

Министерство строительства Тверской области  
Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения  
**Тверской технологический колледж**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОУДб.13 Основы безопасности жизнедеятельности**

по специальности среднего профессионального образования  
**07.02.01 Архитектура**

Тверь, 2020 год

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 1.1. Область применения рабочей программы

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является обязательной частью общеобразовательного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 07.02.01 Архитектура. Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОУДб.13) обеспечивает формирование общих компетенций по специальности 07.02.01 Архитектура.

Программа учебной дисциплины может быть использована другими образовательными учреждениями профессионального и дополнительного образования, реализующими образовательную программу среднего общего образования.

## 1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина Основы безопасности жизнедеятельности является дисциплиной общеобразовательного цикла, устанавливающей базовые знания для получения общих знаний и умений.

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

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

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

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

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- средства индивидуальной и коллективной защиты и правила их применения;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;

- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- правила оказания первой медицинской помощи.

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

максимальной учебной нагрузки обучающегося 108 часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 78 часов;  
самостоятельной работы обучающегося 30 часов.

## 2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>108</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>78</b>
в том числе:	
теоретические занятия	48
лабораторные работы	-
практические занятия	28
контрольные работы	2
курсовая работа (проект)	
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>30</b>
В том числе:	
Внеаудиторная самостоятельная работа:	
<i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объём часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Государственная система обеспечения безопасности населения.</b>		<b>8</b>	
<b>Тема 1.1. Общая характеристика опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	1 Характеристика чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера – определение, классификация, виды, причины, примеры, последствия, правила безопасного поведения и мероприятия по защите от чрезвычайных ситуаций.	2	2
	<b>Практическая работа № 1:</b> Природные чрезвычайные ситуации – определения, виды, причины, поражающие факторы, последствия, мероприятия по защите, правила безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях природного характера.	2	
	<b>Практическая работа № 2:</b> Техногенные чрезвычайные ситуации – определения, виды, причины, поражающие факторы, последствия, мероприятия по защите, правила безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях техногенного характера.	2	
<b>Практическая работа № 3:</b> Социальные чрезвычайные ситуации – определения, виды, причины, последствия, примеры. Терроризм в современном мире. Правила поведения заложников. Правила поведения на улицах в дневное, вечернее и ночное время. Криминогенная обстановка в городах. Самооборона и границы её применения. Мероприятия по защите и правила безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях социального характера.	2		

		<p><b>Самостоятельная работа обучающихся.</b> Изучение материала предмета по рекомендуемой литературе. Изучение материала предмета по опорным конспектам. Работа с интернет ресурсами.</p> <p><b>Примерная тематика для самостоятельной работы (сообщения, доклады, рефераты, презентации)</b> 1. Классификация и общая характеристика ЧС (реферат). 2. Правила безопасного поведения при угрозе ЧС (доклад).</p>	1	
<p><b>Тема 1.2.</b> <b>Сильнодействующие ядовитые вещества.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p>		2	
	2	<p>Сильнодействующие ядовитые вещества (СДЯВ) – определение, предельно допустимая концентрация, смертельная и среднесмертельная дозы. Аммиак, хлор, оксид серы, синильная кислота, фосген и гидразин – свойства, формулы, смертельная и среднесмертельная дозы, применение, воздействие человека, первая помощь человеку, надышавшемуся СДЯВ.</p>		2
		<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучение материала предмета по рекомендуемой литературе. Изучение материала предмета по опорным конспектам. Работа с интернет ресурсами.</p> <p><b>Примерная тематика для самостоятельной работы (сообщения, доклады, рефераты, презентации)</b> 1. Хлор и его применение в военных действиях (презентация). 2. Применение аммиака (доклад). 3. История получения фосгена (сообщение).</p>	1	
<p><b>Тема 1.3.</b> <b>Основы радиационной безопасности.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p>		2	
	3	<p>История открытия радиоактивности. Ионизирующее излучение, его виды, характеристика. Количественные характеристики радиоактивности – экспозиционная доза, поглощенная доза, эквивалентная доза, период полураспада, мощность дозы – определение, единицы измерения. Источники радиации. Радиационно-опасные объекты. Строительство как источник радиации. Последствия воздействия радиации на организм человека. Наиболее опасные радионуклиды. Радиоактивная безопасность, категории облучения, предельно допустимая доза. Мероприятия, которые следует выполнять при сообщении о выбросе радиации.</p>		2

