

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ПЕРМСКОГО КРАЯ
государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Пермский химико-технологический техникум»
(ГБПОУ «ПХТТ»)

Одобрено на заседании предметной (цикловой)
комиссии общеобразовательных дисциплин
Протокол № 1- от 01.09.2020

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по УВиМР

* 2 О.В. Князева



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОУД.11 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
для специальности
19.02.10 «Технология продукции общественного питания»**

Рабочая программа общеобразовательной дисциплины ОУД.11 «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО (далее ООП СПО) на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ФГАУ ФИРО протокол №3 от 21.07.2015 года, регистрационный номер 379 от 23.07.2015 года и с учетом требований ФГОС среднего общего образования (далее ФГОС СОО) утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 № 413 (зарегистрирован в Минюсте России 07.06.2012 № 24480),

Организация-разработчик: государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Пермский химико-технологический техникум» (ГБПОУ «ПХТТ»)

Составитель: Горбач Р.В. - преподаватель ГБПОУ «ПХТТ»

СОДЕРЖАНИЕ

стр.

- 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**
- 2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**
- 4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 6. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**
- 7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа общеобразовательного учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной образовательной программы СПО (ООП СПО) на базе основного общего образования при подготовке специалистов среднего звена.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», и 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 Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259).

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 психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения обучающихся.

В результате изучения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обучающиеся должны усвоить основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности, в том числе на защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора; потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, в том числе характерные для региона проживания; модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; основы обороны государства и прохождения воинской

службы; медицинские знания об оказании первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях.

В результате изучения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обучающиеся должны уметь:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни, для ведения здорового образа жизни, оказания первой медицинской помощи, развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы, вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

В программу включено содержание, направленное на формирование у обучающихся компетенций, необходимых для качественного освоения ООП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования, - программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ).

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ) - область знаний, в которой изучаются опасности, угрожающие человеку, закономерности их проявлений и способы защиты человека от них в техносфере от внешних негативных воздействий и естественного происхождения.

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 связи с этим 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.

Для организации образовательного процесса при изучении учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» взята программа совместного обучения юношей и девушек.

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. Программа включает следующие разделы: введение в дисциплину, обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья, государственная система обеспечения безопасности населения, основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний.

Цель учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»: формирование у обучающихся здорового, безопасного поведения в быту, а также правильных действий при возникновении различных ЧС, получение необходимых знаний, навыков оказания первичных мер медицинской помощи как самому себе, так и рядом находящимся пострадавшим людям.

Задачи учебной дисциплины:

- обеспечить знание правил и овладение навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;
- совершенствовать умение сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- сформировать навыки здорового, безопасного образа жизни, понимание обучающимися рисков и угроз современного мира;
- сформировать умение действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- развить навыки оказания первой помощи пострадавшим.

Таким образом программа дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предоставляет возможность сформировать у обучающихся систему знаний, умений и универсальных способов деятельности в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности, в т.ч.:

- самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность в сфере безопасной жизнедеятельности;
- оценивать и корректировать свое поведение в окружающей среде на основе выполнения экологических требований, участвуя в проектной деятельности, учебно-исследовательской работе;
- отстаивать свою гражданскую позицию, осознанно осуществлять выбор пути продолжения образования или будущей специальности

Содержание программы направлено на достижение всех личностных, метапредметных и предметных результатов обучения, регламентированных ФГОС СОО на основе интеграции деятельностного и компетентностного подходов к изучению ОБЖ, межпредметных связей, дробного представления материала, системного его изучения, интерактивности, обучающего воспитания.

В программе дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» представлено структурированное изложение учебного материала,

последовательность его изучения, количество часов аудиторной (обязательной) учебной нагрузки и самостоятельной работы обучающихся. Программа предполагает выполнение аудиторной (обязательной) учебной нагрузки через проведение аудиторных занятий разнообразных типов (лекции, практические занятия (конференции, коллоквиумы, деловые игры)), которые позволяют использовать такие формы учебной деятельности как, выполнение рефератов (сообщений, докладов), создание презентаций, решение ситуационных задач и др. Все виды занятий тесно связаны между собой, что обеспечивает выявлять у обучавшихся глубину освоения материала и уровень подготовки.

