

Краевое государственное автономное образовательное учреждение  
среднего профессионального образования  
«Дзидзигорское училище (техникум) олимпийского резерва»



УТВЕРЖДЕНО  
Директор ВГАОУ СПО «ДУТОР»

*В.П. Михайлов*  
В.П. Михайлов  
Приказ № 13/Б-27.2  
от « 21 » 08 20 15 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### ОП.10 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

основной профессиональной образовательной программы по  
специальности 49.02.01 Физическая культура

Квалификация Педагог по физической культуре и спорту

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	стр. 4
<b>2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	8
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	20
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	24
<b>5. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ</b>	27

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «БЕЗОПАСНОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

## 1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины «Безопасной жизнедеятельности» является частью программы подготовки специалистов среднего звена (далее – ППСЗ) в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01. Физическая культура.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» входит в профессиональный цикл (обще профессиональные дисциплины).

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен:  
**уметь:**

- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- предпринимать профилактические меры для снижения уровней опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- применять первичные средства пожаротушения;
- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
- оказывать первую помощь пострадавшим;

**знать:**

- 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 России;
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
  - основы военной службы и обороны государства;
  - задачи и основные мероприятия гражданской обороны;
  - способы защиты населения от оружия массового поражения;
  - меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
  - организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;
  - основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;
  - область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
  - порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

Содержание дисциплины ориентировано на подготовку студентов к освоению профессиональных модулей ППСЗ по специальности 49.02.01. Физическая культура и овладению профессиональными компетенциями:

- ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.
- ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.
- ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.
- ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.
- ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.
- ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.
- ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.
- ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.
- ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.
- ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности

- ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия
- ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий
- ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом
- ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом
- ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта
- ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения
- ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.
- ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений
- ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

В процессе освоения дисциплины студент должен овладеть общими компетенциями:

- ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.
- ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.
- ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
- ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.
- ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.
- ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и

контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
- ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.
- ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 102 часа, включая;  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 68 часов;  
самостоятельной работы обучающегося – 34 часа

## 2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>102</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>68</b>
в том числе:	
теоретические занятия	40
практические занятия	28
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>34</b>
в том числе:	
– подготовка сообщений, рефератов, мультимедийных презентаций и т.д.	16
– подготовка к семинарам	2
– изучение нормативно-правовых документов	12
– доработка и оформление лекционного материала	4
Итоговая аттестация в форме: <i>дифференцированного зачета</i>	

## 2.2. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «БЕЗОПАСНОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Безопасность жизнедеятельности</b>		<b>20/11</b>	
<b>Тема 1.1</b> <b>Общие сведения о ЧС мирного и военного времени.</b> <b>Прогнозирование обстановки при ЧС</b>	<i>Содержание учебного материала</i>	1	1
	1. Сущность, факторы и принципы безопасности жизнедеятельности Определение безопасности жизнедеятельности (БЖД) и основные положения учебной дисциплины БЖД. Важные факторы БЖД: соблюдение основ активного долголетия, принципы выживания, сохранение окружающей среды, состояния экологии. Принципы обеспечения взаимодействия человека со средой обитания. Общие сведения о Чрезвычайных ситуациях (ЧС) мирного и военного времени. Общие понятия о ЧС. Классификация ЧС по масштабам их распространения и тяжести последствий.		
	2. Прогнозирование обстановки при ЧС. Теоретические основы и общие положения прогнозирования развития событий и оценки последствий при ЧС техногенного, антропогенного и природного характера. Основные факторы, влияющие на последствия чрезвычайных ситуаций. Принципы обеспечения безопасности объектов экономики.	1	
	<b>Практические занятия</b> 1. Составить классификацию чрезвычайных ситуаций. Произвести расчет поражающих факторов и последствий при ЧС техногенного, антропогенного и природного характера.	2	2
<b>Тема 1.2.</b> <b>Основные источники</b>	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> 1. Подготовить сообщение на тему (по выбору): – «Основные факторы, влияющие на последствия чрезвычайных ситуаций» – «Модель прогнозирования ЧС» 2. Составить классификацию чрезвычайных ситуаций. Произвести расчет поражающих факторов и последствий при ЧС техногенного, антропогенного и природного характера. Определить опасности и составить дерево причин на конкретном случае.	2	
	<i>Содержание учебного материала</i> 1. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	2	