	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучение материала предмета по рекомендуемой литературе. Изучение материала предмета по опорным конспектам. Работа с интернет ресурсами.</p> <p><b>Примерная тематика для самостоятельной работы (сообщения, доклады, рефераты, презентации)</b> 1. Строительство как источник радиации (реферат). 2. Радиация вокруг нас (презентация). 3. Авария на ЧАЭС (журнал «Geo»).</p>	1	
<p><b>Тема 1.4.</b> <b>Экологическая и производственная безопасность технических систем и технологических процессов.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p>	2	1
	<p>4   Определение опасности, её виды. Безопасность – определение и общая характеристика. Производственная среда и условия труда. Схема: рабочий на предприятии. Производственный травматизм – определение, виды, причины и мероприятия по защите. Производственный несчастный случай, его обстоятельства, порядок расследования, размер вреда, подлежащего компенсации. Инструктаж по технике безопасности. Психология в проблеме безопасности.</p>		
	Контрольная работа по разделу 1.		
<p><b>Раздел 2.</b> <b>Гражданская оборона и основы военной службы.</b></p>		<b>12</b>	
<p><b>Тема 2.1.</b> <b>Гражданская оборона – основные понятия, задачи.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p>	2	2
	<p>1   Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны. Общие принципы организации гражданской обороны. Организация гражданской обороны на промышленных объектах – начальник, заместитель начальника, штаб гражданской обороны, служба оповещения, служба охраны общественного порядка, служба убежищ и укрытий, служба противорадиационной и противохимической защиты, противопожарная служба, аварийно – техническая служба, медицинская служба, транспортная служба, служба материально-технического снабжения, служба энергоснабжения и светомаскировки.</p>		
<p><b>Тема 2.2.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p>		

<b>Оружие массового поражения определение, классификация и поражающие факторы.</b>	Оружие массового поражения определение и применение. Классификация и поражающие факторы. Мероприятия по защите населения от оружия массового поражения.	2	2
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b>  Изучение материала предмета по рекомендуемой литературе.  Изучение материала предмета по опорным конспектам.  Работа с интернет ресурсами.  <b>Примерная тематика для самостоятельной работы (сообщения, доклады, рефераты, презентации)</b>  1. Применение ядерного оружия (реферат).  2. Хиросима и Нагасаки (презентация).  3. Общая характеристика нервнопаралитических газов (реферат).  4. Применение химического оружия во время Второй Мировой Войны (презентация).  5. Сибирская язва (реферат).  6. Применение биологического оружия (презентация).</p>	3	
	<p><b>Практическая работа № 4:</b>  Ядерное оружие – определение и применение. Нейтронное оружие. Мощность ядерного боеприпаса. Классификация ядерных взрывов. Поражающие факторы ядерного взрыва – очаг ядерного взрыва, мощность дозы излучения, ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение местности. Вторичные поражающие факторы ядерного взрыва – взрывы, пожары, СДЯВ, затопления и т.д. Мероприятия по защите населения от последствий применения ядерного оружия. Современное ядерное оружие.</p>	2	
	<p><b>Практическая работа № 5:</b>  Химическое оружие - определение и применение. Поражающие факторы – концентрация вещества, плотность вещества, стойкость и токсичность. Очаг химического поражения. Признаки заражения местности. Группы отравляющих веществ и их характеристика – нервнопаралитические (зарин, зоман), кожно-нарывные (иприт), общеядовитые (фосген, синильная кислота), удушающие (фосген), психо-химические (Би-Зет), раздражающие (хлор, адамсит). Правила поведения населения при использовании химического оружия.</p>	2	



