

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.11
БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

для студентов, обучающихся по специальности

49.02.01 Физическая культура

(углубленная подготовка)

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с профессиональным стандартом «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утверждённого Приказом Минтруда России от 18.10.2013 г. № 544Н (с изм. от 25.12.2014), с учетом плана мероприятий по реализации в 2021-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, на основе примерной рабочей программы воспитания, и на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, утверждённого Приказом Минобрнауки России от 27.10.2014 № 1355 по специальности

код	наименование специальности
49.02.01	Физическая культура
(Программа подготовки специалистов среднего звена углубленной подготовки)	

Разработчики

	Фамилия, имя, отчество	Ученая степень (звание) [квалификационная категория]	Должность
1	Тишков Денис Валерьевич	высшая	преподаватель

Рассмотрено на заседании МО МК по общеобразовательной подготовке			
	Фамилия, имя, отчество руководителя МО	Дата заседания МО	№ протокола
1	Масюткина Ирина Александровна	20.06.2022	8

Согласовано на заседании научно-методического совета	
Дата заседания НМС	№ протокола
23.06.2022	10

Содержание

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	6
3. Условия реализации учебной дисциплины	12
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	19

1. ПАСПОРТ

рабочей программы учебной дисциплины

ОП.11 Безопасность жизнедеятельности

1.1. Область применения рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО

по специальности	49.02.01	Физическая культура
укрупненной группы специальностей	49.00.00	Физическая культура и спорт

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в рамках реализации специальности «Физическая культура» заочной формы обучения.

1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Данная учебная дисциплина входит:

в обязательную часть циклов ППССЗ	Профессиональный цикл
-----------------------------------	-----------------------

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

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

- | | |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций |
| 2. | предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту |
| 3. | использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения |
| 4. | применять первичные средства пожаротушения |
| 5. | ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности |
| 6. | применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью |
| 7. | владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы |

- | | |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 8. | оказывать первую помощь пострадавшим |
| 9. | защитить информацию (данные) при помощи паролей и кодирования; |
| 10. | делать выводы о том, как цифровая среда может изменить жизнь к лучшему или худшему, и, на основе этого – как ее используют, и какие правила при этом соблюдают |

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

- | | |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России; |
| 2. | основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации; |
| 3. | основы военной службы и обороны государства; |
| 4. | задачи и основные мероприятия гражданской обороны; |
| 5. | способы защиты населения от оружия массового поражения; |
| 6. | меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах; |
| 7. | организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке; |
| 8. | основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО; |
| 9. | область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы; |
| 10. | порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим. |
| 11. | основы информационной безопасности, риски публикации персональных данных и их отображения в социальных сетях; |
| 12. | риски для здоровья, связанные с использованием цифровых средств (начиная с эргономических аспектов и заканчивая технологической зависимостью); |
| 13. | положительные и отрицательные воздействия развития цифровой технологии на окружающую среду (например, на природную, экономическую, культурную среду и т. д.) |

Освоение дисциплины направлено на развитие общих и профессиональных компетенций:

Код	Наименование компетенций
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес

ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество
ОК 3.	Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях
ОК 4.	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности
ОК 6.	Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с руководством, коллегами и социальными партнерами
ОК 7.	Ставить цели, мотивировать деятельность обучающихся, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество образовательного процесса
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации
ОК 9.	Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания, смены технологий.
ОК 10.	Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья детей
ОК 11.	Строить профессиональную деятельность с соблюдением регулирующих ее правовых норм
ОК 13.	Организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни, поддерживать должный уровень физической подготовки, необходимый для социальной и профессиональной деятельности
ПК 1.1.	Определять цели и задачи, планировать учебные занятия
ПК 1.2.	Проводить учебные занятия по физической культуре
ПК 1.3.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс
ПК 1.4.	Анализировать учебные занятия
ПК 1.5.	Вести документацию, обеспечивающую процесс обучения физической культуре
ПК 2.1.	Определять цели и задачи, планировать внеурочные мероприятия и занятия
ПК 2.2.	Проводить внеурочные мероприятия и занятия
ПК 2.3.	Мотивировать обучающихся, родителей (лиц, их заменяющих) к участию в физкультурно - спортивной деятельности
ПК 2.4.	Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности обучающихся
ПК 2.5.	Анализировать внеурочные мероприятия и занятия
ПК 2.6.	Вести документацию, обеспечивающую организацию физкультурно - спортивной деятельности
ПК 3.1.	Выбирать учебно-методический комплект, разрабатывать учебно-методические материалы (рабочие программы, учебно-тематические планы) на основе федерального государственного образовательного стандарта и примерных основных образовательных программ с учетом типа образовательной организации, особенностей класса/группы и отдельных обучающихся
ПК 3.2.	Систематизировать и оценивать педагогический опыт и образовательные технологии в области физической культуры на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов
ПК 3.3.	Оформлять педагогические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений
ПК 3.4.	Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области физического воспитания

Освоение содержания учебной дисциплины обеспечивает достижение обучающимися следующих личностных результатов программы воспитания:

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны	ЛР 1
Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций	ЛР 2
Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих	ЛР 3
Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа»	ЛР 4
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России	ЛР 5
Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях	ЛР 6
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 7
Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства	ЛР 8
Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях	ЛР 9
Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой	ЛР 10
Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры	ЛР 11
Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания,	

определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности	
Демонстрирующий готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности	ЛР 13
Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности	ЛР 14
Проявляющий гражданское отношение к профессиональной деятельности как к возможности личного участия в решении общественных, государственных, общенациональных проблем	ЛР 15
Принимающий основы экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, применяющий опыт экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях и профессиональной деятельности	ЛР 16
Проявляющий ценностное отношение к культуре и искусству, к культуре речи и культуре поведения, к красоте и гармонии	ЛР 17

Дисциплина способствует формированию цифровых (ключевых) компетенций:

Код	Цифровые (ключевые) компетенции
КК. 2.	Саморазвитие в условиях неопределенности

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося	102	часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося	68	часов,
самостоятельной работы обучающегося	34	часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

№	Вид учебной работы	Объем часов
1	Максимальная учебная нагрузка (всего)	102
2	Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	68
	в том числе:	
2.1	лабораторные занятия	не предусмотрено
2.2	практические занятия	48
2.3	контрольные работы	не предусмотрено
2.4	курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	не предусмотрено
3	Самостоятельная работа обучающегося (всего)	34
	в том числе:	
3.1	реферат	16
3.2	внеаудиторная самостоятельная работа	18
	Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

ОП.11 Безопасность жизнедеятельности

наименование дисциплины

Номер разделов и тем, код, индекс формируемых компетенций	Наименование разделов и тем Содержание учебного материала; лабораторные работы и практические занятия; самостоятельная работа обучающихся; курсовая работа (проект)		Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
Раздел 1.	Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени, организация защиты населения		12/6+18	
Тема 1.1.	Общие сведения о чрезвычайных ситуациях		2/0+0	
	Содержание учебного материала			
	1	Законодательная и нормативно-техническая база по ЧС. Классификация и признаки ЧС. Этапы развития чрезвычайных ситуаций. Единая государственная система предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях	2	1
Тема 1.2.	Чрезвычайные ситуации мирного времени		2/0+4	
	Содержание учебного материала			
	1	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, причины и их возможные последствия. Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту. Опасные природные явления. Техногенные опасности и угрозы (радиационно-опасные объекты, химически опасные объекты, пожаро- и взрывоопасные объекты, газо- и нефтепроводы, транспорт, гидротехнические сооружения, объекты коммунального хозяйства).	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся	Подготовка сообщения на тему: «Классификация, характеристика и способы защиты от ЧС природного и техногенного характера».	4	
Тема 1.3.	Чрезвычайные ситуации военного времени		2/0+4	
	Содержание учебного материала			
	1	Чрезвычайные ситуации военного характера. Опасности, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий (прямые, косвенные, связанные с изменением среды обитания людей). Ядерное, химическое, бактериологическое оружие. Обычные средства поражения. Международный и внутригосударственный терроризм. Мероприятия по предупреждению возникновения и развития чрезвычайных ситуаций	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся	Подготовка реферата на тему: «Оружие массового поражения и его поражающие факторы»	4	
Тема 1.4.	Устойчивость производств в условиях чрезвычайных ситуаций		1/0+2	
	Содержание учебного материала			
	1	Понятие об устойчивости промышленного объекта в чрезвычайных ситуациях. Сущность	1	1