<b>чрезвычайных ситуаций военного характера</b>		Организационная структура гражданской обороны (ГО) в учреждениях, организациях и предприятиях. Задачи и основные мероприятия гражданской обороны. Права и обязанности должностных лиц ГО в учебных заведениях.		1
	2.	Современные средства поражения. Способы защиты населения от оружия массового поражения Ядерное оружие и способы защиты от его поражающих факторов. Химическое оружие и способы защиты от его поражающих факторов. Биологическое оружие и способы защиты от его поражающих факторов.	2	
	3.	Современная война и гражданская оборона Сущность, причины и особенности современных военных конфликтов. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных конфликтов Особенности современной войны. Роль и место гражданской обороны в решении задач по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.	2	
	4.	Международное гуманитарное право защиты населения в военных конфликтах История возникновения. Война и право. Средства ведения войны. Методы проведения боевых операций. Жертвы войны (военнопленные, раненые, больные, потерпевшие кораблекрушение). Лица и объекты, пользующиеся особой защитой. Нарушение права войны.	2	
		<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> 1. Составление схемы по вопросу «Современная война и гражданская оборона» 2. Написание докладов по темам: «Ядерное оружие и его поражающие факторы», «Химическое оружие и его боевые, токсические, химические вещества». 3. Подбор примеров использования разнообразных видов оружия и его влияния на человека и окружающий его мир. Основные способы защиты. 4. Составить хронотеку одного из лагерей смерти ВОВ.	4	
<b>Тема 1.3. Общая характеристика чрезвычайных ситуаций мирного времени.</b>	<i>Содержание учебного материала</i>			
	1.	Общая характеристика ЧС природного характера Понятие о ЧС природного характера, их классификация: геофизические опасные явления, геологические опасные явления (экзогенные геологические явления); метеорологические и агрометеорологические опасные явления; морские гидрологические опасные явления; гидрологические опасные явления; природные пожары. Источники и причины возникновения ЧС природного характера, их последствия. Защита населения от ЧС природного характера.	1	1

	2.	Общая характеристика ЧС техногенного характера Понятие о ЧС техногенного характера, их классификация: транспортные аварии и катастрофы; пожары и взрывы; ЧС, связанные с выбросами химически опасных веществ; гидродинамические аварии. Источники и причины возникновения ЧС техногенного характера Влияние техногенных факторов среды обитания на здоровье населения. Защита населения от ЧС техногенного характера.	1	
	3.	Транспорт как источник опасности Виды транспорта, общественный транспорт. Правила безопасного поведения при передвижении на автомобиле, железнодорожном, авиационном, морском (речном) транспорте. Действия при захвате транспорта террористами. Несчастные случаи на транспорте, Оказание первой помощи.	1	
	4.	Основы пожарной безопасности и электробезопасности Средства тушения пожаров и их применение. Действие населения при пожаре, Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах. Эвакуация образовательного учреждения при пожаре: тревога, вызов пожарной охраны, эвакуация, сбор, переключка. Действия педагога при пожаре. Мероприятия и средства обеспечения электробезопасности. Воздействие электрического тока на организм человека. Условия поражения электрическим током. Технические способы и средства электробезопасности.	1	
	<b>Самостоятельная работа обучающегося:</b> 1. Подготовка к семинарам: – «Терроризм как реальная угроза безопасности в современном обществе» – «ЧС социального характера в условиях повседневной жизни» – «Организация и проведение мероприятий по защите работающих и населения от негативных воздействий ЧС». 2. Составление плана действий в ЧС: – геологического происхождения. – гидрологического происхождения. – космического и метеорологического происхождения. – биологического происхождения. – при возникновении природных пожаров		3	
<b>Тема 1.4 Организация защиты и жизнеобеспечения</b>	<i>Содержание учебного материала</i>			
	1.	Организация защиты и жизнеобеспечения населения в ЧС Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных	1	1

