

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ  
«АРМАВИРСКИЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
**ОУД.12 Основы безопасности жизнедеятельности**  
для профессии СПО 46.01.03 Делопроизводитель

Армавир, 2022

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	<b>ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД.12 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>	<b>4</b>
2.	<b>СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>7</b>
3.	<b>ВИДЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ</b>	<b>16</b>
4.	<b>УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>20</b>
5.	<b>КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>21</b>

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД. 12 Основы безопасности жизнедеятельности

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является обязательной частью общеобразовательного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессии 46.01.03 Делопроизводитель.

## 1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины:

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих компетенций в соответствии с ФГОС по профессии 46.01.03 Делопроизводитель:

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

**ОК 2.** Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.

**ОК 3.** Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.

**ОК 4.** Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.

**ОК 5.** Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

**ОК 6.** Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.

**ОК 7.** Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются личностные, метапредметные и предметные результаты в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования: личностные (ЛР), метапредметные (МР), предметные результаты для базового уровня (ПРБ).

Коды результатов	Планируемые результаты освоения дисциплины включают
ЛР 01	российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн)
ЛР 03	Готовность к служению Отечеству, его защите
ЛР 11	Принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков
ЛР 12	Бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь
ЛР 13	Осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем
ЛР 14	Сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной

	деятельности
MP 01	Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях
MP 02	Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты
MP 03	Владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания
MP 04	Готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников
MP 05	Умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности
MP 06	Умение определять назначение и функции различных социальных институтов
MP 07	Умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей
ПР6 01	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
ПР6 02	Знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз
ПР6 03	Сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения
ПР6 04	Сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности
ПР6 05	Знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера
ПР6 06	Знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.)
ПР6 07	Знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций
ПР6 08	Умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций

	по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники
ПРБ 09	Умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях
ПРБ 10	Знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка
ПРБ 11	Знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе
ПРБ 12	Владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем в часах
Максимальная учебная нагрузка (всего)	108
Объем образовательной программы учебной дисциплины (всего)	72
Основное содержание	48
в т. ч.:	
теоретическое обучение	36
практические занятия	9
контрольные работы	4
<b>В форме практической подготовки</b>	<b>24</b>
в т. ч.:	
теоретическое обучение	0
практические занятия	23
контрольные работы	1
Самостоятельная работа обучающегося	36
Промежуточная аттестация - дифференцированный зачет	1

**2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОУД. 12 Основы безопасности жизнедеятельности**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Коды общих компетенций и личностных метапредметных, предметных результатов, формирующую способность элементов программ (указанных в разделе 1.2)
<p align="center"><b>Раздел 1.</b> <b>Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья</b></p>		<b>25</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>3</b>	
<p align="center"><b>Тема 1.1.</b> <b>Здоровье и здоровый образ жизни</b></p>	<p>1. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.</p> <p>2. Правила личной гигиены и здоровье человека. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Режим труда и отдыха.</p> <p>3. Рациональное питание и его значение для здоровья. Закаливание и его влияние на здоровье</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p>ПРБ 01, ПРБ 04, ПРБ 05, ПРБ 06, ПРБ 07, ПРБ 09, ЛР 1, ЛР 12, ЛР 14, МР 01, МР 02, МР 04, МР 03, МР 05 ОК 03, ОК 04, ОК 06</p>
	<b>Тематика практических занятий в форме практической подготовки</b>	<b>6</b>	
	<p>1. Составление научно обоснованного пищевого рациона для делопроизводителя.</p> <p>2. Рациональное питание и его значение для здоровья делопроизводителя.</p> <p>3. Значение здоровья при допуске к профессиональным работам. Медицинский осмотр. Особенности и профилактика профессиональных заболеваний.</p> <p>4. Риск профессиональных заболеваний и способы их профилактики.</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	