		<b>Практическая работа № 6:</b> Биологическое оружие – определение и применение. Очаг биологического заражения и его характеристика. Карантин, обсервация – определение и назначение. Инкубационный период заболеваний. Пути передачи инфекционных заболеваний. Чума, сибирская язва, холера, малярия, энцефалит, натуральная оспа – определение, инкубационный период, пути передачи, симптомы, профилактика и лечение. Мероприятия по защите населения от биологического оружия.	2	
<b>Тема 2.3.</b> <b>Защитные сооружения гражданской обороны.</b> <b>Оповещение и эвакуация населения.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2
		Способы защиты населения в условиях ЧС – оповещение, укрытие в защитных сооружениях, использование средств индивидуальной защиты, эвакуация. Оповещение – определение и способы. Убежища – определение, классификация, место нахождения, требования при возведении. Медицинские средства индивидуальной защиты – аптечка индивидуальная, индивидуальный противохимический пакет, пакет перевязочный индивидуальный. Средства индивидуальной защиты: защита органов дыхания и кожи. Средства защиты органов дыхания – фильтрующие противогазы, промышленные противогазы, изолирующие противогазы, респираторы, противопульная тканевая маска. Средства защиты кожи - защитный комбинезон и костюм, комплект защитной фильтрующей одежды. Эвакуация – определение, организация и проведение.		
		<b>Практическая работа № 7:</b> Защитные инженерные сооружения Гражданской обороны: убежища, противорадиационные укрытия и простейшие укрытия.	2	
		<b>Практическая работа № 8:</b> Средства индивидуальной защиты населения: средства индивидуальной защиты органов дыхания, средства защиты кожи и медицинские индивидуальные средства защиты.	2	
<b>Тема 2.4.</b> <b>История создания Вооружённых Сил России.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2
	6	Организация вооружённых 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 Вооружённых Сил, их структура и предназначение.		

	Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.		
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучение материала предмета по рекомендуемой литературе. Изучение материала предмета по опорным конспектам. Работа с интернет ресурсами. <b>Примерная тематика для самостоятельной работы (сообщения, доклады, рефераты, презентации)</b> История создания Вооружённых Сил России (презентация).</p>	1	
<b>Тема 2.5. Организационная структура Вооружённых Сил.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	2
	Состав и предназначение Вооруженных Сил РФ. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформа Вооруженных Сил.		
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучение материала предмета по рекомендуемой литературе. Изучение материала предмета по опорным конспектам. Работа с интернет ресурсами. <b>Примерная тематика для самостоятельной работы (сообщения, доклады, рефераты, презентации)</b> 1.Космические войска (презентация). 2.Работа с журналами.</p>	1	
	<b>Практическая работа № 9:</b> Виды Вооруженных Сил РФ: Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура, Военно-Морской Флот, история создания, предназначение, структура, . Воздушно-Космические Силы: история создания, предназначение, структура.	2	
	<b>Практическая работа № 10:</b> Рода войск, являющиеся самостоятельными и отдельными: Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура, Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.	2	
	<b>Практическая работа № 11:</b> Другие войска, не входящие в виды и рода войск: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, Внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской	2	

	Федерации, Войска гражданской обороны МЧС России.		
<b>Тема 2.6. Воинская обязанность граждан Российской Федерации.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	2
	6 Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет - организация воинского учета и его предназначение, обязанности граждан по воинскому учету. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Особенности прохождения военной службы по контракту. Общие права и обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Соблюдение норм международного гуманитарного права.		
	<b>Практическая работа № 12:</b> Альтернативная гражданская служба и её особенности.	2	
	Контрольная работа по разделу 2.		
<b>Раздел 3. Основы здорового образа жизни.</b>		<b>16</b>	
<b>Тема 3.1. Здоровый образ жизни – основные понятия и определения.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	2
	1 Понятие здорового образа жизни. Количество и качество здоровья. Критерии здоровья. Здоровье – физическое, биологическое, психологическое и социальное. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Наркомания как следствие социальных особенностей общества. Наркотики – определение, классификация. Определение принадлежности наркотиков к той или иной группе. Воздействие наркотиков на головной мозг и личность человека. Причины, по которым люди становятся наркоманами. Особенности наркоманов.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучение материала предмета по рекомендуемой литературе. Изучение материала предмета по опорным конспектам. Работа с интернет ресурсами.	1	