населения в чрезвычайных ситуациях		ситуаций (РСЧС), ее задачи: оповещение, защита населения (средства и способы); обеспечение работы предприятий и учреждений в условиях ЧС; ликвидация последствий ЧС; подготовка населения в области защиты от ЧС. Эвакуация и рассредоточение – надежнейшие способы защиты населения. Способы и порядок проведения эвакуации. Обязанности эвакуируемых, правила поведения на сборных эвакуопунктах (СЭП), в пути следования и по прибытии на место размещения. Прием и размещение эвакуируемого населения.		1
	2.	Средства индивидуальной защиты Средства индивидуальной защиты органов дыхания: противогазы, респираторы, ватно-марлевые повязки, противопыльные тканевые маски. Медицинские средства индивидуальной защиты: аптечка индивидуальная (АИ-2), индивидуальный противохимический пакет (ИПП-8, ИПП-10). Средства индивидуальной защиты кожных покровов: легкий защитный костюм Л-1, общевойсковой защитный комплект - ОЗК, простейшие средства защиты кожного покрова.	1	
	<b>Практические занятия</b>		2	2
	1. Упражнения в использовании средств индивидуальной защиты. 2. Упражнения в использовании средств пожаротушения.			
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>		2		
1. Подготовка презентации по теме «Организация защиты и жизнеобеспечения населения в ЧС мирного и военного времени» 2. Подготовка реферата по теме: Организация защиты и жизнеобеспечения населения в ЧС.				
<b>Раздел 2. Основы военной службы (юноши)</b>		<b>48/23</b>		
<b>Тема 2.1. Основы обороны государства</b>		<i>Содержание учебного материала</i>		
1.	Обеспечение национальной безопасности Российской Федерации Система угроз национальной безопасности. Концепция национальной безопасности (2014 г.) – политический программный документ общенационального характера, представляющий систему взглядов, приводящий процесс государственного строительства и выработку общей идеологии реформ к единому пониманию	2		

	национальных интересов и ценностей, опасностей и угроз, форм и способов их парирования. Приоритеты национальной безопасности: интересы РФ в области экономики, государственная национальная политика., оборонная сфера.		
2.	Обеспечение военной безопасности РФ, военная организация государства Военная доктрина РФ. Оборона – важнейшая функция государства по обеспечению безопасности общества и личности. Организация и осуществление обороны страны в соответствии с международным правом, Конституцией Российской Федерации, действующим законодательством и военной доктриной РФ.	2	
3.	Организация обороны государства. Вооруженные Силы Российской Федерации – государственная военная организация, составляющая основу обеспечения обороны страны. Главные задачи Вооруженных Сил Российской Федерации. Роль и место вооруженных Сил в системе обеспечения национальной безопасности страны. Управление обороной государства и структура Вооруженных сил РФ. Назначение, состав и принципы строительства Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Виды Вооруженных сил и рода войск, история их создания	2	
4.	Другие войска, их состав и предназначение. Войска, предназначенные для обеспечения военной безопасности государства, не входящие в министерство обороны. Войска Федеральной пограничной службы (ФПС), внутренние войска Министерства внутренних дел (ВВ МВД), железнодорожные войска, войска Гражданской обороны (ГО), войска Федеральной службы охраны (ФСО), их предназначение в обороне страны.	2	1
5.	Воинская обязанность. Правовые основы военной службы. Основные понятия воинской обязанности. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе. Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке их а воинский учет и при призыве на военную службу	2	
6.	Требования к индивидуально-психологическим качествам специалистов по сходным воинским должностям. Прохождение военной службы по призыву и по контракту. Как стать офицером Российской Армии. Увольнение с военной службы и пребывание в запас. Ответственность военнослужащих. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ – закон воинской жизни.	2	
<b>Практические занятия</b>		10	
	1. Знакомство и составление тезисов нормативно-правовых документов, регламентирующих основы военной службы и обороны государства		2