	5. Забота о жизни и здоровье делопроизводителя. Региональные условия для занятия спортом и оздоровления граждан. 6. Влияние вредных привычек на профессиональное долголетие делопроизводителя	1 1	
<b>Тема 1.2.</b> <b>Психологическое здоровье</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	1	ПР6 06, ПР6 08, ЛР 11, ЛР 12, МР 02 ОК 03, ОК 04, ОК 06
	1. Угроза снижения психологического здоровья населения, роста психических расстройств и заболеваний. Рост преступлений на основе психических отклонений, в том числе в молодежной среде. Личная гигиена и ее значение для психологического здоровья человека.	1	
	<b>Тематика практических занятий в форме практической подготовки</b>	3	
	7. Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции в профессиональной деятельности делопроизводителя.	1	
	8. Синдром профессионального выгорания и способы его устранения. 9. Влияние двигательной активности на эмоциональное состояние делопроизводителя	1 1	
	<b>Контрольная работа № 1 по теме 1.2. Психологическое здоровье.</b>	1	
<b>Тема 1.3.</b> <b>Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	1. Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Пассивное курение и его влияние на здоровье. 2. Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Профилактика наркомании.	1 1	ПР6 01, ПР6 05, ПР6 08 ЛР 14, МР 04 ОК 03, ОК 06
	<b>Содержание учебного материала</b>	1	ПР6 01, ПР6 05, ПР6 08 ЛР 14, МР 04 ОК 03
<b>Тема 1.4.</b> <b>Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.</b>	1. Репродуктивное здоровье мужчин и женщин и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.	1	
	<b>Содержание учебного материала</b>	3	
<b>Тема 1.5.</b>			



Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов	1. Окружающая среда: природная, техногенная, социальная, производственная. Виды негативных факторов по происхождению: природные, биологические, экологические, техногенные, социальные и антропогенные. 2. Воздействие негативных факторов на человека и среду обитания. Биологические опасности. 3. Техногенные аварии. Социальные и антропогенные факторы техногенных аварий. Глобальная инфантилизация, низкий профессионализм персонала как фактор ЧС разного происхождения	1 1 1	ПР6 01, ПР6 05, ПР6 08 ЛР 14, МР 04 ОК 03, ОК 06
	<b>Тематика практических занятий</b>		
	Практическое занятие №1. Отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.	1	
	Практическое занятие №2. Отработка навыков самообороны при нападении в подъезде, в лифте, в замкнутом пространстве, на улице	1	
	<b>Тематика практических занятий в форме практической подготовки</b>	1	
10. Изучение комплекса опасностей на рабочем месте делопроизводителя	1		
Тема 1.6. Правила и безопасность дорожного движения. Безопасное пользование всеми средствами передвижения	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1. Правила содержания и эксплуатации техники. Техника безопасности. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешехода, велосипедиста, пассажира и водителя транспортного средства при организации дорожного движения.	1	ПР6 05, ПР6 07, ПР6 09 ЛР 14, МР 01, МР 03, ОК 03, ОК 04, ОК 06
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	<b>Контрольная работа № 2 по разделу 1 «Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья»</b>		
		1	
Тема 2.1. Изучение и отработка моделей поведения при ЧС	<b>Содержание учебного материала</b>		
	1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайной ситуации. Отработка поведения при ЧС. 2. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии: ЧС или катастрофа.	17  2 1  1	ПР6 02, ПР6 05, ПР6 07, ПР6 08, ПР6 09, ЛР 11, МР 02, МР 03, МР 05 ОК 03, ОК 04, ОК 06

