Министерство здравоохранения Омской области

БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

УЧРЕЖДЕНИЕ ОМСКОЙ ОБЛАСТИ

«МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

(БПОУ ОО «МК»)

**ПРОГРАММА**

**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Основы безопасности жизнедеятельности**

2017 г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СД 9 002.jpg  Рассмотрено и одобрено на заседании  учебно-методической комиссии  Протокол № \_\_\_  от \_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20 \_\_ г.  Председатель УМК  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.Л. Ерошенко |  | УТВЕРЖДАЮ  Директор  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  И.В. Боровский  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г. |

ПРОГРАММА

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**Основы безопасности жизнедеятельности**

Специальности:

34.02.01 Сестринское дело (на базе основного общего образования)

31.02.02 Акушерское дело (на базе основного общего образования)

Составлена в соответствии с рекомендациями (в редакции 2017г.) по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ СПО на базе основного общего образования с учетом требований ФГОС и получаемой профессии или специальности СПО (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259) и Примерных программ общеобразовательных учебных дисциплин для профессиональных образовательных организаций (Одобрены решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол № 2/16-з от 28 июня 2016 г.)

Разработчик: Шинкоренко Марина Геннадьевна

**СОДЕРЖАНИЕ**

стр.

|  |  |
| --- | --- |
| Пояснительная записка………………………………………………. | 4 |
| Общая характеристика учебной дисциплины……………………… | 4 |
| Результаты освоения учебной дисциплины………………………… | 6 |
| Содержание учебной дисциплины ………………………………….. | 9 |
| Тематический план…………………………………………………… | 18 |
| Характеристика основных видов деятельности студентов………... | 21 |
| Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы……………………………………………………………. | 24 |
| Литература………………………………………………………….. | 25 |

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа общеобразовательной учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования и с учетом Примерной основной общеобразовательной программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» среднего общего образования одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. №2/16-з)

Содержание программы направлено на достижение следующих **целей:**

• повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы - совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);

• снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;

• формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;

• обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

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

Основными содержательными темами программы являются: введение в дисциплину, обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья, государственная система обеспечения безопасности населения, основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний.

Изучение общеобразовательной учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации студентов в процессе освоения ОПОП СПО с получением среднего общего образования.

**РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

***личностных:***

* развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
* 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;
  + умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
  + умения применять полученные теоретические знания на практике - принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
  + умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
  + умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
  + знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
  + локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
  + формирование установки на здоровый образ жизни;
  + 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 о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищённость личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
  + знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
  + сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
  + сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
  + знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
  + знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека,
  + знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
  + умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
  + умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
  + знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
  + знание 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 (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

**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».

1. **Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья**

**1.1 Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни**

Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе; правила поведения в ситуациях криминогенного характера и возможного теракта; причины и правила пожарной безопасности, правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании.

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

**1.3 Правила личной гигиены и здоровье человека.**

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.

**1.4 Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.**

Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.

**1.5 Основные нормативные правовые акты, определяющие правила и безопасность дорожного движения.**

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

**1.6 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.**

Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы на него влияющие. Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.

**1.7 Правовые основы взаимоотношения полов.**

Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «Оправах ребенка».

**1.8 Опасности современных молодежных хобби**.

Модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби.

**Внеаудиторная самостоятельная работа.** Подготовить памятки на темы: «Личная безопасность при использовании препаратов бытовой химии, при пользовании газовой плитой», «Правила безопасного отдыха на водоемах». Составить алгоритм действий на тему: «Пожар случился в квартире», «Загорелся телевизор», «Пожар на балконе», «Запах дыма в подъезде», «Пожар в кабине лифта», «Вспыхнула новогодняя елка». Составить режим своего дня. Подготовить сообщение на тему «Значение самоконтроля в индивидуальной системе здорового образа жизни». Нарисовать антирекламу табакокурению, употреблению алкоголя, наркотиков. Подготовить памятку на тему: «Уход за кожей». «Уход за волосами», «Уход за зубами».