	<b>Примерная тематика для самостоятельной работы (сообщения, доклады, рефераты, презентации)</b> 1.Здоровье (презентация). 2.Работа с журналами.		
<b>Тема 3.2. Табакокурение.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> 2   Определение табакокурения. История курения табака. Причины, по которым люди начинают курить. Состав табака – никотин, смолы, тяжёлые металлы, органические вещества и т.д. Влияние табака на здоровье человека. Способы просить курить. Подростки и табакокурение. Законодательный уровень решения проблемы табакокурения.	2	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучение материала предмета по рекомендуемой литературе. Изучение материала предмета по опорным конспектам. Работа с интернет ресурсами. <b>Примерная тематика для самостоятельной работы (сообщения, доклады, рефераты, презентации)</b> 1.Курение табака (презентация). 2. Анкетирование студентов на предмет курения и обобщение полученных данных.	1	
<b>Тема 3.3. Алкоголизм.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b> 3   Алкоголизм как психическое заболевание. История употребления алкогольных напитков. Статистика. Причины, по которым человек начинает употреблять алкогольные напитки. Подростковый пивной алкоголизм. Этапы воздействия алкоголя на организм человека и последствия его воздействия. Особенности женского алкоголизма. Методы лечения алкоголизма, их особенности и характеристика.	2	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучение материала предмета по рекомендуемой литературе. Изучение материала предмета по опорным конспектам. Работа с интернет ресурсами. <b>Примерная тематика для самостоятельной работы (сообщения, доклады, рефераты, презентации)</b> 1.Женский алкоголизм (презентация). 2. Анкетирование студентов на предмет употребления алкоголя и обобщение полученных данных.	1	

<b>Тема 3.4. Наркомания.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2
	4	Наркомания как болезнь. История и статистические данные, касающиеся наркомании. Группы наркотических веществ. Токсикомания. Причины, по которым люди становятся наркозависимыми. Воздействие наркомании на здоровье человека. Методы лечения наркомании и их результативность.		
<b>Тема 3.5. Синдром приобретённого иммунодефицита человека.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2
	5	Синдром приобретённого иммунодефицита человека (СПИД), вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) – определения и различия. История, версии появления и статистика, посвящённая ВИЧ. Пути передачи ВИЧ. Группы риска. Стадии развития ВИЧ, СПИД как завершающая стадия развития заболевания. Диагностика ВИЧ. Методы профилактики ВИЧ-инфекции. ВИЧ – чума 21 века.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучение материала предмета по рекомендуемой литературе. Изучение материала предмета по опорным конспектам. Работа с интернет ресурсами. <b>Примерная тематика для самостоятельной работы (сообщения, доклады, рефераты, презентации)</b> 1. СПИД (презентация). 2. Систематизация информации, полученной из различных буклетов и других источников.		1	
<b>Тема 3.6. Факторы, способствующие укреплению здоровья.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	2
	6	Факторы, способствующие укреплению здоровья – закаливания, умеренные физические нагрузки, правильное питание, соблюдение режима дня, профилактические мероприятия, направленные на укрепление здоровья. Правильная организация досуга и планирование своего свободного времени. Умеренные занятия спортом как основной фактор, способствующий укреплению здоровья.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучение материала предмета по рекомендуемой литературе. Изучение материала предмета по опорным конспектам. Работа с интернет ресурсами. <b>Примерная тематика для самостоятельной работы (сообщения, доклады, рефераты, презентации)</b> 1. Закаливание (презентация).		1	