	<b>Тематика практических занятий в форме практической подготовки</b>	<b>1</b>	
	<b>11.</b> Изучение и отработка моделей поведения при ЧС на учебном полигоне, производственном участке проведения профессиональных работ	<b>1</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	ПР6 02, ПР6 05, ПР6 07, ПР6 08, ПР6 09
<b>Тема 2.2.</b> <b>Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</b>	1. История создания единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС: ее предназначение, структура, задачи. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	<b>1</b>	ЛР 11,
	2. Структура и органы управления гражданской обороны. Изучение первичных средств пожаротушения.	<b>1</b>	МР 02, МР 03, МР 05
	<b>Тематика практических занятий</b>	<b>1</b>	ОК 03, ОК 04, ОК 06
	<b>Практическое занятие № 3.</b> Отработка навыков оказания помощи пострадавшим при асфиксии, ожогах. Отработка порядка и правил действий при пожаре с использованием первичных средств пожаротушения	<b>1</b>	
	<b>Тематика практических занятий в форме практической подготовки</b>	<b>1</b>	
	<b>12.</b> Отработка порядка и правил действий при пожаре с использованием первичных средств пожаротушения в условиях профессиональной деятельности делопроизводителя	<b>1</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>3</b>	ПР6 02, ПР6 05, ПР6 07, ПР6 08, ПР6 09
<b>Тема 2.3.</b> <b>Современные средства поражения и их поражающие факторы</b>	1. Классификация средств поражения. Химическое, ядерное, бактериологическое оружие.	<b>1</b>	ЛР 11,
	2. Средства коллективной и индивидуальной защиты: порядок и правила их использования.	<b>1</b>	МР 02, МР 03, МР 05
	3. Виды защитных сооружений. Эвакуация населения.	<b>1</b>	ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07
	<b>Тематика практических занятий</b>	<b>1</b>	
	<b>Практическое занятие № 4.</b> Отработка навыков пользования СИЗ: противогаз (важно-марлевая повязка, респиратор). Сдача нормативов по надеванию противогаза, общего защитного костюма.	<b>1</b>	
	<b>Тематика практических занятий в форме практической подготовки</b>	<b>1</b>	
	<b>13.</b> Умение определять количество необходимого оборудования для защиты коллектива от поражающих факторов.	<b>1</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	ПР6 02, ПР6 07, ПР6 08, ПР6 09
<b>Тема 2.4.</b> <b>Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта</b>	1. Понятие о терроре, террористическом акте. Опасности террористического акта. Психология террористов. Модели поведения при стрельбе, при захвате в качестве заложника.	<b>1</b>	ЛР 11, МР 02, МР 03, МР 05

<p><b>Тема 2.5.</b> <b>Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан</b></p>	<p><b>Тематика практических занятий</b> <b>Практическое занятие № 5.</b> Отработка навыков поведения при стрельбе, при захвате в качестве заложника <b>Содержание учебного материала</b> 1. Структура и порядок работы МЧС, МВД, Росгвардии, службы скорой медицинской помощи, службы медицины катастроф. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор). Правовые основы взаимодействия граждан с органами защиты населения <b>Тематика практических занятий в форме практической подготовки</b> 14. Ознакомление с работой службы по охране здоровья и безопасности граждан (экскурсия) <b>Контрольная работа № 3 по разделу «Государственная система обеспечения безопасности населения»</b></p>	<p><b>1</b> <b>1</b> <b>1</b> <b>1</b> <b>1</b> <b>1</b> <b>1</b></p>	<p>05 ОК 03, ОК 06, ОК 07 ПР6 02, ПР6 05, ПР6 07, ПР6 08, ПР6 09 ЛР 11, МР 02, МР 03, МР 05 ОК 03, ОК 06, ОК 07</p>
<p><b>Раздел 3.</b> <b>Основы обороны государства и воинская обязанность</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> 1. Организация вооруженных сил Московского государства. Военные реформы: Ивана Грозного; Петра; Реформа 19 века. Советские вооруженные силы их структура и предназначение. 2. Современная военная реформа. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации: виды ВС РФ (сухопутные войска, воздушно-космические силы, военно-морской флот); рода войск (ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска). Их предназначение. Воинские звания. Знаки отличия</p>	<p><b>5</b> <b>2</b> <b>1</b> <b>1</b></p>	<p>ПР6 12, ЛР 12, МР 07, ОК 01, ОК 06</p>
<p><b>Тема 3.1.</b> <b>История создания Вооруженных Сил России</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> 1. Основные понятия воинской обязанности и воинского учета. Постановка граждан на воинский учет. Категории годности. 2. Медицинское освидетельствование граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Альтернативная гражданская служба. Служба по контракту</p>	<p><b>2</b> <b>1</b> <b>1</b> <b>1</b></p>	<p>ПР6 12, ЛР 12, МР 07, ОК 01, ОК 06</p>
<p><b>Тема 3.2.</b> <b>Воинская обязанность и воинский учет</b></p>	<p><b>Тематика практических занятий в форме практической подготовки</b></p>	<p><b>1</b></p>	<p>ПР6 12, ЛР 12, МР 07, ОК 01, ОК 06</p>

