала	2	1
	1 Вопросы обеспечения безопасной жизнедеятельности.		
	2 Цели и задачи дисциплины, идеология безопасности, концепция приемлемого риска. 3 Основные понятия и определения: «среда обитания», «биосфера», «техносфера», «потенциальная опасность», «риск», «безопасность».		
	Самостоятельная работа	1	
1 Написание конспекта .			
Раздел 2. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ		36	
Тема 2.1. Здоровье и здоровый образ жизни	Содержание учебного материала	2	1
	1 Изучение основных факторов ЗОЖ, составляющих индивидуального здоровья.		
	2 Необходимость ведения активного образа жизни, закаливания, соблюдения правил личной гигиены. 3 Основные понятия и определения: «здоровье», «здоровый образ жизни», «режим жизнедеятельности», «биологические ритмы», «наследственность».		
	Самостоятельная работа	1	
1 Составление комплексных планов ведения ЗОЖ.			
Тема 2.2. Основы укрепления и сохранения личного здоровья. Факторы, способствующие	Содержание учебного материала	2	1
	1 Изучение основных составляющих ЗОЖ, влияние окружающей среды на здоровье человека.		
	2 Вопросы наследственности, качества личности, позволяющие вести ЗОЖ.		

укреплению здоровья	3	Основные понятия и определения: «режим», «общая гигиена организма», «закаливание», «рациональное питание».		
	Самостоятельная работа		1	
	1	Составление комплексных планов ведения ЗОЖ.		
Тема 2.3. Вредные привычки, их классификация и профилактика	Содержание учебного материала		2	1
	1	Знакомство с комплексом и классификацией вредных привычек.		
	2	Необходимость отказа от вредных привычек.		
	3	Возможные социальные последствия наркомании и алкоголизма.		
	4	Основные понятия и определения: «никотин», «депрессант», «наркозависимость», «травмы», «ранения».		
Самостоятельная работа		1		
1	Составление комплексных планов ведения ЗОЖ.			
Тема 2.4. Алкоголь и его влияние на здоровье человека	Содержание учебного материала		2	1
	1	Изучение механизма воздействия алкоголя на организм человека.		
	2	Опасность употребления алкоголя, болезни, возникающие при злоупотреблении спиртным.		
	3	Основные понятия и определения: «хронический алкоголизм», «алкогольное отравление», «трезвый образ жизни».		
	Самостоятельная работа		1	
1	Составление комплексных планов ведения ЗОЖ.			
Тема 2.5. Курение и его влияние на состояние здоровья	Содержание учебного материала		2	1
	1	Знакомство с токсичными веществами, входящими в состав табачного дыма.		
	2	Факторы риска у курильщиков, вопросы заболеваемости.		
	3	Основные понятия и определения: «никотинизм», «пассивное курение», «атеросклероз», «рак легких».		
Самостоятельная работа		1		

	1	Составление комплексных планов ведения ЗОЖ.		
Тема 2.6. Наркотики и наркомания, социальные последствия	Содержание учебного материала		2	1
	1	Изучение механизма воздействия наркотиков на организм человека.		
	2	Вопросы физической зависимости, социальной опасности наркомании.		
	3	Комплексы хронических заболеваний.		
	4	Основные понятия и определения: «наркотики», «наркомания», «психическая зависимость», «физическая зависимость», «толерантность».		
	Самостоятельная работа		1	
	1	Составление комплексных планов ведения ЗОЖ.		
Тема 2.7. Репродуктивное здоровье человека	Содержание учебного материала		2	1
	1	Изучение репродуктивной системы человека и основы сохранения репродуктивного здоровья.		
	2	Биологические функции обоих полов.		
	3	Основные понятия и определения: «репродуктивное здоровье», «репродуктивная система», «андрогены», «эстрогены», «планирование семьи».		
	Самостоятельная работа		1	
	1	Изучение учебного материала.		
Тема 2.8. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка	Содержание учебного материала		2	1
	1	Ознакомление с психологическими портретами обоих полов.		
	2	Вопросы планирования семьи.		
	3	Влияние наследственности на здоровье будущего ребенка.		
	4	Основные понятия и определения: «репродуктивная система», «физическое, нравственное и психологическое здоровье», «деторождение», «половые отличия», «половая жизнь».		
	Самостоятельная работа		1	
	1	Изучение учебного материала.		
Тема 2.9. Социальная роль	Содержание учебного материала		2	1