		устойчивости функционирования объектов и систем. Факторы, определяющие устойчивость. Назначение и порядок осуществления мероприятий ГО. Пути и способы повышения устойчивости функционирования объектов. Защитные сооружения гражданской обороны. Классификация, оборудование и системы обеспечения убежищ.		
	Самостоятельная работа обучающихся	На основании изученного материала разработать схему типовой структуры гражданской обороны на объекте экономики с учетом профиля подготовки (индивидуальное задание)	2	
Тема 1.5.	Средства индивидуальной защиты		1/2+0	
	Содержание учебного материала			
	1	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Медицинские средства оказания первой помощи пострадавшим. Первая помощь пострадавшим от механических повреждений. Первая помощь пострадавшим от химических и тепловых поражений.	1	2
	Практические занятия	Средства индивидуальной защиты и пользование ими.	2	
		Порядок подбора и выдачи средств индивидуальной защиты.		
Тема 1.6.	Организация безопасности на производстве		1/3+8	
	Содержание учебного материала			
	1	Вредные факторы производственной среды и их влияние на организм человека. Техника безопасности на производстве. Индивидуальные и коллективные средства защиты, используемые на производстве	1	2
	Практические занятия	Порядок проверки исправности и сроков годности первичных средств пожаротушения	3	
		Отработка правил и способов эвакуации при пожаре		
		Изучение общих санитарно-технических требований к производственным помещениям и рабочим местам		
	Самостоятельная работа обучающихся	Подготовка доклада на тему: «Влияние на здоровье человека неблагоприятной производственной среды», «Меры профилактики производственных заболеваний» (на выбор).	8	
		Составить таблицу «Травмирующие и вредные факторы технических систем и бытовой среды при возникновении чрезвычайной ситуации» (индивидуальные задания)		
Тема 1.7.	Защита информации и данных на различных устройствах		2/2+0	
	Содержание учебного материала			
КК.4	1	Основы информационной безопасности, риски публикации персональных данных и их отображения в социальных сетях. Риски для здоровья, связанные с использованием цифровых средств (начиная с эргономических аспектов и заканчивая технологической зависимостью). Влияние цифровой технологии на повседневную жизнь и среду. Вопросы экологии, связанные с использованием цифровой технологии (возможности, проблемы)	2	