	15. Возможности прохождения альтернативной гражданской службы с учетом профессиональной подготовки делопроизводителя	1	
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>		<b>24</b>	
<b>Тема 4.1. Понятие первой помощи</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>1. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации». Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственная вентиляция легких</p> <p><b>Тематика практических занятий</b></p> <p><b>Практическое занятие № 6.</b> Оказание первой помощи при остановке сердца, отработка алгоритмов проведения искусственной вентиляции легких и закрытого массажа сердца.</p>	1 1 1 1	IP6 12, JP 12, MP 07, OK 01, OK 06
<b>Тема 4.2. Понятие травм и их виды</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>1. Оказание помощи при ранениях. Типы повязок и способы их наложения. Наложение шин. Первая помощь при проникающих ранениях грудной клетки, брюшной полости, черепа.</p> <p>2. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Помощь при электротравмах и ударах молнией.</p> <p><b>Тематика практических занятий в форме практической подготовки</b></p> <p>16. Отработка алгоритма первой помощи в условиях профессиональной деятельности делопроизводителя.</p> <p>17. Возможные травмы от производственного оборудования на рабочем месте делопроизводителя.</p> <p>18. Оказание первой помощи при электротравмах на рабочем месте делопроизводителя.</p> <p>19. Первая помощь при переломах, травматизме в условиях профессиональной деятельности делопроизводителя</p> <p><b>Контрольная работа №4 по теме «Понятие травм и их виды в условиях профессиональной деятельности делопроизводителя»</b></p>	2 1 1 4 1 1 1 1	IP6 12, JP 12, MP 07, OK 01, OK 06
<b>Тема 4.3. Понятие и виды кровотечений</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>1. Правила оказания помощи при кровотечениях. Алгоритм оказания первой помощи при кровотечениях. Наложение повязок, жгута, закрутки. Личная</p>	1 1	IP6 12, JP 12, MP 07,