женщины в современном обществе	1	Ознакомление с вопросами равноправия полов.			
	2	Понятие социальной дискриминации женщин.			
	3	Меры по охране материнства и детства.			
	4	Основные понятия и определения: «социальная дискриминация», «равноправие», «теринский капитал», «равенство полов».			
Самостоятельная работа			1		
	1	Изучение учебного материала..			
Тема 2.10. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	Содержание учебного материала			2	1
	1	Изучение глобальных экологических проблем, влияющих на здоровье и продолжительность жизни человека.			
	2	Основные понятия и определения: «кризис», «научно-технический прогресс», «экологическая безопасность», «природоохранное законодательство», «генофонд», «акустический шум», «электромагнитное загрязнение», «Гринпис» .			
Самостоятельная работа			1		
	1	Составление опорного конспекта.			
Тема 2.11. Брак и семья. Основные функции семьи. Семейное право в РФ	Содержание учебного материала			2	1
	1	Изучение правовых основ взаимоотношений полов.			
	2	Знакомство с семейным кодексом РФ — обязанностями родителей и правами детей.			
	3	Основные понятия и определения: «семейное законодательство», «ЗАГС», «брачный возраст», «несовершеннолетие», «защита прав ребенка», «опекунство», «судебное разбирательство», «лишение родительских прав».			
Самостоятельная работа			1	2	
	1	Изучение учебного материала.			
Тема 2.12. Воздействие негативных факторов среды обитания на здоровье человека	Практическое занятие			2	2
	1	Организация самостоятельной и мотивированной деятельности под воздействием негативных факторов окружающей среды.			
	2	Работа с картами практических заданий.			

	Самостоятельная работа	1	
	1 Подготовка к практическому занятию.		
Раздел 3. ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ		24	
Тема 3.1. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	Содержание учебного материала	2	1
	1 Ознакомление с классификацией ЧС природного и техногенного характера. 2 Правила поведения в ЧС, алгоритм действия личности безопасного типа поведения. 3 Основные понятия и определения: «авария», «катастрофа», «стихийное бедствие», «экологическая катастрофа», «эвакуация», «расседоточение».		
	Самостоятельная работа	1	
	1 Написание конспекта.		
Тема 3.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС)	Содержание учебного материала	2	1
	1 Ознакомление с основными целями создания РСЧС, ее структурой и задачами, силами и средствами ликвидации ЧС. 2 Основные понятия и определения: «МЧС России», «прогнозирование ЧС», «предупреждение о ЧС», «мониторинг», «режимы действия РСЧС».		
	Самостоятельная работа	1	
	1 Изучение учебного материала.		
Тема 3.3. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны	Содержание учебного материала	2	1
	1 Знакомство с вопросами оборонного строительства. 2 Обеспечение безопасности государства. 3 Основные понятия и определения: "руководитель ГО", "штаб ГО и ЧС", "нештатные формирования ГО", "войска ГО".		
	Самостоятельная работа	1	
	1 Изучение учебного материала.		
Тема 3.4. Индивидуальные средства защиты и порядок	Содержание учебного материала	2	1
	1 Изучение устройства и порядок применения изолирующих и фильтрующих		

пользования ими	2	противогазов.		
	3	Средств защиты кожи, медицинские средства защиты.		
	3	Основные понятия и определения: "химические противогазы", "изолирующие противогазы", "медицинские средства защиты", "аптечка индивидуальная".		
Самостоятельная работа			1	
	1	Составление опорного конспекта..		
Тема 3.5 Выполнение нормативов по надеванию средств индивидуальной защиты	Практическое занятие		2	2
	1	Пользование средствами индивидуальной защиты дыхания и кожи.		
	2	Действия по сигналам ГО ("химическая тревога", "радиационная опасность").		
	3	Тренировки в выполнении нормативов по надеванию СИЗ на время.		
Самостоятельная работа			1	
	1	Практические тренировки, отработка нормативов .		
Тема 3.6. Основные требования и правила пожарной безопасности	Содержание учебного материала		2	1
	1	Изучение правил и требований пожарной безопасности.		
	2	Устройство и порядок применения первичных средств пожаротушения, вопросы эвакуации при пожаре.		
	3	Основные понятия и определения: «правила пожарной безопасности», «противопожарный объект», «огнетушитель», «ГДЗК».		
Самостоятельная работа			1	
	1	Изучение учебного материала.		
Тема 3.7 Отработка действий при тушении пожара и проведении эвакуации	Практическое занятие		2	2
	1	Грамотные действия при проведении экстренной эвакуации при пожаре. Пользование средствами пожаротушения.		
	Самостоятельная работа		1	
	1	Практическая тренировка, отработка нормативов.		
Тема 3.8. Правила	Практическое занятие		2	2