	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Знакомство и обсуждение документов о военной обязанности, прохождению воинской службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы</li> <li>3. Обсуждение статей устава о воинской дисциплине и ответственности военнослужащих</li> <li>4. Защита презентаций по темам (на выбор): «Виды Вооруженных сил в Российской Федерации» Воинские звания и знаки отличий» «Форма одежды военнослужащих»</li> <li>5. Просмотр и обсуждение видеофрагментов : «Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации», «Другие войска, их предназначение», «Миротворческая деятельность Российской Армии»</li> </ol>		
	<p><b>Самостоятельная работа занимающихся:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ознакомление с Федеральным Законом «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе»</li> <li>2. Подготовка мультимедийных презентаций по темам: «Виды Вооруженных сил в Российской Федерации» Воинские звания и знаки отличий» «Форма одежды военнослужащих»</li> <li>3. Написание эссе по теме: «Порядок взаимодействия Вооруженных Сил Российской Федерации»</li> <li>4. Составление вопросов для взаимопроверки по темам: «Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации», «Воинская обязанность»</li> </ol>	14	
<p><b>Тема 2.2.</b> <b>Вооруженные Силы РФ – защита нашего Отечества</b></p>	<p><i>Содержание учебного материала</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Военнослужащий – защитник своего Отечества. Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества. Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и психологическим качествам военнослужащих. Военнослужащий – подчиненный, строго выполняющий Конституцию и Законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Международная (миротворческая) деятельность Вооруженных Сил Российской Федерации</li> <li>2. Строевая подготовка. Строи и управление ими. Строевые приемы и движение без оружия. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Строи отделения, развернутый строй, походный строй. Выполнение воинского</li> </ol>	2	1

		приветствия в строю, на месте и в движении.		
	3.	Огневая подготовка. Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова. Приемы и правила стрельбы из автомата	2	
	<b>Практические занятия</b> 1. Защита презентаций по темам: «Строевая подготовка военнослужащих», «Автомат Калашникова, его назначение, боевые свойства, порядок разборки и сборки», «Ручные осколочные гранаты» 2. Выполнение упражнений по строевой подготовке 3. Разборки и сборка автомата Калашникова		12	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> 1. Подготовка презентаций по темам: «Строевая подготовка военнослужащих», «Автомат Калашникова, его назначение, боевые свойства, порядок разборки и сборки», «Ручные осколочные гранаты» 2. Изучение требований Дисциплинарного Устава Вооруженных Сил Российской Федерации		5	
<b>Тема 2.3. Военно-патриотическое воспитание молодежи</b>	<i>Содержание учебного материала</i>			
	1.	Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества. Чувство патриотизма – основа духовных качеств российских воинов. Памяти поколений – дни воинской славы России. «Викториальные дни» в Русской Православной Церкви. Федеральный закон «О днях воинской славы (победных днях) России». Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.	2	1
	2.	Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. От Стяга древних славян до Боевого Знамени воинской части. Формирование культа Боевого Знамени. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. История орденов от времени Петра Первого до настоящего времени. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная присяга.	2	
	<b>Практические занятия</b> 1. Отработка порядка прима военной присяги		2	2

	<p><b>Контрольная работа</b></p> <p>1. Тестирование по основам военной службы</p> <p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b></p> <p>1. Подготовка презентации по темам: «Ордена и медали – почетные награды за воинские отличия и доблесть», «Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации», «Дни воинской Славы»</p> <p>2. Работа с информационными источниками: «Положение о Боевом знамени Вооруженных Сил Российской Федерации»</p>	2	
		4	
<b>Раздел 2. Основы медицинской службы ГО (девушки)</b>		<b>48/23</b>	
<b>Тема 2.1 Медицинская служба ГО и оказание первой медицинской помощи населению</b>	<i>Содержание учебного материала</i>		
1.	Всероссийская служба медицины катастроф Организация, задачи, характеристика, назначение и структура медицинских формирований Всероссийской службы медицины катастроф. Организация и основные задачи. Характеристика и назначение медицинских формирований. Санитарные группы и санитарные бригады. Обязанности сандружинниц за пораженными и больными. Виды медицинской помощи.	2	
2.	Правила оказания первой медицинской помощи. Значение первой медицинской помощи и правила ее оказания. Классификация ран и их осложнения. Первая медицинская помощь при ранениях. Виды повязок, правила их наложения.	2	
3.	Первая медицинская помощь при синдроме длительного сдавливания, травмах, ушибах, переломах костей, травматическом шоке. Травматический токсикоз, периоды его протекания, первая медицинская помощь. Первая медицинская помощь при травмах головы, сотрясении головного мозга, растяжении связок, вывихах. Виды переломов костей. Травматический шок. Первая помощь, Иммобилизация при различных переломах	2	1
4.	Первая медицинская помощь при кровотечениях. Виды кровотечений и их характеристика. Первая медицинская помощь при кровотечениях.	2	
5.	Первая помощь при ожогах, обморожениях Характеристика ожогов и обморожений. Первая медицинская помощь при ожогах и обморожениях.	2	