	2. Спорт – как один из факторов, способствующих формированию здорового образа жизни (реферат).		
<b>Тема 3.7.</b> <b>Питание: рациональное, раздельное, натуропатия, вегетарианство.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	2
	7   Рациональное питание – определение, энергетический баланс, калорийность основных продуктов питания, принципы. Ожирение – определение, причины, последствия, методы борьбы. Дистрофия, анорексия - определение, причины, последствия, методы борьбы. Раздельное питание по Г. Шелтону – принципы, особенности, плюсы и минусы. Натуропатия – как нетрадиционный взгляд на питание, плюсы, минусы, общая характеристика различных систем питания. Вегетарианство – определение, мировая статистика, принципы, плюсы и минусы, знаменитые вегетарианцы.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучение материала предмета по рекомендуемой литературе. Изучение материала предмета по опорным конспектам. Работа с интернет ресурсами. <b>Примерная тематика для самостоятельной работы (сообщения, доклады, рефераты, презентации)</b> 1. Вегетарианство (презентация). 2. Система питания Г. Шаталовой (реферат). Контрольная работа по разделу 3.	1	
<b>Раздел 4.</b> <b>Основы медицинских знаний.</b>		<b>12</b>	
<b>Тема 4.1.</b> <b>Первая медицинская помощь при ожогах, обморожениях, обмороке и утоплении.</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>	2	3
	1   Ожоги – определение, классификация, последствия, осложнения, правила оказания первой медицинской помощи. Обморожения – определение, классификация, последствия, осложнения, правила оказания первой медицинской помощи. Обморок – определение, причины, последствия, правила оказания первой медицинской помощи. Утопление – порядок оказания первой медицинской помощи, искусственное дыхание, непрямой массаж сердца.		

	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучение материала предмета по рекомендуемой литературе. Изучение материала предмета по опорным конспектам. Работа с интернет ресурсами.</p> <p><b>Примерная тематика для самостоятельной работы (сообщения, доклады, рефераты, презентации)</b> 1.Ожоги (презентация). 2. Работа с дополнительной медицинской литературой.</p>	1	
<p><b>Тема 4.2.</b> <b>Инфекционные заболевания и их общая характеристика.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p> <p>2   Определение и возбудители инфекционных заболеваний. Инкубационный период. Пути передачи инфекционных заболеваний. Эпидемия, карантин – определение, особенности. Бешенство, гепатиты, грипп, коклюш, менингит, дифтерия, столбняк, скарлатина, ветрянка и краснуха – определение, возбудитель, поражённый орган, пути передачи, инкубационный период, симптомы, профилактика и лечение.</p>	2	2
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучение материала предмета по рекомендуемой литературе. Изучение материала предмета по опорным конспектам. Работа с интернет ресурсами.</p> <p><b>Примерная тематика для самостоятельной работы (сообщения, доклады, рефераты, презентации)</b> 1.Бешенство (презентация). 2. Гепатиты (доклад).</p>	1	
	<p><b>Практическая работа № 13:</b> Мероприятия по уходу за больными – банки, горчичники, ингаляция, компресс – определения и правила применения. Определение физиологических показателей – артериальное давление, дыхание, частота пульса, температура.</p>	2	
<p><b>Тема 4.3.</b> <b>Сердечно - сосудистые заболевания.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p> <p>3  </p>	2	2
	<p>Определение и примеры сердечно - сосудистых заболеваний, причины их возникновения. Статистика. Проблема холестерина. Инфаркт, гипертония, тромбофлебит, ишемия – определение, причины, симптомы, последствия, правила оказания первой медицинской помощи, профилактика и лечение.</p>		

	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучение материала предмета по рекомендуемой литературе. Изучение материала предмета по опорным конспектам. Работа с интернет ресурсами.</p> <p><b>Примерная тематика для самостоятельной работы (сообщения, доклады, рефераты, презентации)</b> 1. Инфаркт (презентация). 2. Работа с медицинской энциклопедией.</p>	1	
	<p><b>Практическая работа № 14 :</b> Оказание первой медицинской помощи при потере сознания, обмороке.</p>	2	
<p><b>Тема 4.4.</b> <b>Заболевания органов дыхания.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p>	2	2
	<p>4 Отёк лёгких – определение, причины, последствия, правила оказания первой медицинской помощи. Пневмония - определение, причины, последствия, правила оказания первой медицинской помощи. Туберкулёз лёгких – определение, виды, пути передачи, группы риска, последствия, профилактика, первые симптомы, методы диагностики и лечения.</p>		
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучение материала предмета по рекомендуемой литературе. Изучение материала предмета по опорным конспектам. Работа с интернет ресурсами.</p> <p><b>Примерная тематика для самостоятельной работы (сообщения, доклады, рефераты, презентации)</b> 1. Туберкулёз (презентация). 2. Работа с медицинской энциклопедией.</p>	1	
<p><b>Тема 4.5.</b> <b>Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p>	2	3
	<p>5 Травмы – определение и общая характеристика. Травматический шок, растяжения связок, вывихи, ушибы – определения, причины, последствия, правила оказания первой медицинской помощи. Травмы головного мозга первая медицинская помощь при их получении.</p>		
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Изучение материала предмета по рекомендуемой литературе. Изучение материала предмета по опорным конспектам.</p>	1	