безопасного поведения в ЧС	1	Оценка обстановки при угрозе возникновения или возникновении ЧС.		
	2	Быстро и грамотно действовать по сигналам оповещения населения о ЧС.		
	3	Правильно действовать в ЧС мирного и военного времени.		
	4	Быстро и грамотно действовать при проведении эвакуационных мероприятий.		
	5	Пользоваться СИЗ и средствами пожаротушения.		
	Самостоятельная работа		1	
	1	Практическая тренировка, отработка нормативов.		
Раздел 4. ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА И ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ			24	
Тема 4.1. История создания Вооруженных Сил России	Содержание учебного материала		2	1
	1	Ознакомление с историей создания ВС РФ, этапами ее реформирования и усиления боевой мощи.		
	2	Основные понятия и определения: «полки нового строя», «стрельцы», «рекрутский набор», «первооружение», «Закон о всеобщей воинской обязанности», «блок НАТО», «реформирование ВС РФ».		
	Самостоятельная работа		1	
	1	Изучение учебного материала.		
Тема 4.2. Организационная структура ВС РФ	Содержание учебного материала		2	1
	1	Ознакомление с основными положениями военной доктрины, организационной структурой, функциями и задачами ВС РФ.		
	2	Основные понятия и определения: «стратегические ядерные силы», «военное строительство», «военная доктрина», «тыл», «органы управления», «объединения», «соединение», «воинская часть».		
	Самостоятельная работа		1	
	1	Изучение учебного материала.		
Тема 4.3. Воинская обязанность	Содержание учебного материала		2	1
	1	Организация воинского учета, выполнение воинской обязанности.		
	2	Порядок прохождения воинской службы по призыву и по контракту.		
	3	Основные понятия и определения: «статус», «медицинское освидетельствование»,		

	«мобилизация», «военное положение», «военное время», «альтернативная служба», «категория годности»		
	Самостоятельная работа	1	
	1 Изучение учебного материала.		
Тема 4.4. Военнослужащий — защитник своего Отечества	Содержание учебного материала	2	1
	1 Изучение прав, обязанностей и качеств личности военнослужащего как защитника Отечества, патриота своей Родины.		
	2 Основные понятия и определения: «Отечество», «патриотизм», «воинское звание», «военная присяга», «субординация», «уголовный кодекс», «уставной порядок», «военный институт», «курсант».		
	Самостоятельная работа	1	
	1 Написание конспекта.		
Тема 4.5. Боевые традиции, ритуалы и символы воинской чести ВС РФ	Содержание учебного материала	2	1
	1 Изучение видов основных боевых традиций ВС РФ, воинских ритуалов, государственных и военных символов, воинских званий армии и флота.		
	2 Основные понятия и определения: «измена Родине», «коллективизм», «воинское товарищество», «ритуал», «Боевое Знамя части», «Флаг корабля», «Клятва на верность Родине», «Государственный гимн и герб», «Ордена и медали России».		
	Самостоятельная работа	1	
	1 Изучение учебного материала.		
Тема 4.6. Вооруженные Силы РФ	Практическое занятие	2	2
	1 Ориентировка в современной военно-политической обстановке.		
	2 Умение различать воинские звания военнослужащих армии и флота, воинские знаки различия и эмблемы военнослужащих армии и флота.		
	3 Соблюдение правил воинской вежливости.		
	Самостоятельная работа	1	

	1	Подготовка к практическому занятию.		
Тема 4.7. Прохождение воинской службы по призыву и по контракту	Практическое занятие		2	2
	1	Оценка уровня своей подготовленности и осуществление осознанного самоопределения по отношению к военной службе.		
	2	Управление своим психофизическим состоянием в коллективе.		
	3	Изучение гимна России и тестовый контроль.		
	Самостоятельная работа		1	
	1	Подготовка к практическому занятию.		
Тема 4.8. Практическое занятие по разборке АКМ	Практическое занятие		2	2
	1	Проведение неполной разборки и сборки АК-74 в нормативно-установленные сроки.		
	Самостоятельная работа		1	
	1	Практическая тренировка, отработка нормативов.		
Раздел 5. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ			18	
Тема 5.1. Первая медицинская помощь при ранениях	Содержание учебного материала		2	1
	1	Изучение классификации ран, способов и правил наложения повязок, основных типов перевязок.		
	2	Основные понятия и определения: «рана», «проникающее ранение в грудную полость», «проникающее ранение в брюшную полость».		
	Самостоятельная работа		1	
	1	Составление опорного конспекта.		
Тема 5.2. Первая медицинская помощь при кровотечениях	Содержание учебного материала		2	1
	1	Изучение видов кровотечений, основных правил остановки кровотечений, порядка наложения жгута и давящей повязки.		
	2	Основные понятия и определения: «капиллярное кровотечение», «артериальное кровотечение», «венозное кровотечение», «смешанное кровотечение», «жгут».		

