

Министерство общего и профессионального образования Ростовской области  
государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Ростовской области «Тарасовский многопрофильный техникум»

**АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**  
программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих  
среднего профессионального образования

п. Тарасовский

2020 г.

УТВЕРЖДАЮ  
заместитель директора по УПР  
 Манухов А.А.

« 31 » « 08 » 2020 г

Адаптированная рабочая программа учебной дисциплины «ОБЖ» рассмотрена на заседании методической комиссии общеобразовательного цикла и рекомендована к утверждению

Протокол № 1 « 28 » « 08 » 2020 г.

Председатель м/к  Гончарук Л.Н.

Одобрена и рекомендована к утверждению педагогическим советом техникума.

Протокол № 1 от « 31 » « 08 » 2020 г.

Адаптированная рабочая программа учебной дисциплины «ОБЖ» разработана на основе требований:

- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (далее - ФГОС СОО) (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413), на основе требований к организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональных образовательных организациях, п. 28 ст.2, п.6 ст.28, п.1, п.2, п.3, п. 4 ст.79 Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273, в том числе оснащенности образовательного процесса, утвержденные Директором Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России Н.М.Золоторевым 26 декабря 2013 г. N 06-2412вн.

Методических рекомендаций по разработке и реализации адаптированных образовательных программ СПО, утв. Минобрнауки России 20.04.2015 г. № 06-830вн.

- Рекомендаций по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259);

- Примерной программы общеобразовательной дисциплины «ОБЖ» для профессиональных образовательных организаций, одобренной Научно-методическим советом Центра профессионального образования ФГАУ «ФИРО» и рекомендованной для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего образования (протокол №2 от 26.03. 2015 );

- Рекомендаций «Об уточнении примерных образовательных программ СПО» (протокол №3 от 25.05.2017), одобренных Научно-методическим советом Центра профессионального образования ФГАУ «ФИРО»;

- Положения ГБПОУ РО «ТМПТ» о рабочей программе дисциплины, профессионального модуля;

Организация-разработчик: ГБПОУ РО «Тарасовский многопрофильный техникум»

Разработчик: Быкадоров О.В., преподаватель ГБПОУ РО «Тарасовский многопрофильный техникум»

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка _____	4
2. Общая характеристика учебной дисциплины _____	5-6
3. Место учебной дисциплины в учебном плане _____	7
4. Результаты освоения учебной дисциплины _____	8-10
5. Содержание и тематическое планирование учебной дисциплины _____	11-37
6. Характеристика основных видов деятельности студентов на уровне учебных действий _____	38-40
7. Темы рефератов (докладов), индивидуальных проектов _____	41
8. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы учебной дисциплины _____	42-43
9. Рекомендуемая литература _____	44-48

## 1. Пояснительная записка.

Адаптированная рабочая программа «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для профессиональной подготовки рабочих и служащих с ограниченными возможностями здоровья в ГБПОУ РО «ТМПТ», реализующего образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих и служащих.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», с учетом Примерной основной образовательной программы среднего общего образования.

Содержание программы учебной дисциплины «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 психо активных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения обучающихся.

В программу включено содержание, направленное на формирование у студентов компетенций, необходимых для качественного освоения основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования – программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих (ППКРС).

## 2.Общая характеристика учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»

В современных условиях глобализации развития мировой экономики, усложнения, интенсификации и увеличения напряженности профессиональной деятельности специалистов существенно возрастает общественно-производственное значение состояния здоровья каждого человека. Здоровье становится приоритетной социальной ценностью. В этой связи исключительную важность приобретает высокая профессиональная подготовка специалистов различного профиля к принятию решений и действиям по предупреждению чрезвычайных ситуаций (ЧС), а при их возникновении - к проведению соответствующих мероприятий по ликвидации их негативных последствий и, прежде всего, к оказанию первой помощи пострадавшим.

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучает риски производственной, природной, социальной, бытовой, городской и других сред обитания человека, как в условиях повседневной жизни, так и при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного, природного и социального характера. Данная дисциплина является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности.

Основными содержательными темами программы являются:

- введение в дисциплину, обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья;
- государственная система обеспечения безопасности населения
- основы медицинских знаний.

В программе предусмотрен раздел «Основы медицинских знаний». В процессе его изучения формируются знания в области медицины, умения оказывать первую помощь при различных травмах. Девушки получают сведения о здоровом образе жизни, об основных средствах планирования семьи, ухода за младенцем, поддержания в семье духовности, комфортного психологического климата.

Для освоения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обучающиеся используют знания, умения, навыки, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения предметов «Биология», «История», «Физическая культура», «Химия», «Математика», «Физика». Для проверки знаний обучающихся в программе предусмотрены различные виды контроля: текущий, рубежный, итоговый.