1. **Государственная система обеспечения безопасности населения**

**2.1 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.**

Основные понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера

**2.2 Характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.**

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

**2.3 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).**

История ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций.

**2.4 Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.**

Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.

**2.5 Современные средства поражения и их поражающие факторы.** Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.

**2.6. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.**

Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.

**2.7 Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.**

Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения.

**2.8. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.**

Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.

**2.9. Особенности экстремизма, терроризма и наркотизма Российской Федерации.**

Основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

**2.10. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.**

МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция в Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. 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.

**Внеаудиторная самостоятельная работа.** Составить алгоритм действий на тему: «Как действовать при техногенных катастрофах», «Как действовать при природных катастрофах». Составить алгоритм действий при оповещении о угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций. Выполнить зврисовки на тему: «Виды оружия». Разработать памятки на тему: «Защитные сооружения». Подготовить мультимедийную презентацию на тему: «История создания полиции, МЧС России, скорой медицинской помощи».

**3. Основы обороны государства и воинская обязанность**

**3.1. 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.  
**3.2. 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. Космические войска: 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.

**3.3. 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.

**3.4. Обязательная и добровольная 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 военноприкладными 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.

**3.5. Призыв на военную службу.**

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

**3.6. 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.

**3.7. Альтернативная гражданская служба.**

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

**3.8. 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 и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.

**3.9. 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.

**3.10. Военно-профессиональная деятельность.**

Порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям, особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях.

**3.11. Боевые традиции Вооруженных Сил России.**

Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите. 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.

**3.12. 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

**3.13 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.

**Внеаудиторная самостоятельная работа:**

Подготовить реферат на тему: «Причины поражения России в Русско-японской войне», «Стрельцы – основа русской армии в 17 веке», «Выдающиеся полководцы (или флотоводцы) Великой Отечественной войны 1941-1945 гг». Составить правила техники безопасности при обращении с автоматом Калашникова.

**4. Основы медицинских знаний**

**4.1. Общие правила оказания первой помощи.**

Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».

**4.2. Понятие и виды травм. Правила первой помощи при ранениях.**

Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах

различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.

**4.3. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.**

Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза

**4.4. Первая помощь при наружных кровотечениях.**

Понятие и виды кровотечений. 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.

**4.5. Первая помощь при ожогах.**

Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.

**4.6. Первая помощь при воздействии низких температур.**

Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.

**4.7. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.**

Основные приемы удаления инородных тел из дыхательных путей.

**4.8. Первая помощь при отравлениях.**

Острое и хроническое отравление.

**4.9. Первая помощь при отсутствии сознания.**

Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.

**4.10. 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.

**4.11. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.**

Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенность питания и образа жизни беременной женщины.

**4.12. Основы ухода за младенцем**.

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

**Внеаудиторная самостоятельная работа**. Выполнить схематическое изображение ран, написать алгоритм оказания первой помощи при кровотечениях. Выполнить зарисовки: «Травмы опорно-двигательного аппарата (черепно-мозговая травма, травма груди, травма живота, травма тазовой области и травма позвоночника)». Составить алгоритм оказания первой помощи при различных отравлениях. Выполнить схематическое изображение степеней ожогов и отморожений. Составить памятки: «Беременность и гигиена беременности», «Питание и образ жизни беременной женщины», «Уход за младенцем»

**Примерные темы рефератов (докладов), индивидуальных проектов**

• Эволюция среды обитания, переход к техносфере.

• Взаимодействие человека и среды обитания.

• Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.

• Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.

• Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.

• Факторы, способствующие укреплению здоровья.

• Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.  
• Роль физической культуры в сохранении здоровья.

• Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.

• Алкоголь и его влияние на здоровье человека.

• Табакокурение и его влияние на здоровье.

• Наркотики и их пагубное воздействие на организм.

• Компьютерные игры и их влияние на организм человека.

• Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.

• Характеристика ЧС природного характера, наиболее вероятных для

данной местности и района проживания.

• Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для

данной местности и района проживания.

• Терроризм как основная социальная опасность современности.

• Космические опасности: мифы и реальность.

• Современные средства поражения и их поражающие факторы.