	Самостоятельная работа	1	
	1 Изучение учебного материала.		
Тема 5.3. Первая медицинская помощь при травмах	Содержание учебного материала	2	2
	1 Изучение основных видов травм и переломов, правил оказания 1-й медицинской помощи при переломах, травматическом шоке, ожогах, поражении электрическим током, обморожениях.		
	2 Основные понятия и определения: «сотрясение», «ушиб», «перелом», «иммобилизация», «шок», «ожог».		
	Самостоятельная работа	1	
	1 Изучение учебного материала.		
Тема 5.4. Первая медицинская помощь при внезапной остановке сердца и отсутствии дыхания	Содержание учебного материала	2	1
	1 Изучение признаков жизни человека, правил оказания 1-ой медицинской помощи при отсутствии дыхания и остановке сердца.		
	2 Основные понятия и определения: «острая сердечная недостаточность», «стенокардия», «инфаркт миокарда».		
	Самостоятельная работа	1	
	1 Изучение учебного материала.		
Тема 5.5. Инфекционные болезни и инфекции, передаваемые половым путем	Содержание учебного материала	2	1
	1 Изучение основных инфекционных заболеваний и инфекций передаваемых половым путем.		
	2 Пути передачи инфекций, профилактические мероприятия.		
	3 Основные понятия и определения: «венерические болезни», «сифилис», «гонорея», «генитальный герпес», «хламидиоз», «СПИД».		
	Самостоятельная работа	1	
	1 Изучение учебного материала.		
Тема 5.6. Правила	Практическое занятие	2	2

оказания первой медицинской помощи	Тренировка в обращении за помощью в экстренных ситуациях. Тренировка в оказании первой медицинской помощи при: кровотечениях; травмах; ранениях; переломах; ожогах; отморожениях; травматическом шоке; синдроме длительного сдавливания; острой сердечной недостаточности; остановке сердца и отсутствии дыхания. Тестовый контроль.			
	Самостоятельная работа		1	
	1	Подготовка к практическому занятию.		
Промежуточная аттестация Экзамен				
			Всего	105

3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия кабинета ОБЖ с элементами класса ГО, основ военной службы и медицинских знаний.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- учебные и наглядные пособия.

Технические средства обучения: телевизор, DVD - плеер.

Оборудование кабинета:

- винтовка МР-К
- манекен в средствах защиты
- видеотека по всем темам учебной дисциплины
- политическая карта мира
- комплект плакатов
- иллюстрированные приложения
- Государственные символы РФ
- наглядные пособия (стенды)
- противогазы ГП-5, ГП-7
- ОЗК
- Л-1
- автоматы учебные
- мины учебные
- гранаты учебные

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Микрюков В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов, обучающихся по специальности «Безопасность жизнедеятельности» /В.Ю. Микрюков –М: КНОРУС, 2020
2. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для нач. и средн. проф.образования /Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко – М.: Издательский центр «Академия», 2018

Интернет-ресурсы:

1. Сайт МЧС РФ –www.mchs.gov.ru
2. Сайт Минобороны - www.mil.ru

3. Сайт ФСБ РФ – <http://www.fsb.ru>

Дополнительная литература:

1. Смирнов А.Т. Основы военной службы: Учеб.пособие для студентов учреждений сред.проф.образования/ А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев; под общ.ред. А.Т. Смирнова – 2-е изд., стереотип. – М: Издательский центр «Академия»: Мастерство: Высшая школа, 2017. – 240с.

4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формулы и методы контроля и оценки результатов обучения
У 1. «Организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций».	Тестовые задания, практические задания
У 2. «Предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту».	Тестовые задания
У 3. «Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения».	Практические задания
У 4. «Применять первичные средства пожаротушения».	Тестовые задания, практические задания
У 5. «Ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности».	Тестовые задания, практические задания
У 6. «Применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью».	Тестовые задания, практические задания
У 7. «Владеть способами безконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы».	Тестовые задания
У 8. «Оказывать первую помощь пострадавшим».	Практические задания
З 1. «Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности	Устный опрос

России».	
З 2. «Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации».	Устный опрос
З 3. «Основы военной службы и обороны государства».	Устный опрос
З 4. «Задачи и основные мероприятия гражданской обороны, способы защиты населения от оружия массового поражения».	Устный опрос
З 5. «Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах».	Устный опрос
З 6. «Организация и порядок призыва граждан на военную службу и поступление на нее в добровольном порядке».	Устный опрос
З 7. «Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО».	Устный опрос
З 8. «Область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы».	Устный опрос
З 9. «Порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим».	Устный опрос