	6.	Первая помощь при останове сердца. Сердечно-сосудистые заболевания. Понятие клинической смерти и реанимации. Правила проведения сердечно-легочной реанимации Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция легких способом «изо рта в рот» и «изо рта в нос»	2	
	<b>Практические занятия</b>		16	2
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Установление показаний к проведению искусственного дыхания. Изучение и освоение основных способов выполнения искусственного дыхания</li> <li>2. Изучение и освоение основных способов выполнения непрямого массажа сердца</li> <li>3. Изучение и освоение общих правил первой помощи при пожарах и ожогах.</li> <li>4. Упражнение в наложении кровоостанавливающего жгута, скрутки, пальцевое прижатие, др. виды остановки крови</li> <li>5. Упражнения в выборе видов повязок, правила их наложения</li> <li>6. Упражнение в наложении шины на место перелома, растяжения, вывиха</li> <li>7. Моделирования оказания первой помощи при поражении электрическим током, утоплении, перегревании, переохлаждении, обморожении</li> <li>8. Составить план действий: <ul style="list-style-type: none"> <li>- при кровотечениях</li> <li>- при отравлениях</li> <li>- при шоке</li> <li>- при ожогах</li> <li>- при обморожении</li> <li>- при переохлаждении</li> <li>- при перегревании</li> <li>- при электротравме</li> </ul> </li> </ol>			
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>		13	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Подготовить сообщение по темам: «искусственное дыхание», «Непрямой массаж сердца»</li> <li>2. Составление презентации по теме: «Оказание первой доврачебной помощи пострадавшим»</li> <li>3. Изучение литературных источников для подготовки к практическим занятиям</li> <li>4. Доработка и оформление лекционного материала</li> </ol>			
<b>Тема 2.2</b>	<i>Содержание учебного материала</i>			



<b>Порядок оказания первой помощи при радиационных, химических и биологических поражениях</b>	1.	Радиационные поражения, их профилактика и первая помощь Острая и хроническая лучевая болезнь. Радиационные ожоги. Противорадиационная защита населения и оказание первой помощи при радиационных поражениях.	2	1
	2.	Первая помощь при поражении АХОВ (аварийно-химическими опасными веществами). Химическое оружие – средство массового поражения. Особенности воздействия отравляющих веществ на человека и основные признаки поражения.	2	
	3.	Первая помощь при острых бытовых отравлениях ядами природного происхождения Первая помощь при поражениях отравляющими веществами (ОВ) нервно-паралитического действия, кожно-нарывного действия, общедовитого действия, удушающего действия. при отравлении хлором и аммиаком.	2	
	4.	Коллективные медицинские средства и способы защиты населения при массовых инфекционных поражениях Коллективные медицинские средства и способы защиты населения: первая медицинская помощь , оказываемая населению при массовом поражении; вакцинация и лекарственная профилактика по предупреждению инфекционных болезней и эпидемий; обсервация; карантин; санитарная обработка: дезактивация, дегазация, дезинфекция, дератизация.	2	
	<b>Практические занятия</b>		8	2
	1. Оказание первой медицинской помощи при АХОВ и бытовых отравлениях 2. Оказание первой медицинской помощи при радиационных заражениях 3. Просмотр видеофрагментов по темам: «Радиационные, химические и биологические поражения» 4. Решение ситуационных задач на тему: «Инфекционные болезни, их профилактика и меры борьбы с ними»			
	<b>Контрольная работа</b>		2	
1. Тестирование по теме: «Оказание первой медицинской помощи»				
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>		8		
1. Разработка плана защиты населения во время массового инфекционного поражения. 2. Составление памятки (карманной) по оказанию первой медицинской помощи при радиационных, химических и биологических поражениях 3. Изучение литературных источников для подготовки к практическим занятиям 4. Доработка и оформление лекционного материала				
<b>Тема 2.3.</b>	<i>Содержание учебного материала</i>			