	<p>Работа с интернет ресурсами.</p> <p><b>Примерная тематика для самостоятельной работы (сообщения, доклады, рефераты, презентации)</b></p> <p>1.Кровотечения – определение, классификация, симптомы, правила оказания первой медицинской помощи.</p> <p>2. Переломы – определение, классификация, последствия, иммобилизация.</p>		
<p><b>Тема 4.6.</b></p> <p><b>Раны – их классификация, правила оказания первой медицинской помощи.</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p>	2	3
	6 <p>Раны – определение, классификация. Ранения грудной полости. Ранения брюшной полости. Ранения сердца. Ранения черепа. Асептика, антисептика – определения, принципы, виды.</p>		
	<p><b>Практическая работа № 15 :</b></p> <p>Правила наложения повязок при ранениях и травмах.</p>	2	
	<p>Контрольная работа по разделу 4.</p>		
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b></p> <p>Изучение материала предмета по рекомендуемой литературе.</p> <p>Изучение материала предмета по опорным конспектам.</p> <p>Работа с интернет ресурсами.</p> <p><b>Примерная тематика для самостоятельной работы (сообщения, доклады, рефераты, презентации)</b></p> <p>1.Раны (презентация).</p> <p>2. Работа с медицинской энциклопедией.</p>	1	
	<b>Всего:</b>	<b>108</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используют 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)

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Основы безопасности жизнедеятельности»

##### **Оборудование учебного кабинета:**

- посадочные места (30);
- рабочее место преподавателя (1);
- комплект плакатов, книги и учебные пособия;
- набор карточек для проведения контрольных и практических работ;
- комплект учебных фильмов;
- противогазы (2), респираторы (2), ватно-марлевые повязки (10);

##### **Технические средства обучения:**

- компьютеры с лицензионным программным обеспечением (10);
- мультимедиапроектор;
- аудиосистема;
- комплект презентационных слайдов по темам курса дисциплины.

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

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

##### **Электронный образовательный ресурс**

1. Беляков, Г. И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях: учебник для среднего профессионального образования / Г. И. Беляков. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 354 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-03180-5. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/osnovy-obespecheniya-zhiznedeyatelnosti-i-vyzhivanie-v-chrezvychaynyh-situatsiyah-436500](http://www.biblio-online.ru/book/osnovy-obespecheniya-zhiznedeyatelnosti-i-vyzhivanie-v-chrezvychaynyh-situatsiyah-436500)
2. Бондаренко В.А. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: Учебное пособие / Бондаренко В.А., Евтушенко С.И., Лепихова В.А. - М.:ИЦ РИОР, НИЦ ИНФРА-М, 2019. - 150 с.: 60x90 1/16. - (СПО) (Обложка. КБС) ISBN 978-5-369-01794-4 - Текст: электронный. - URL: <http://znanium.com/catalog/product/995045>
3. Каракеян, В. И. Организация безопасности в чрезвычайных ситуациях: учебное пособие для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 120 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09151-9. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/organizaciya-bezopasnosti-v-chrezvychaynyh-situatsiyah-433762](http://www.biblio-online.ru/book/organizaciya-bezopasnosti-v-chrezvychaynyh-situatsiyah-433762)
4. Родионова, О. М. Медико-биологические основы безопасности. Охрана труда : учебник для среднего профессионального образования / О. М. Родионова, Д. А. Семенов. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 441 с. — (Профессиональное образование)