Тематика и форма проведения занятий зависят от поставленных преподавателем целей и задач, при отборе учебного материала преподаватель учитывает уровень подготовленности и практическую направленность обучения, формирование знаний, которые обеспечат обучающимся успешную адаптацию к социальной реальности и профессиональной деятельности.

В учебном плане на изучение учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» отводится 117 часов максимальной нагрузки обучающихся, в том числе 39 часов самостоятельной работы, 78 часов аудиторных занятий.

Изучается дисциплина в 1-2 семестрах.

Программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ООП СПО) на базе основного общего образования.

Изучение дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации обучающихся в процессе освоения ООП СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования ППСЗ.

3. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебная дисциплина ОУД.11 «Основы безопасности жизнедеятельности» относится к обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» в соответствии с ФГОС СОО, изучается на базовом уровне и входит в общеобразовательный цикл учебных дисциплин в соответствии с ООП СПО по специальности 38.02.05 «Товароведение и экспертиза качества потребительских товаров» на базе основного общего образования с получением среднего общего образования ППСЗ,

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» имеет межпредметную связь с:

- общеобразовательной учебной дисциплиной: ОУД.10 Физическая культура;
- учебной дисциплиной общего гуманитарного и социально-экономического учебного цикла: ОГСЭ.04 Физическая культура;
- общепрофессиональной учебной дисциплиной профессионального учебного цикла: ОП.10 Безопасность жизнедеятельности.

4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

личностных:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- 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;

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

- развитие 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;

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

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

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

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

- формирование установки на здоровый образ жизни;

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

предметных:

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

- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного 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;

- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

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

5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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.

РАЗДЕЛ 1. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ.

Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

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.

Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.

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.

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.

Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни - необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.

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».

Практические занятия

Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.

Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

РАЗДЕЛ 2. ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ

Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. 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.).

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.

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.

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 сооружениях.

Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.

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.

Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.

Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации - система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

Практические занятия

Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

Изучение первичных средств пожаротушения.

Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.

РАЗДЕЛ 3. ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА И ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ

История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV-XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.

Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска:

история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение.

Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.

Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.

Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.

Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.

Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.

Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий - специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической

совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий - подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие - принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.

Как стать офицером Российской армии. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.

Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества. Воинский долг - обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России - дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество - основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество - боевая традиция Российской армии и флота.

Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы. Ордена - почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

Практические занятия

Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.

Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.

РАЗДЕЛ 4. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

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».

Понятие травм и их виды. 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.

Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.

Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.

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.

Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.

Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.

Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.

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.

Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.

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. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.

Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.

Практические занятия

Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.

Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.

Самостоятельная работа обучающихся:

- Работа с учебной и дополнительной литературой, правовой информацией, в том числе с использованием современных компьютерных технологий, ресурсов сети Интернет.

- Самостоятельное ознакомление с учебным материалом по темам дисциплины, повторение.

- Поиск информации по теме с последующим ее использованием для подготовки и представления на аудиторных занятиях.

- Решение ситуационных задач для закрепления способов решения (выполнение тренировочных заданий, по образцу).

- Самостоятельное выполнение заданий (домашних и индивидуальных), работа с документами, таблицами, графиками, схемами, выполнение моделей: структуры организации гражданской обороны на промышленном объекте в соответствии с получаемой специальностью, выполнение практических заданий на отработку навыков оказания первой помощи при ранениях).

- Ведение терминологического словаря основных понятий и определений.

- Выполнение творческих заданий: подготовка рефератов (сообщений, докладов, эссе, сочинений-рассуждений), создание презентаций.

- Подготовка к различным формам контроля и промежуточной аттестации (тестированию, проверочной работе, зачету).