• Оповещение и информирование населения об опасности.

• Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.

• Правовые и организационные основы обеспечения безопасности

жизнедеятельности.  
• МЧС России – федеральный орган управления в области защиты

населения от чрезвычайных ситуаций.

• Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода

войск.

• Основные виды вооружения и военной техники в российской

Федерации.

• Военная служба как особый вид федеральной государственной

службы.

• Организация и порядок призыва граждан на военную службу в

Российской Федерации.

• Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.

• Символы воинской чести.

• Патриотизм и верность воинскому долгу

•Дни воинской славы России.

•Города-герои в Российской Федерации.

• Города воинской славы в Российской Федерации.

• Профилактика инфекционных заболеваний

• Первая помощь при острой сердечной недостаточности.

• СПИД – чума 21 века.

• Оказание первой помощи при бытовых травмах.

• Духовность и здоровье семьи.

• Здоровье родителей – здоровье ребенка.

• Формирование здорового образа жизни с пеленок.

• Как стать долгожителем.

• Рождение ребенка – высшее чудо на Земле.

• Политика государства по поддержке семьи.

**ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальная учебная нагрузка обучающегося составляет 105 часов,

в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 70 часов;

внеаудиторной самостоятельной работы обучающегося - 35 часов.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *Содержание обучения* | *Количество часов* | | |
| *Максимальная нагрузка студента* | *Аудиторная нагрузка* | *Самостояте-*  *льная работа студента* |
| **Введение** | **2** | **2** |  |
| **Раздел 1.Обеспечение личной безопасности и сохранение**  **здоровья** | **26** | **16** | **10** |
| 1.1 Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни | 4 | 2 | 2 |
| 1.2 Здоровье и здоровый образ жизни | 4 | 2 | 2 |
| 1.3. Правила личной гигиены и здоровье человека | 4 | 2 | 2 |
| 1.4 Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек | 4 | 2 | 2 |
| 1.5 Основные нормативные правовые акты, определяющие правила и безопасность дорожного движения. | 4 | 2 | 2 |
| 1.6 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества | 2 | 2 |  |
| 1.7 Правовые основы взаимоотношения полов | 2 | 2 |  |
| 1.8 Опасности современных молодежных хобби. | 2 | 2 |  |
| **Раздел 2. Государственная система обеспечения населения** | **26** | **16** | **10** |
| 2.1 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. | 4 | 2 | 2 |
| 2.2 Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени | 4 | 2 | 2 |
| 2.3 Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны | 2 | 2 |  |
| 2.4 Современные средства поражения и их поражающие факторы | 4 | 2 | 2 |
| 2.5 Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени | 4 | 2 | 2 |
| 2.6 Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций | 2 | 2 |  |
| 2.7 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, и при захвате в заложники | 2 | 2 |  |
| 2.8 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан | 4 | 2 | 2 |
| **Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность** | **24** | **18** | **6** |
| 3.1 История создания Вооруженных Сил Российской Федерации | 4 | 2 | 2 |
| 3.2 Организационная структура Вооруженных сил Российской Федерации | 2 | 2 |  |
| 3.3 Основные понятия о воинской обязанности и организация воинского учета | 2 | 2 |  |
| 3.4 Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе | 2 | 2 |  |
| 3.5 Призыв на военную службу и прохождение военной службы по контракту | 2 | 2 |  |
| 3.6 Альтернативная гражданская служба и права и обязанности военнослужащих | 2 | 2 |  |
| 3.7 Воинская дисциплина и ответственность | 2 | 2 |  |
| 3.8 Боевые традиции Вооруженных сил Российской Федерации | 4 | 2 | 2 |
| 3.9 Элементы начальной военной подготовки | 4 | 2 | 2 |
| **Раздел 4 Основы медицинских знаний** | **27** | **18** | **9** |
| 4.1 Понятие и виды травм. Правила первой помощи при ранениях | 5 | 2 | 3 |
| 4.2 Первая помощь при синдроме длительного сдавливания | 2 | 2 |  |
| 4.3 Первая помощь при кровотечениях | 2 | 2 |  |
| 4.4 Первая помощь при воздействии низких температур и ожогах | 4 | 2 | 2 |
| 4.5 Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути и отсутствии сознания | 2 | 2 |  |
| 4.6 Первая помощь при отравлениях | 2 | 2 |  |
| 4.7 Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика | 2 | 2 |  |
| 4.8 Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка | 4 | 2 | 2 |
| 4.9 Основы ухода за младенцем | 4 | 2 | 2 |
| ***Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета*** | | | |
| Всего | **105** | **70** | **35** |