	безопасность при оказании помощи. Оказание помощи при венозном, капиллярном, артериальном, смешанном и внутреннем кровотечении.		ОК 01, ОК 06
	<b>Тематика практических занятий в форме практической подготовки</b>	<b>3</b>	
	20. Оценка риска получения кровотечения на рабочем месте делопроизводителя.	1	
	21. Отработка умений наложения жгута и закрутки в условиях офиса.	1	
	22. Решение ситуационных задач с учетом специфики получаемой профессии	1	
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
<b>Тема 4.4.</b> <b>Первая помощь при ожогах, при воздействии низких температур</b>	1. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах, при химических ожогах.	1	ПР6 12, ЛР 12, МР 07, ОК 01, ОК 06
	2. Основные признаки теплового удара. Основные степени отморожений. Порядок оказания помощи.	1	
	<b>Тематика практических занятий в форме практической подготовки</b>	<b>1</b>	
	23. Отработка навыков оказания помощи при ожогах в условиях профессиональной деятельности делопроизводителя.	1	
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	
<b>Тема 4.5.</b> <b>Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути</b>	1. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Оказание помощи при удушье детей.	1	ПР6 12, ЛР 12, МР 07, ОК 01, ОК 06
	<b>Тематика практических занятий</b>	<b>1</b>	
	<b>Практическое занятие №7.</b> Отработка мероприятий по оказанию помощи при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.	1	
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
<b>Тема 4.6.</b> <b>Первая помощь при инсульте, инфаркте, эпилепсии</b>	1. Первая помощь при отсутствии сознания. Алгоритм оказания помощи при инсульте. Диагностика инсульта. Виды инсультов. Помощь при предынфарктном состоянии, алгоритм помощи пострадавшему.	1	ПР6 12, ЛР 12, МР 07, ОК 01, ОК 06
	2. Виды эпилепсии, оказание помощи при эпилептическом припадке	1	
	<b>Тематика практических занятий</b>	<b>1</b>	
	<b>Практическое занятие №8.</b> Отработка алгоритма помощи при отсутствии сознания	1	
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	
<b>Тема 4.7.</b> <b>Первая помощь на воде. Помощь при утоплении</b>	1. Помощь пострадавшему на воде, правила транспортировки пострадавшего. Оказание помощи при утоплении	1	ПР6 12, ЛР 12, МР 07, ОК 01, ОК 06
	<b>Тематика практических занятий</b>	<b>1</b>	
	<b>Практическое занятие №9.</b> Отработка правил транспортировки пострадавшего.	1	
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>1</b>	
<b>Тема 4.8.</b>			

Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика	1. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний.		ЛР 12, МР 07, ОК 01, ОК 06
		1	
<b>Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)</b>		<b>1</b>	ПР6 01-12, ЛР 01, 03, 11, 12, 13, 14 МР 01-07, ОК 1-7
<b>Всего:</b>		<b>72</b>	

### 3. ВИДЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Наименование разделов и тем	Виды самостоятельной работы	Кол – во часов
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья</b>		<b>12</b>
Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни	№ 1. Устный доклад на тему: «ЗОЖ и режим дня студента» № 2. Выписать понятия из учебника Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности стр. 32-35. № 3. Ответить на вопросы самоконтроля стр. 38 учебника Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности № 4. Подготовка устного сообщения на тему: «Правила здорового питания»	4
Тема 1.2 Психологическое здоровье	№ 5. Устное сообщение на тему «Укрепление психологического здоровья»	1
Тема 1.3. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.	№ 6. Подготовка доклада на тему «Социальная опасность наркомании» № 7. Работа с понятиями стр. 99-102 учебника Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности	2
Тема 1.4. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	№ 8. Подготовка устного сообщения на тему «Социальная роль женщины в современном обществе».	1
Тема 1.5. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов	№ 9. Подготовка сообщения на тему «Экология жилища» № 10. Подготовка устного доклада на тему: «Оптимальная организация рабочего места портного»	2
Тема 1.6. Правила и безопасность дорожного движения. Безопасное пользование всеми средствами передвижения	№ 11. Подготовка презентации на тему: «Участники дорожного движения» № 12. Ознакомление с ПДД для пешеходов.	2
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>		<b>12</b>
Тема 2.1. Изучение и отработка моделей поведения при ЧС	№ 13. Подготовка устного сообщения на тему: «Наводнение в Крымске» № 14. Подготовка сообщений по теме «Техногенные ЧС» № 15. Составить основную схему действий при возникновении ЧС	4