Для внеаудиторных занятий обучающимся наряду с решением задач и выполнением практических заданий предлагаются темы исследовательских и реферативных работ, в которых вместо рассмотрения отдельных вопросов предлагаются проблемные задания, требующие длительной работы в рамках одной проблемы, например, организация режима дня, труда и отдыха, рациональное питание и двигательная активность и др.

Примерные темы рефератов (сообщений, докладов), исследовательских проектов:

Раздел 1:

1. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
2. Взаимодействие человека и среды обитания.
3. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
4. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
5. Здоровый образ жизни - основа укрепления и сохранения личного здоровья.
6. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
7. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
8. Роль физической культуры в сохранении здоровья.
9. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
10. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
11. Табакокурение и его влияние на здоровье.
12. Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
13. Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
14. Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.

Раздел 2:

1. Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
2. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
3. Терроризм как основная социальная опасность современности.
4. Космические опасности: мифы и реальность.
5. Современные средства поражения и их поражающие факторы.
6. Оповещение и информирование населения об опасности.
7. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
8. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
9. МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

Раздел 3:

1. Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
2. Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.
3. Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.

4. Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
5. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
6. Символы воинской чести.
7. Патриотизм и верность воинскому долгу.
8. Дни воинской славы России.
9. Города-герои Российской Федерации.
10. Города воинской славы Российской Федерации.

Раздел 4:

1. Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
2. Оказание первой помощи при бытовых травмах.
3. Профилактика инфекционных заболеваний.
4. СПИД - чума XXI века.
5. Духовность и здоровье семьи.
6. Здоровье родителей - здоровье ребенка.
7. Формирование здорового образа жизни с пеленок.
8. Как стать долгожителем?
9. Рождение ребенка - высшее чудо на Земле.
10. Политика государства по поддержке семьи.

6. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

6.1. Тематический план и содержание учебной дисциплины, в т.ч. характеристика основных видов деятельности обучающихся

Наименование разделов	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Количество часов			Уровень освоения
			Л	ПР	СР	
Введение.	- Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности. - Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите.	Вводное занятие: цели и задачи ОБЖ. Актуальность изучения дисциплины ОБЖ. Основные понятия и их определения, задачи и предмет изучения безопасности жизнедеятельности (ОБЖ).	2	-		1
	<i>Самостоятельная внеаудиторная работа обучающихся:</i> - Подготовка сообщения (доклада, презентации), тема: Влияния современного человека на окружающую среду (дать свою оценку). - Составить терминологический словарь основных понятий и определений безопасности жизнедеятельности.		-	-	2	
Итого введение			2	-	2	
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.	- Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни. - Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха. - Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека	Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	2	-		1,2
		Тема 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.	2	-		
		Тема 1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов.	2	-		
		Тема 1.4. Вредные привычки и их профилактика. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.	2	-		
		Тема 1.5. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	2	-		

Наименование разделов	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Количество часов			Уровень освоения
			Л	ПР	СР	
	и социальных последствий употребления алкоголя. - Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. - Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам. - Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения. - Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека. - Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья.	Тема 1.6. Репродуктивное здоровье. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе.	2	-		
		Тема 1.7. Правовые основы взаимоотношения полов. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей.	2	-		
		<i>Практическое занятие 1</i> Разработка модели рационального питания и ее гигиеническая оценка. Определение вариантов безопасного поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров транспортных средств в конкретных ситуациях дорожного движения. Модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби (паркур, ружинг и диггерство, оригинальное селфи, социальные сети, экстремальные виды спорта и пр.).	-	2	8	
		<i>Самостоятельная внеаудиторная работа обучающихся:</i> - Подготовка сообщения (доклада) по разделу: Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья. - Составить схему: Факторы, укрепляющие и сохраняющие здоровье человека и общества. - Схематично изобразить источники загрязнения окружающей среды и последствия. - Описать экологическую обстановку г. Перми (района проживания), перечислить источники загрязнения окружающей среды. - Составить и заполнить таблицу: Принципы рационального питания. - Составить примерный суточный рацион, соответствующий суточным энергозатратам, и определить энергетическую ценность суточного рациона (для своего возраста и пола). - Разработать правила организации суточного режима, построить график ежедневных гигиенических мероприятий, которые необходимо совершать подростку вашего возраста и пола. - Составить и заполнить таблицу: Вредные привычки, причины употребления, последствия и их профилактика. - Составить памятку безопасного поведения при занятиях экстремальными видами спорта. - Написать эссе-размышление на темы: «Как стать долгожителем?», «Что мы едим?».				
Итого по разделу:			14	2	8	
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения.	- Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.	Тема 2.1. Понятия, классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций различного характера. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	2	-		1,2
		Тема 2.2. Единая государственная система защиты населения и территорий в ЧС.	2	-		