Изучение общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается подведением итогов в форме дифференцированного

зачета в рамках промежуточной аттестации студентов в процессе освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС).

В рабочей программе приведен тематический план для организации образовательного процесса при изучении учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»

### 3. Место учебной дисциплины в учебном плане.

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования. В профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования, учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в общеобразовательном цикле учебного плана ОПОП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППКРС). В учебных планах ППКРС место учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» в составе общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для профессий СПО.

#### 4. Результаты освоения учебной дисциплины.

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

личностных:

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

метапредметных:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

- 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;
  - умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
  - 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;
  - формирование установки на здоровый образ жизни;
- предметных:
- 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;
  - знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
  - сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
  - сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
  - знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
  - знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека,
  - знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- 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.

## 5. Содержание и тематическое планирование учебной дисциплины.

### 5.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальная учебная нагрузка обучающегося-108 часов, в том числе:

обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося-72 часа,

самостоятельная работа обучающегося-36 часов.

### 5.2 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	108
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	72
в том числе:	
теоретические занятия	62
практические занятия	8
контрольные работы	2
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	36
в том числе:	
Перечислить виды самостоятельных работ (с указанием часов)	
1. Написание сообщений	3
2. Написание рефератов	15
3. Составление таблиц.	8
4. Составление кроссвордов	2
5. Подготовка презентаций	8
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета.	

### 5.3. Тематический план и содержание учебной дисциплины.

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Введение.	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности - современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО и специальностей СПО.	1	2
Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.		17	2
	1.1.Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый		

	<p>образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.</p> <p>1.2.Факторы, способствующие укреплению здоровья. 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.</p> <p>1.3.Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.</p> <p>1.4.Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.</p> <p style="padding-left: 40px;">Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.</p> <p style="padding-left: 40px;">Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.</p> <p>1.5. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения</p>		
--	---	--	--

	<p>пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.( сравнить с примерной) Основные нормативные правовые акты, определяющие правила и безопасность дорожного движения. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.</p> <p>1.6.Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы на него влияющие. Здоровый образ жизни - необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.</p> <p>1.7.Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».</p> <p>1.8.Опасности современных молодежных хобби. Модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби.</p>		
	Практические занятия	2	
	<p>Пр.р.№1. Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.</p> <p>Пр.р.№2. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов,</p>		

	пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.		
	Контрольная работа №1	1	
	Самостоятельная работа	9	
	<p>Написать рефераты на темы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Взаимодействие человека и среды обитания»;</li> <li>2.«Питание и здоровье».</li> <li>3. «Пассивное курение и его влияние на здоровье».</li> </ol> <p>Составить таблицы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Факторы, влияющие на здоровье»;</li> <li>2 Влияние табака на здоровье человека.</li> </ol> <p>Подготовить презентацию на тему:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. «Знай и соблюдай ПДД».</li> </ol>		
Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения		18	2
	<p>2.1.Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</p> <p>2.2.Характеристика наиболее вероятных для данной местности и района</p>		

	<p>проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. 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.).</p> <p>2.3.Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций.</p> <p>2.4.Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны; основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.</p> <p>2.5.Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.</p> <p>2.6.Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных</p>		
--	---	--	--

	<p>сооружениях.</p> <p>2.7.Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения.</p> <p>2.8.Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств 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.</p> <p>2.9.Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма Российской Федерации. Основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.</p> <p>2.10.Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция в Российской Федерации - система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств.</p>		
--	---	--	--

	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.		
	Практические занятия	4	
	Пр.р.№3. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Пр.р.№4 Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. Пр.р.№5. Изучение первичных средств пожаротушения. Пр.р.№6. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.		
	Контрольная работа №2	1	
	Самостоятельная работа Написать сообщения на темы: 1.«Чрезвычайные ситуации социального происхождения»; 2.« Правила поведения при пожаре»; Написать рефераты на темы: 4.« Гражданская оборона»; 5.«Современные средства поражения и их поражающие факторы» 6.«Терроризм как основная социальная опасность современности».	9	

	<p>Составить таблицу:</p> <p>2. «Маркировка фильтрующих коробок »;</p> <p>Подготовить презентацию на тему:</p> <p>1. «Противогазы-средства защиты органов дыхания ».</p>		
<p>Тема 3.</p> <p>Основы медицинских знаний</p>		36	2
	<p>3.1. Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».</p> <p>3.2. Понятие и виды травм. 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.</p> <p>3.3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.</p> <p>3.4. Первая помощь при наружных кровотечениях. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая</p>		