	№ 16. Подготовка доклада на тему: «Космические опасности: мифы и реальность»	
Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	№ 17. Подготовка устного сообщения по теме «Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств РФ по защите населения и территорий от ЧС» № 18. Подготовка сообщения на тему «История создания системы защиты РФ»	2
Тема 2.3. Современные средства поражения и их поражающие факторы	№ 19. Подготовка реферата на тему «Химическое оружие» № 20. Составление алгоритма пользования огнетушителем. № 21. Работа с дополнительной литературой. Подготовка сообщений о современных средствах массового поражения.	3
Тема 2.4. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта	№ 22. Подготовка устного сообщения на тему: «Терроризм как основная социальная опасность современности» № 23. Составление памятки при угрозе террористического акта	2
Тема 2.5. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	№ 24. Подготовка презентации «История пожарной охраны России»	1
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>		<b>3</b>
Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России	№ 25. Подготовка устного доклада на тему: «Военная реформа Петра I». № 26. Подготовка устного сообщения на тему: «Дни воинской славы России»	2
Тема 3.2. Воинская обязанность и воинский учет	№ 27. Подготовка письменного доклада на тему: «Символы воинской чести»	1
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>		<b>9</b>
Тема 4.1. Понятие первой помощи	№ 28. Устное сообщение на тему: «Цель и порядок внешнего осмотра пострадавшего». № 29. Ответить на вопросы самоконтроля стр. 277 учебника Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности	2
Тема 4.2. Понятие травм и их виды	№ 30. Доклад на тему: «Оказание первой помощи при травмах в быту».	1
Тема 4.3. Понятие и виды кровотечений	№ 31. Работа с дополнительной литературой Подготовка сообщений о видах повязок.	1
Тема 4.4. Первая помощь при ожогах, при воздействии низких температур	№ 32. Подготовка письменных сообщений на тему: «Как не допустить ожогов в быту».	1
Тема 4.5. Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути	№ 33. Подготовка презентации «Попадание инородного тела в верхние дыхательные пути»	1
Тема 4.6. Первая помощь	№ 34. Подготовка устного сообщения «Инфаркт и	1



при инсульте, инфаркте, эпилепсии	инсульт: симптомы и доврачебная помощь»	
Тема 4.7. Первая помощь на воде. Помощь при утоплении	№ 35. Подготовка доклада «Правила безопасного поведения на воде»	1
Тема 4.8. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика	№ 36. Подготовка сообщения на тему «ЗППП и их профилактика»	1
<b>ИТОГО</b>		<b>36</b>

#### 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрено следующее помещение:

Кабинет «Основы безопасности жизнедеятельности и охраны труда»,

- **оснащенный оборудованием:**
- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий;
- комплект электронных видеоматериалов;
- задания для контрольных работ;
- профессионально ориентированные задания;
- материалы дифференцированного зачета
- тренажер СЛР «Максим-III».

**техническими средствами обучения:**

- учебно-методический комплекс (УМК) преподавателя;
- информационно-коммуникативные средства;
- экранно-звуковые пособия;
- комплект технической документации, в том числе паспорта на средства обучения, инструкции по их использованию и технике безопасности;

Залы:

- Библиотека, читальный зал с выходом в сеть Интернет.

#### 4.2. Информационное обеспечение реализации программы

##### 4.2.1. Основные печатные издания

1. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред.проф. образования. — М., 2020.- Текст: непосредственный.

##### 4.2.2. Дополнительные источники

1. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для сред.проф. образования. — М., 2019. — Текст: непосредственный.

## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Предметные результаты обучения</i>	<i>Методы оценки</i>
ПР6 01 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	- Оценка устных ответов, - Оценка результатов самостоятельной работы; - Тестирование
ПР6 02 Знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз	- Экспертное наблюдение
ПР6 03 Сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения	выполнения практических работ - Оценка результатов выполнения
ПР6 04 Сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности	практических работ - Оценка решения
ПР6 05 Знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера	ситуационных задач (в том числе профессионально ориентированных);
ПР6 06 Знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.)	- Оценка контрольных работ;
ПР6 07. Знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций	- Дифференцированный зачет.
ПР6 08 Умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники	
ПР6 09 Умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях	
ПР6 10 Знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка	
ПР6 11 Знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе	
ПР6 12 Владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике	

Формы текущего контроля и промежуточной аттестации для обучающихся инвалидов и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья устанавливаются с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). При необходимости предусмотрено увеличение времени на подготовку, а также предоставление дополнительного времени для подготовки ответа.