**Внеаудиторная самостоятельная работа студента включает:**

- подготовка рефератов;

- подготовка презентаций;

- подготовка сообщений;

- составление режима дня;

- составление алгоритмов действий;

- подготовка памяток.

**ХАРАКТЕРИСТИКА ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ**

|  |  |
| --- | --- |
| **Содержание**  **обучения** | **Характеристика основных видов**  **учебной деятельности обучающегося** |
| **Введение** | - Различать основные понятия и теоретические положения основ безопасности жизнедеятельности, применять знания дисциплины для обеспечения своей безопасности; |
| **1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения** | - Определять основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни;  усвоить факторы, влияющие на здоровье, выявить факторы, разрушающие здоровье, планировать режим дня, выявить условия обеспечения рационального питания, объяснять случаи из собственной жизни и свои наблюдения по планированию режима труда и отдыха;  определять основные формы закаливания, их влияние на здоровье человека, обосновывать последствия влияния алкоголя на здоровье человека и социальные последствия употребления алкоголя;  моделировать ситуации по организации безопасности дорожного движения;   * - характеризовать факторы, влияющие на репродуктивное здоровье человека; |
| **2. Государственная система обеспечения безопасности населения** | - Усвоить общие понятия чрезвычайных ситуаций, классифицировать чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера по основным признакам, характеризовать особенности ЧС различного происхождения;  - осваивать модели поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоёмах, характеризовать основные функции системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснять основные правила эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценивать правильность выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрывать возможности современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени, характеризовать правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника;  - характеризовать предназначение и основные функции полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности. |
| **3. Основы обороны государства и воинская обязанность** | - Различать основные понятия военной и национальной безопасности, освоить функции и основные задачи современных Вооруженных Сил Российской Федерации, характеризовать основные этапы создания Вооруженных Сил России;  - анализировать основные этапы проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определять организационную структуру, виды и рода Вооруженных Сил Российской Федерации; формулировать общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих;  -характеризовать распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части, сопоставлять порядок и условия прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализировать условия прохождения альтернативной гражданской службы;  - анализировать качества личности военнослужащего как защитника Отечества:  -характеризовать понятия «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоить основы строевой подготовки;  - формулировать боевые традиции Вооруженных Сил России, объяснять основные понятия о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести. |
| **4. Основы медицинских знаний** | - Освоить основные понятия о состояниях, при которых оказывается первая помощь, моделировать ситуации по оказанию первой помощи при несчастных случаях;  - характеризовать основные признаки жизни |

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ\***

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета. Помещение кабинета должно удовлетворять требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2 № 178-02).

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение:

1. Мебель и стационарное учебное оборудование:

- стол и стул для преподавателя;

- столы и стулья по количеству обучающихся;

- доска аудиторная;

- экран;

2. Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;

- мультимедийный проектор;

3. Наглядные пособия:

- Таблицы, схемы

4. Учебно-методические пособия, комплекты:

- примерная программа по основам безопасности жизнедеятельности

- учебно-методический комплект по итоговой промежуточной аттестации

В процессе освоения программы учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности студенты имеют возможность доступа к электронным учебным материалам, имеющимся в свободном доступе в системе Интернет (электронная библиотека, тесты, рекомендации на внутреннем образовательном портале).

\*В соответствии с Федеральным законом №273-ФЗ «Об образовании в РФ» (ст. 79), обязательным условием организации образовательной деятельности при наличии студентов с ограниченными возможностями здоровья (слабослышащие) является использование специальных методов:

* при теоретическом обучении (мультимедийные презентации, опорные конспекты);
* при практическом обучении (наличие учебных пособий и дидактических материалов, позволяющих визуализировать задания, рекомендации преподавателя по их выполнению и критерии оценки).