	<p>помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.</p> <p>3.5. Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.</p> <p>3.6. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.</p> <p>3.7. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из дыхательных путей.</p> <p>3.8. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.</p> <p>3.9. Первая помощь при отсутствии сознания. 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.</p> <p>3.10. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и</p>		
--	---	--	--

	<p>общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.</p> <p>3.11.Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенность питания и образа жизни беременной женщины.</p> <p>3.12.Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.</p>		
	Практические занятия	2	
	<p>Пр.р.7.Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.</p> <p>Пр.р.8.Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания и непрямой массаж сердца</p>		
	Самостоятельная работа	18	
	<p>Написать сообщение на тему:</p> <p>3. «Виды кровотечения и их признаки»</p> <p>Написать рефераты на темы:</p> <p>7.Профилактика инфекционных заболеваний</p>		

	<p>8.СПИД - чума 21 века.</p> <p>Составление таблиц: «Классификация инфекционных болезней»;</p> <p>Составление кроссвордов: « Инфекции передаваемые половым путем»</p> <p>Подготовка презентаций на темы:</p> <p>1.« Как оказать первую медицинскую (доврачебную) помощь при ранениях?»;</p> <p>2. « Венерические болезни и их профилактика»</p> <p>Решение практических задач: «ПМП при ранениях»</p>		
	Всего	108	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
- репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
- продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

## 6. ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ НА УРОВНЕ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ.

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности студентов (на уровне учебных действий)
Введение	<p>Различать основные понятия и теоретические положения основ безопасности жизнедеятельности, применять знания дисциплины для обеспечения своей безопасности;</p> <p>анализировать влияние современного человека на окружающую среду, оценивать примеры зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделировать ситуации по сохранению биосферы и её защите.</p>
1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения	<p>Определять основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни;</p> <p>усвоить факторы, влияющие на здоровье, выявить факторы, разрушающие здоровье, планировать режим дня, выявить условия обеспечения рационального питания, объяснять случаи из собственной жизни и свои наблюдения по планированию режима труда и отдыха;</p> <p>анализировать влияние двигательной активности на здоровье человека, определять основные формы закаливания, их влияние на здоровье человека, обосновывать последствия влияния алкоголя на здоровье человека и социальные последствия употребления алкоголя;</p> <p>анализировать влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека;</p> <p>моделировать социальные последствия пристрастия к наркотикам;</p> <p>моделировать ситуации по организации безопасности дорожного движения;</p> <p>характеризовать факторы, влияющие на репродуктивное здоровье человека;</p> <p>моделировать ситуации по применению правил сохранения и укрепления</p>
2. Государственная	Усвоить общие понятия чрезвычайных ситуаций,

<p>система обеспечения безопасности населения</p>	<p>классифицировать чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера по основным признакам, характеризовать особенности ЧС различного происхождения;</p> <p>выявлять потенциально опасные ситуации для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС;</p> <p>моделировать поведение населения при угрозе и возникновении ЧС;</p> <p>осваивать модели поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоёмах, характеризовать основные функции системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС);</p> <p>объяснять основные правила эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценивать правильность выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС;</p> <p>раскрывать возможности современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени, характеризовать правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника;</p> <p>определять меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий;</p> <p>характеризовать предназначение и основные функции полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности.</p>
<p>3. Основы медицинских знаний</p>	<p>Освоить основные понятия о состояниях, при которых оказывается первая помощь, моделировать ситуации по оказанию первой помощи при несчастных случаях;</p> <p>характеризовать основные признаки жизни;</p> <p>освоить алгоритм идентификации основных видов кровотечений, идентифицировать основные признаки теплового удара;</p> <p>определять основные средства планирования семьи;</p> <p>формулировать особенности образа жизни и рацион питания беременной женщины.</p>

7. Темы рефератов (докладов), индивидуальных проектов.

1. « Взаимодействие человека и среды обитания».
- 2.«Питание и здоровье».
- 3.« Пассивное курение и его влияние на здоровье».
- 4.« Гражданская оборона».
- 5.«Современные средства поражения и их поражающие факторы».
- 6.«Терроризм как основная социальная опасность современности».
7. «Профилактика инфекционных заболеваний».
8. «СПИД - чума 21 века».

## 8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

В образовательном учреждении «ТМПТ» имеется кабинет № 1 «Безопасности жизнедеятельности и охраны труда», укомплектованный учебно-методическими средствами обучения по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»: рабочие программы, календарно-тематические планы, контрольно-оценочные средства, методические рекомендации к выполнению самостоятельных работ, инструкционные карты к практическим работам, учебная и справочная литература

Помещение кабинета Основ безопасности жизнедеятельности удовлетворяет требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2. 178-02). Помещение оснащено типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях.