Наименование разделов	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Количество часов			Уровень освоения
			Л	ПР	СР	
	<p>- Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.</p> <p>- Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.</p> <p>- Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.</p> <p>- Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.</p> <p>- Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности.</p>	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.				
		Тема 2.3. Гражданская оборона. Гражданская оборона, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий.	2	-		
		Тема 2.4. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств РФ по охране здоровья и безопасности граждан. Государственные службы. Правовые основы организации защиты населения РФ. Основные направления: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.				
		Тема 2.4. Организация и проведение аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС. Основное содержание аварийно-спасательных и других неотложных работ. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.	2	-		
		Тема 2.5. Современные средства поражения. Защита населения. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций. Инженерная защита, виды защитных сооружений и их предназначение.	2	-		
		Тема 2.6. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Использование средств индивидуальной и коллективной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени. Правила санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения. Применение первичных средств пожаротушения.	2	-		
		Тема 2.7. 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.	2	-		
		Тема 2.8. Моделирование поведения при угрозе и возникновении ЧС военного времени.	2	-		

Наименование разделов	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Количество часов			Уровень освоения
			Л	ПР	СР	
	- Составить схему: Государственные службы и ведомства РФ по охране здоровья и безопасности граждан и направления их деятельности. - Решение ситуационных задач.					
Итого по разделу			16	4	10	
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.	- Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России.	Тема 3.1. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил РФ. Структура ВС РФ. Вооруженные Силы Российской Федерации – государственная военная организация, составляющая основу обороны страны, Руководство и управление Вооруженными Силами. Реформа Вооруженных Сил России, её этапы и их основное содержание. Структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил и рода войск.	2	-		1,2
	- Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации;	Тема 3.2. Воинская обязанность и обязательная подготовка граждан к военной службе. Правовая основа воинской обязанности и военной службы граждан РФ: Конституция РФ, ФЗ «О воинской обязанности и военной службе», ФЗ «О статусе военнослужащих», ФЗ «Об обороне». Первоначальная постановка на воинский учет граждан мужского пола.	2	-		
	формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих.	Тема 3.3. Призыв и прохождение военной службы. Альтернативная гражданская служба. Призыв на военную службу граждан РФ. Задачи призывной комиссии по проведению призыва на военную службу. Предоставление отсрочки от призыва гражданам РФ. Порядок прохождения военной службы по контракту, порядок прохождения альтернативной гражданской службы.	2	-		
	- Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской части, сопоставление порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы.	Тема 3.4. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества. Основные качества, присущие военнослужащему – защитнику Отечества. Честь и достоинство военнослужащего. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск.	2	-		
	- Анализ качеств личности военнослужащего как защитника Отечества.	Тема 3.5. Военные образовательные учреждения. Общие права и обязанности военнослужащих. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема в военные образовательные учреждения. Роль офицерского корпуса в российской армии. Общие права и обязанности военнослужащих. Правовые документы, устанавливающие права и обязанности военнослужащих. Виды обязанностей, установленных для военнослужащих.	2	-		
	- Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки.	Тема 3.6. Воинская дисциплина и ответственность. Понятие воинская дисциплина, ее значение в современных условиях. Основные критерии, определяющие дисциплинированность	2	-		