<b>Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества</b>	1.	<p>Здоровье человека и здоровый образ жизни</p> <p>Здоровье – одна из основных жизненных ценностей человека. Здоровье физическое и духовное, их взаимосвязь и влияние на жизнедеятельность человека. Общественное здоровье.</p> <p>Факторы, формирующие здоровье, и факторы, разрушающие здоровье. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами</p>	2	1
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b></p> <p>1. Подготовить реферативные сообщения по темам:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– «Факторы, разрушающие здоровье и их профилактика»</li> <li>– «Профилактика злоупотребления психоактивными веществами»</li> </ul>		2	
		<b>Всего</b>	<b>68/34</b>	

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

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета безопасности жизнедеятельности.

##### Оборудование учебного кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-методических материалов;
- комплекты таблиц демонстрационных по ОБЖ и БЖД;
- комплект принадлежностей для оказания первой медицинской помощи;
- комплект принадлежностей, обеспечивающий безопасное пребывание человека в природных условиях;
- противогазы;
- тренажер сердечно-легочной реанимации;
- прибор радиационной разведки;
- прибор химической разведки;
- огнетушитель учебный;
- средства индивидуальной защиты кожных покровов: костюм Л -1, ОЗК;
- комплект дыхательный изолирующий
- иллюстрации по ОБЖ и БЖД;
- фильмы, видеозаписи по ОБЖ и БЖД;
- презентации учебных тем учебного материала.

Технические средства обучения: ноутбук, мультимедийный проектор, телевизор, видеомэгагнитофон, компакт диски, видеокассеты и другие носители информации.

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

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

##### **Законодательство**

1. Конституция Российской Федерации от 12.12.1993
2. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды».
3. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»
4. Федеральный закон от 12.02.1998 № 28-ФЗ «О гражданской обороне»
5. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне»

6. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»

**Основные источники:**

1. Сапронов Ю.Г., Сыса А.Б., Шабазян В.В. Безопасность жизнедеятельности: учеб. пособие для студентов учреждений сред. проф. образования – М.: Издательский центр «Академия», 2010. – 320 с.
2. Смирнов А.Т. Мишин Б.И. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учеб. для учащихся 10-11 кл. общеобразоват. учреждений – М.: Просвещение, 2002 – 161с.

**Дополнительные источники:**

1. Безопасность жизнедеятельности. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях: учеб. Пособие для студ. высш. учеб. заведений/ [Я.Д. Вишняков и др.]. – М. : Издательский центр «Академия», 2007. – 304 с.
2. Безопасность жизнедеятельности. Сборник нормативных документов по подготовке учащейся молодежи в области защиты от чрезвычайных ситуаций. – М.: Издательство ДиК, М., Издательство АСТ-ЛТД, 2003 - 168с.
3. Беспятова Н.К. Военно-патриотическое воспитание детей и подростков как средство социализации / Н.К. Беспятова, Д.Е. Яковлев.- М.: Айрис-пресс, 2006. – 192 с.
4. Васнев В.А. Основы подготовки к военной службе: Метод. Материалы и док.: Кн. Для учителя / Сост. В.А. Васнев, С.А. Чиненный. – м.: Просвещение. 2003. – 190 с.: ил.
5. Волков В. Как избежать беды: .- . Советы подполковника милиции детям Книга для чтения по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». – М. – Вита-пресс, 2003. – 80 с.: ил.
6. Денисов В.В. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / В.В. Денисов, И.А. Денисова, В.В. Гутенев, О.И. Монвила; под ред. В.В. Денисова. – Издательский центр «МарТ», Москва – Ростов н/Д, 2003, 608 с.
7. Емельянчик В.К. , Капитонова М.Е. Ваши шансы избежать беды: учебное пособие / Сборник ситуационных задач по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». – СПб.: «КАРО», 2002. – 240.с., ил.
8. Крючек Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: Методические рекомендации по оборудованию кабинета ОБЖ в общеобразовательном учреждении / Н. А. Крючек, С.К. Миронов, Б.И. Мишин. – М.: Дрофа, 2003. – 80 с.: ил.
9. Кузнецов И.Н. Безопасность жизнедеятельности /Авт. – сост. И.Н. Кузнецов. – М.: Изд-во деловой и учебной литературы; Мн.: Амалфея, 2002. – 464 с.