В кабинете находится мультимедийное оборудование, посредством которого участники образовательного процесса могут просматривать визуальную информацию по основам безопасности жизнедеятельности, создавать презентации, видеоматериалы, иные документы.

Посадочные места по количеству обучающихся.

В состав учебно-методического и материально-технического обеспечения программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», входят:

- 1.Общевойсковой противогаз ГП-5
- 2.Респиратор Р-2
- 3.Индивидуальный противохимический пакет (ИПП-8, 9, 10, 11)
- 4.Ватно-марлевая повязка
- 5.Противопыльная тканевая маска
- 6.Медицинская сумка в комплекте
7. Носилки санитарные
- 8.Аптечка индивидуальная(АИ-2)
9. Бинты марлевые
- 10 Бинты эластичные
- 11.Жгуты кровоостанавливающие резиновые
- 12.Индивидуальные перевязочные пакеты
- 13.Косынки перевязочные
- 14.Ножницы для перевязочного материала прямые
- 15.Шприц-тюбики одноразового пользования (без наполнителя)

- 16.Шинный материал (металлические)
- 17.Огнетушители порошковые (учебные)
18. Огнетушители пенные (учебные)
19. Огнетушители углекислотные  
(учебные)
- 20.Устройство отработки прицеливания
- 21.Учебные автоматы  
АК74
- 22.Винтовки  
пневматические
23. Комплект плакатов по Гражданской обороне
- 24.Комплект плакатов по Основам военной службы
- 25.Аудио-, видео-, проекционная аппаратура
- 26.Войсковой прибор химической разведки (ВПХР)
- 27.Рентгенметр ДП-5В
28. Робот-тренажер (Гоша 2 или Максим-2)
29. Электронный стрелковый тренажер
- 30.Общевойсковой защитный комплект (ОЗК)
31. Обучающие и контролирующие программы по темам дисциплины

## 9. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА.

### Для студентов

Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. –М., 2020 (издательский центр «Академия»).

Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. –М., 2019 (издательский центр «Академия»).

Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб, пособие для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2018

Для студентов Излагается в следующей редакции: Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. –М., 2017

Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017 Косолапова Н.В. и др. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб, пособие для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М., 2017

### Для преподавателей

Излагается в следующей редакции: Об образовании в Российской Федерации: федер. закон от 29.12. 2012 № 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ, в ред. от 03.07.2016, с изм. от 19.12.2016.)

Приказ Министерства образования и науки РФ от 31 декабря 2015 г. N 1578 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. N413"

Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993)

(с учетом поправок, внесенных федеральными конституционными законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ) // СЗ РФ. — 2009. — № 4. — Ст. 445.

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (в ред. федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ) «Об образовании в Российской Федерации».

Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).

Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования”».

Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации 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».

Гражданский кодекс РФ (Ч. 1) (утвержден Федеральным законом от 30.11.94 № 51-ФЗ (в ред. от 11.02.2013, с изм. и доп. от 01.03.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 32 (Ч. 1). — Ст. 3301.

Гражданский кодекс РФ (Ч. 2) (утвержден Федеральным законом от 26.01.96 № 14-ФЗ) (в ред. от 14.06.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 5 (Ч. 2). — Ст. 410.

Гражданский кодекс РФ (Ч. 3) (утвержден Федеральным законом от 26.11.01 № 146-ФЗ) (в ред. от 05.06.2012) // СЗ РФ. — 2001. — № 49. — Ст. 4552.

Гражданский кодекс РФ (Ч. 4) (утвержден Федеральным законом от 18.12.06 № 230-ФЗ) (в ред. от 08.12.2011) // СЗ РФ. — 2006. — № 52 (Ч. 1). — Ст. 5496.

Семейный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 29.12.1995 № 223-ФЗ) (в ред. от 12.11.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 1. — Ст. 16.

Уголовный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 13.06.1996 № 63-ФЗ) (в ред. от 07.12.2011; с изм. и доп., вступающими в силу с 05.04.2013) // СЗ РФ. 1996. — № 25. — Ст. 2954.

Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. 1994. — № 35. — Ст. 3648.

Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.

Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.

Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.

Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.

Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.

Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. 2004. — № 2. — Ст. 121.

Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2011. — № 47.

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2012.

Кобяков Ю. П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. — М., 2012.

Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2013.

Назарова Е. Н., Жилон Ю. Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М., 2013.

### **Интернет-ресурсы**

[www. mchs. gov. ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).

[www. mvd. ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).

[www. dic. academic. ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).

[www. booksgid. com](http://www.booksgid.com) (Books Gid. Электронная библиотека).

[www. globalteka. ru/index. html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).

[www. window. edu. ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).

[www. iprbookshop. ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).

[www. school. edu. ru/default. asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).

[www. ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).