Наименование разделов	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Количество часов			Уровень освоения
			Л	ПР	СР	
	<p>- Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести</p>	<p>военнослужащего. Основные виды ответственности за нарушение воинской дисциплины. Понятие «Внутренний порядок» и «дисциплина». Основные элементы уставного порядка.</p>				
		<p>Тема 3.7. Элементы начальной военной подготовки. Элементы начальной военной подготовки: назначение Строевого устава ВС РФ, назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова, меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб.</p>	2	-		
		<p>Тема 3.8. Патриотизм и верность воинскому долгу - качества защитника Отечества. Родина - это географическое пространство, где человек родился, вырос и живет. Патриотизм - духовное и нравственное начало каждого гражданина страны: любовь к своей Родине, народу, его истории, языку и национальной культуре. Воинский долг - обязанность по защите Отечества. Дни воинской славы России. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях по защите Отечества. Дружба, войсковое товарищество.</p>	2	-		
		<p>Тема 3.9. Боевые традиции, ритуалы и символы Вооруженных Сил РФ. Боевые традиции Вооруженных сил Российской Федерации. Значение для каждого военнослужащего быть верным боевым традициям. Исторические примеры воинских традиций. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Государственные и воинские символы России: государственный герб, государственный флаг, государственный гимн, боевое знамя, военно-морской флаг. Военная форма. Воинские звания и награды как символы воинской чести.</p>	2	-		
		<p><i>Практическое занятие 4</i> Отработка элементов начальной военной подготовки.</p>	-	2		
	<p><i>Самостоятельная внеаудиторная работа обучающихся:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Подготовка сообщения (доклада) по разделу: Основы обороны государства и воинская обязанность. - Подготовить презентацию, темы: - Рода войск: история создания, задачи, состав, известные военачальники (на выбор обучающихся). - Исторические примеры воинских традиций. - Герои Великой отечественной войны Пермского края. - Выдающиеся полководцы России (на выбор обучающихся). - Воинские звания и знаки различия. - Почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. 	-	-	9		

Наименование разделов	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Количество часов			Уровень освоения
			Л	ПР	СР	
	<ul style="list-style-type: none"> - Военская присяга. - Составить схему: Структура Вооруженных Сил РФ, включая виды и рода войск. - Составить и заполнить таблицу: Основные виды вооружения и военной техники ВС РФ. - Ознакомиться с Федеральными законами о военной службе и другие нормативными правовыми актами ВС РФ (уставы ВС, инструкции, регламентирующие порядок прохождения службы). - Составить схему: Возраст и категории граждан, подлежащих призыву на военную службу, сроки начала и окончания военной службы. - Заполнить таблицу: Требования, предъявляемые к гражданам, проходящим военную службу по контракту. - Заполнить таблицу: Основные виды воинской деятельности. - Составить схему: Формы военно-патриотической работы. - Решение ситуационных задач. - Написать эссе-размышление на тему: Память поколений – дни воинской славы России (изложить свою позицию). 					
Итого по разделу			18	2	9	
Раздел 4. Основы медицинских знаний.	<ul style="list-style-type: none"> - Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. - Характеристика основных признаков жизни. - Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара. - Определение основных средств планирования семьи. - Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины. 	Тема 4.1. Понятие первой помощи. Понятия травм и их виды. Общие правила оказания первой медицинской помощи. Принципы оказания первой медицинской помощи, последовательность действий. Признаки жизни. Понятия травм и их виды. Виды ран.	2	-		1,2
		Тема 4.2. Первая медицинская помощь при ранениях и травмах. Первая медицинская помощь при ранениях. Основные типы повязок, технология наложения. Первая помощь при переломах, виды и признаки переломов. Особенности транспортировки пострадавших с переломами, иммобилизация поврежденной конечности. Симптомы травматического шока, первая медицинская помощь. Первая медицинская помощь при синдроме длительного сдавливания, сотрясениях и ушибах головного мозга.	2	-		
		Тема 4.3. Первая помощь при кровотечениях. Основные виды кровотечений. Признаки артериального и венозного кровотечения и способы его остановки. Правила наложения жгута. Основные признаки внутреннего кровотечения. Основные приемы оказания первой помощи при кровотечениях.	2	-		
		Тема 4.4. Первая помощь при воздействии высоких и низких температур. Понятие ожога. Виды и степени ожогов. Первая медицинская помощь при ожогах I степени. Первая медицинская помощь при ожогах II, III, IV степени. Возможные случаи поражения электрическим током, признаки поражения и оказание первой медицинской помощи при поражении электрическим током. Основные признаки и степени отморожения, первая медицинская помощь при отморожениях.	2	-		
		Тема 4.5. Первая помощь при отсутствии сознания, обмороке.	2	-		