10. Лутовинов В.И., Мельниченко И.И. Развитие патриотизма в России XXI века. – М.: Светотон, 2004, - 256 с.
11. Медицинское обеспечение безопасности в образовательных учреждениях: Метод. Пос. / авт.-сост. А.Н. Каргин, Ю.Н. Фокин. – М.: Айрис-пресс, 2006. – 80 с.
12. Михайлов Л.А. .Безопасность жизнедеятельности: учебник для вузов / Л.А. Михайлов, В.П. Соломин, А.П. Михайлов, А.В. Сътаростенко и др. – СПб: Питер, 2006, - 302 с.: ил.
13. Некляев С.Э. Поведение учащихся в экстремальных условиях природы. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 240 с., 4 с. ил.: ил. – (Основы безопасности жизнедеятельности).
14. Основы организации службы медицины катастроф. / Сост. А.Я. Шахомирова. - Рыбинск: ГОУ ЯО Рыбинский педколледж, 2006. -170 с.
15. Петров В. П. , Петров С.В. «Информационная безопасность в истории и современной жизнедеятельности»: учебно-методическое пособие / - М.: ЮОУО ДО г. Москвы, 2007. – 435 с.
16. Печень Н.А. Символы воинской славы / Н.А. Печень. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2004. – 320 с., 16 с. ил.: ил.- (Патриотическое воспитание).
17. Пилипенко В.Ф. Национальная безопасность Российской Федерации: История. Концепция. Документы: методическое пособие / В.Ф. Пилипенко, Н.В. Ерков; под ред. Л.Я. Олиференко. – Мю: Айрис-пресс, 2005. – 128 с.
18. Противодействие терроризму: учебное пособие для учащихся и воспитанников общеобразовательных учреждений / Ю.И. Петров, Е.А. Печерская.- Издательство «Кириллица», 2006.- 151 с.
19. Смирнов А.Т. Основы военной службы: учеб. пособие / А.Т. Смирнов, В.А. Васнев. – М.: ДРОФА, 2004. – 240 с.: ил.
20. Хван Т.А., Хван П.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Серия «Среднее профессиональное образование». –Ростов н/Д:»Феникс»», 2003. – 384 с.

#### **Интернет – ресурсы:**

1. <http://go-oborona.narod.ru> Гражданская защита (оборона) на предприятии на сайте для первичного звена сил ГО
2. <http://www.kbzhd.ru> Культура безопасности жизнедеятельности на сайте по формированию культуры безопасности среди населения РФ
3. <http://www.mchs.gov.ru> Официальный сайт МЧС России:
4. <http://www.amchs.ru/portal> Портал Академии Гражданской защиты:
5. <http://www.rhbz.ru/main.html> Портал «Радиационная, химическая и биологическая защита»:
6. <http://иванов-ам.рф/obzh/obzh.html> Портал ресурсов по предмету ОБЖ
7. <http://ohrana-bgd.narod.ru> Портал Охрана труда и безопасность
8. <http://yandex.ru/video> Портал видеофильмов и сюжетов
9. <http://ru.savefrom.net> Портал переноса информации

10. <http://protections.narod.ru/index.html> - Энциклопедия экстремальных ситуаций
11. [http://www.nspu.net/fileadmin/library/books/estestv/metod\\_prep\\_OBG/BJD/Programma\\_soderjaniye.html](http://www.nspu.net/fileadmin/library/books/estestv/metod_prep_OBG/BJD/Programma_soderjaniye.html) - Теория и практика преподавания ОБЖ
12. <http://www.obzh.ru/> - ОБЖ
13. <http://lib.ru/KIDS/sechild.txt> - Школа выживания (Ольга Богачева, Юрий Дубягин)
14. <http://eun.chat.ru/> - Каталог безопасности жизнедеятельности
15. <http://gr-obor.narod.ru/p480.htm> - сайт Сергея Кульпинова (ГО, методики, документы)
16. <http://www.znakcomplex.ru/firsthelp.php> - Знаки, первая помощь, пожарная безопасность и т.д.
17. <http://examen.com.ru/otvet/9/obj/index.shtml> ОБЖ
18. <http://www.securpress.ru/issue/Ss/2006/count.htm> РИА Индустрия безопасности
19. [http://www.ssga.ru/AllMetodMaterial/metod\\_mat\\_for\\_ioot/metodichki/bgd/index\\_1.html](http://www.ssga.ru/AllMetodMaterial/metod_mat_for_ioot/metodichki/bgd/index_1.html) - Безопасность жизнедеятельности
20. [http://festival.1september.ru/2004\\_2005/index.php?numb\\_artic=210267](http://festival.1september.ru/2004_2005/index.php?numb_artic=210267) – Каталог открытых уроков, в том числе по ОБЖ
21. <http://www.medinfo.ru/sovety/val/> - Валеология (наука о здоровье)