**ЛИТЕРАТУРА**

***Для студентов***

1. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности [Текст]: учебник для нач. и сред. проф. образования/ Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. – Москва: Академия, 2014. – 336с.
2. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс [Текст]: учебник для общеобразоват. учреждений: базовый и профильн. уровни/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. – Москва: Просвещение, 2014. -351с.
3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс [Текст]: учебник для общеобразоват. учреждений: базовый и профильн. уровни/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. – Москва: Просвещение, 2014. -320с.

***Для преподавателей***

1. Конституция Российской Федерации [Электронный ресурс]: Принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 года; С учётом поправок, внесённых законами РФ о поправках к Конституции РФ. Доступ из справоч.- правой системы «Консультант Плюс».
2. Об образовании в Российской Федерации [Электронный ресурс]: федер. закон № 273-ФЗ: принят Гос. Думой РФ 21.12.2012г., вступил в силу с 1.09.2013г.(в ред. от 03.07.2016, с изм. от 19.12.2016). Доступ из справоч.- правой системы «Консультант Плюс».
3. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего (полного) общего образования [Электронный ресурс]: утверждённый приказом Минобрнауки России от 17 мая 2012г. № 413.; зарегистрировано в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480. Доступ из справоч.- правой системы «Консультант Плюс».
4. О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» [Электронный ресурс]: приказ Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. № 413. Доступ из справоч.- правой системы «Консультант Плюс».
5. Об уточнении Рекомендаций по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259) и Примерных программ общеобразовательных учебных дисциплин для профессиональных образовательных организаций (2015 г.) [Электронный ресурс]: Одобрено Научно-методическим советом Центра профессионального образования и систем квалификаций ФГАУ «ФИРО» Протокол № 3 от 17 мая 2017 года. URL: http://www.firo.ru/
6. Гражданский кодекс Российской Федерации [Текст]: части первая, вторая, третья, четвёртая (по состоянию на 2 апреля 2014 г.). – Москва: Кодекс,2014. – 640с.
7. Семейный кодекс Российской Федерации [Электронный ресурс]: по состоянию на 25 сентября 2012 г. – Москва: Кодекс,2014.- 64 с.
8. Уголовный кодекс Российской Федерации [Электронный ресурс]: по состоянию на 05.04.2013. Доступ из справоч.- правой системы «Консультант Плюс».
9. О воинской обязанности и военной службе [Текст]: федер. закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ (с изменениями от 21.03.2013). – Новосибирск: Норматика, 2013. – 64с.
10. О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера [Электронный ресурс]: Федер. закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ (в ред. от 11.02.2013). Доступ из справоч.- правой системы «Консультант Плюс».
11. О промышленной безопасности опасных производственных объектов [Электронный ресурс]: федер. закон от 21.07. 1997 № 116-ФЗ (в ред. от 04.03.2013. Доступ из справоч.- правой системы «Консультант Плюс».

***Интернет-ресурсы***

1. Министерство чрезвычайных ситуаций Российской Федерации. [URL: www.mshs.gov.ru](http://URL:%20www.mshs.gov.ru). (дата обращения: 27.05.2017).
2. Министерство внутренних дел Российской Федерации. [URL: www.mvd.ru](http://URL:%20www.mvd.ru). ( дата обращения 20.05.17).
3. Министерство обороны Российской Федерации. [URL: www.mil.ru](http://URL:%20www.mil.ru). (дата обращения: 27.05.2017).
4. Федеральная служба безопасности Российской Федерации. [URL: www.fsb.ru](http://URL:%20www.fsb.ru). (дата обращения: 27.05.2017).
5. Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов. [URL: www.fglobalteka.ru](http://URL:%20www.fglobalteka.ru). (дата обращения: 27.05.2017).
6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам. [URL: www.еdu.ru](http://URL:%20www.еdu.ru). (дата обращения: 27.05.2017).