Наименование разделов	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Количество часов			Уровень освоения
			Л	ПР	СР	
		Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Потеря сознания, признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания. Освоение основных способов искусственного дыхания.				
		Тема 4.6. Первая помощь при отравлениях и попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Острое и хроническое отравление. Первая помощь при отравлениях. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.	2	-		
		Тема 4.7. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.	2	-		
		Тема 4.8. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность, признаки и сроки беременности. Особенности питания и образа жизни беременной женщины. Основы ухода за младенцем. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.	2	-		
		<i>Практическое занятие 5</i> Отработка навыков оказания первой помощи при бытовых травмах, кровотечениях, непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.	-	2		
		<i>Практическое занятие 6</i> Обобщающие занятия по дисциплине. Повторение пройденного материала: вопросы и ответы. Итоговая контрольная работа по всему курсу.		2		
		<i>Самостоятельная внеаудиторная работа обучающихся:</i> - Подготовка сообщения (доклада) по разделу: Основы медицинских знаний. - Подготовить презентацию по оказанию первой медицинской помощи (вид помощи на выбор обучающихся). - Составить памятку по оказанию первой медицинской помощи (общие правила). - Составить памятку пользования бытовыми приборами и инструментами. - Составить памятку обращения за помощью в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи. - Составить и заполнить таблицу: Основные виды и приемы оказания первой помощи при различных видах ран, травм, несчастных случаев и заболеваний человека с указанием их причин и признаков.	-	-	9	

Наименование разделов	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Количество часов			Уровень освоения
			Л	ПР	СР	
	<ul style="list-style-type: none"> - Составить и заполнить таблицу: Основные возбудители инфекционных болезней, способы инфицирования и профилактики инфекционных заболеваний. - Составить таблицу: Виды брака: достоинства, недостатки. - Составить структурно-логическую схему: Типы семьи и ее организации. - Написать эссе-размышление на тему «Счастливая семья – это». 					
Итого по разделу:			16	4	9	
Всего по дисциплине:			66	12	39	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1 – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);

2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);

3 – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. Требования к минимальному учебно-методическому обеспечению обучения

В процессе освоения программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обучающимся предоставлена возможность доступа к электронным учебным материалам по основам безопасности жизнедеятельности, имеющимся в свободном доступе в сети Интернет (электронным книгам, практикумам, тестам).

Перечень рекомендуемых источников:

Основные источники:

Дополнительные источники:

Словари:

Интернет-источники:

7.2. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия кабинета основ безопасности жизнедеятельности, в котором имеется возможность свободного доступа в Интернет во время учебного занятия. Помещение кабинета соответствует требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2 № 178-02) и оснащено типовым оборудованием, в том числе специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.

Оборудование рабочих мест кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;

– комплект учебно-наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов, портретов выдающихся ученых в области обеспечения безопасной жизнедеятельности населения и др.).

Технические средства обучения:

- аудиовизуальные средства;
- компьютерные средства;
- экран проекционный.

Программное обеспечение:

- Windows 7,8,10 Professional;
- Windows Server 2003, 2012;
- MS Office 2013, 2016, 2019;

Разработчик:

ГБПОУ «ПХТТ»

преподаватель

Горбач Р.В.

Технический эксперт: методист

Мизева О.Е.