#### **Профессиональные журналы:**

1. «Основы безопасности жизнедеятельности»
2. «Основы безопасности жизни»
3. «Военные знания»
4. «Гражданская защита»
5. «Учитель».

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

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Умения:</b>	
организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;	защита результатов самостоятельной работы на практических занятиях; оценка решения ситуационных задач на практических уроках; проверка и оценка составленных алгоритмов действий педагога в случае возникновения негативных ЧС;
предпринимать профилактические меры для снижения уровней опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и в быту;	решение ситуационных задач на практических занятиях; устный и письменный опрос; тестирование защита результатов самостоятельной работы на практических и теоретических занятиях; взаимопроверка и взаимооценка; проверка и оценка составленных памяток, буклетов, инструкций;
использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;	оценка результатов самостоятельной работы на практических занятиях; оценка практических умений по использованию противогаза и первичных средств пожаротушения (огнетушителей);
применять первичные средства пожаротушения;	решение ситуационных задач и оценка анализа видеофильмов; оценка активности на практических занятиях; тестирование
ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;	защита результатов самостоятельной работы на практических занятиях; презентация результатов самостоятельной работы на практических и теоретических занятиях; оценка активности на практических

	занятиях;
применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;	взаимопроверка и самооценка выполнения самостоятельной работы; оценка анализа просмотренных видеофильмов ; оценка решения ситуационных задач на практических занятиях; оценка активности на практических занятиях при работе в группах; тестирование
владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;	
оказывать первую помощь пострадавшим;	защита результатов самостоятельной работы на практических занятиях; взаимопроверка и самооценка памятки; оценка решения ситуационных задач на практических занятиях;
<b>Знания:</b>	
принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных ЧС и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России	защита результатов самостоятельной работы на практических занятиях; презентация результатов самостоятельной работы на практических занятиях; оценка решения ситуационных задач на практических занятиях;
основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;	устный и письменный опрос; оценка решения ситуационных задач на практических и теоретических занятиях; взаимопроверка и самооценка; презентация результатов самостоятельной работы на практических и теоретических занятиях;
основы военной службы и обороны государства;	проверочная работа; оценка самостоятельной работы с документами по вопросам военной службы; презентация самостоятельной работы на практических и теоретических занятиях;
задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты	защита результатов самостоятельной работы на практических и теоретических занятиях;



населения от оружия массового поражения;	устный и письменный опрос;
меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;	защита результатов самостоятельной работы на практических и теоретических занятиях;
организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;	защита результатов самостоятельной работы на практических и теоретических занятиях; анализ и оценка работы с документами;
основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;	защита результатов самостоятельной работы на практических и теоретических занятиях; проверка и оценка составленных схем, подобранных примеров и других видов самостоятельной работы; презентация результатов
область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;	самостоятельной работы на практических и теоретических занятиях; - проверка и оценка составления схем, подобранных примеров и других видов самостоятельной работы;
порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим	устный и письменный опрос; оценка решения педагогических задач на практических и теоретических занятиях; защита результатов самостоятельной работы на практических занятиях; оценка активности на практических занятиях

**5. ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ В  
РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ**

<b>№ изменения, дата внесения, № страницы с изменением</b>	
<b>Было</b>	<b>Стало</b>
<b>Основание:</b>	
<b>Подпись лица, внесшего изменения</b>	