- образование). — ISBN 978-5-534-01569-0. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/mediko-biologicheskie-osnovy-bezопасности-ohrana-truda-437147](http://www.biblio-online.ru/book/mediko-biologicheskie-osnovy-bezопасности-ohrana-truda-437147)
5. Суворова, Г. М. Методика обучения безопасности жизнедеятельности: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. М. Суворова, В. Д. Горичева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 212 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09079-6. — Режим доступа: [www.biblio-online.ru/book/metodika-obucheniya-bezопасности-zhiznedeyatelности-437647](http://www.biblio-online.ru/book/metodika-obucheniya-bezопасности-zhiznedeyatelности-437647)
  6. Халилов А.Н. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Ш.А. Халилов, А.Н. Маликов, В.П. Гневанов ; под ред. Ш.А. Халилова. — Москва: ИД «ФОРУМ»: ИНФРА-М, 2020. — 576 с. — (Высшее образование). — Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/1052416>
  7. Мельников В.П. Безопасность жизнедеятельности: учебник / В.П. Мельников, А.И. Куприянов, А.В. Назаров; под ред. проф. В.П. Мельникова — Москва: КУРС, НИЦ ИНФРА-М, 2017. — 368 с. — (Среднее профессиональное образование). - Текст: электронный. - URL: <http://znanium.com/catalog/product/780649>

#### **Периодические издания:**

1. Безопасность жизнедеятельности;
2. Военный вестник;
3. МЧС России;

#### **Интернет-ресурсы:**

1. Негосударственное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования «Приволжский центр повышения квалификации и аттестации в строительстве и ЖКХ» Электронная библиотека [Электронный ресурс]/ <http://cpkia.ru/wp-content/uploads/2012/06/электрон.библиотек.doc>. - Режим доступа: <http://www.>
2. [http://www.kornienko-ev.ru/BCYD/Pocharnaai\\_bezопасnost/index.html](http://www.kornienko-ev.ru/BCYD/Pocharnaai_bezопасnost/index.html) - Информационный сайт по безопасности жизнедеятельности
3. <http://lpmaps.com/> - безопасность жизнедеятельности, лекции по бжд
4. <http://www.school-obz.org/> - ОБЖ Основы Безопасности Жизнедеятельности Журнал МЧС России.
5. <http://sugonjakas.ecdicus.ru/index.php/obz/2011-07-19-18-21-00/2011-07-19-18-21-38.html> - ОБЖ Учебное видео Безопасность жизнедеятельности.

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

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
<b>Умения:</b>	
- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	Оценка результатов внеаудиторной самостоятельной работы (по выбору: доклад, сообщение, реферат, презентация)
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты.	Оценка умения использовать средства индивидуальной и коллективной защиты
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.	Оценка результатов внеаудиторной самостоятельной работы (по выбору: доклад, сообщение, реферат, презентация)
- вести здоровый образ жизни.	Оценка результатов: - анкетирования; - внеаудиторной самостоятельной работы (рефераты)
- оказывать первую медицинскую помощь.	Оценка результатов: - практической работы «Правила наложения повязок»; - внеаудиторной самостоятельной работы (доклады)
<b>Знания:</b>	
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	Оценка устного и письменного опроса Оценка работы на уроках - конференциях
- средства индивидуальной и	Оценка устного и письменного опроса

<p>коллективной защиты и правила их применения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;</li> <li>- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;</li> <li>- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;</li> <li>- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;</li> <li>-основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;</li> <li>-требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;</li> <li>- предназначение, структуру и задачи РСЧС;</li> <li>- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.</li> </ul>	<p>Оценка работы на уроках - конференциях  Оценка устного и письменного опроса  Оценка работы на уроках конференциях  Оценка участия в мероприятии «День призывника»</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;</li> </ul>	<p>Оценка устного и письменного опроса  Оценка работы на уроках - конференциях</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- правила оказания первой медицинской помощи.</li> </ul>	<p>Оценка устного и письменного опроса  Оценка работы на уроках - конференциях</p>