	Практические занятия	Составление памятки «Кибербезопасность: как защитить персональные данные в Интернете»	1	
		Написание эссе по теме «Положительные и отрицательные воздействия развития цифровой технологии на окружающую среду (на природную, экономическую, культурную среду и т.д.)»	1	
Тема 1.8.	Аварийно-спасательные работы		2/0+0	
	Содержание учебного материала			
	1	Обеспечение устойчивости производств в условиях чрезвычайных ситуаций. Осуществление мероприятий по защите от чрезвычайных ситуаций. Единая система предупреждения и ликвидации ЧС, структура и назначение. Организация аварийно-спасательных и других неотложных работ в зона чрезвычайных ситуаций. Профилактика ЧС.	2	2
Раздел 2.	Здоровый образ жизни и основы медицинских знаний		4/4+6	
Тема 2.1.	Здоровый образ жизни и его составляющие		2/0+4	
	Содержание учебного материала			
	1	Здоровый образ жизни и его составляющие. Факторы, разрушающие здоровье.	2	1
	Самостоятельная работа обучающихся	Подготовка реферата на тему: «Закаливание»	4	
Тема 2.2.	Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях.		1/3+2	
	Содержание учебного материала			
	1	Общие правила оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях. Способы временной остановки кровотечения. Обработка ран. Профилактика шока. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Первая медицинская помощь при остановке сердца. Правила проведения базовой сердечно-легочной реанимации. Первая медицинская помощь при массовых поражениях. Характеристика ситуаций, при которых возможно массовое поражение людей. Правила оказания само- и взаимопомощи в различных чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, в условиях военного времени.	1	2
	Практические занятия	Оказание первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при ранении.	3	
		Первая медицинская помощь при кровотечении.		
		Оказание первой медицинской помощи при травмах		
	Самостоятельная работа обучающихся	Составить алгоритмы оказания первой медицинской помощи при кровотечениях, травмах, ожогах, отморожениях, отравлениях	2	
Раздел 3.	Основы военной службы		4/0+10	

Тема 3.1.	Основы обороны государства		1/0+0
	Содержание учебного материала		
	1	Национальная безопасность и национальные интересы России. Угрозы национальной безопасности России. Обеспечение национальных интересов России. Военная доктрина Российской Федерации. Военная организация Российской Федерации. Вооруженные силы России, их структура и предназначение. Виды и рода войск Вооруженных сил России. Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО.	1 2
Тема 3.2.	Организация воинского учета и военная служба		2/0+0
	Содержание учебного материала		
	1	<p>Воинский учет. Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования граждан при постановке их на воинский учет и при призыве на воинскую службу. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе.</p> <p>Прохождение военной службы по призыву и по контракту. Основные виды воинской деятельности. Перечень военно-учетных специальностей. Обеспечение безопасности военной службы. Обязательное государственное страхование жизни и здоровья военнослужащих.</p> <p>Правовые основы военной службы. Воинская обязанность, её основные составляющие. Требования военной деятельности, предъявляемые к физическим, психологическим и профессиональным качествам военнослужащего. Статус военнослужащего. Международные правила поведения военнослужащего в бою.</p>	2 1
Тема 3.3.	Военно-патриотическое воспитание молодежи		1/0+8
	Содержание учебного материала		
	1	Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Дружба, войсковое товарищество – основы боевой готовности частей и подразделений. Воинские символы и ритуалы.	1 2
	Самостоятельная работа обучающихся	<p>Подготовить реферат по теме «Наши земляки-герои Советского Союза и России».</p> <p>Виды и рода войск ВС РФ и их предназначение</p> <p>Ритуал Военной присяги</p>	8 2
Для юношей (военно-полевые сборы) 36ч			0/36+0
Тема 3.4.	Общевойсковые уставы		0/6
	Содержание учебного материала		
	Практические занятия		6
		Основные мероприятия по обеспечению безопасности военной службы. Военнослужащие Вооруженных Сил Российской Федерации и	

		взаимоотношения между ними. Размещение военнослужащих. Военная дисциплина. Поощрение и дисциплинарные взыскания. Права военнослужащего. Дисциплинарная, административная и уголовная ответственность военнослужащих.		
		Распределение времени и внутренний распорядок. Распорядок дня и регламент служебного времени. Несение караульной службы – выполнение боевой задачи, состав караула. Часовой и караульный. Обязанности часового. Пост и его оборудование.		
		Обязанности лиц суточного наряда. Назначение суточного наряда, его состав и вооружение. Подчиненность и обязанности дневального по роте. Обязанности дежурного по роте. Порядок приема и сдачи дежурства, действия при подъеме по тревоге, прибытие в роту офицеров и старшин.		
Тема 3.5.	Строевая подготовка		0/8+0	
	Содержание учебного материала			
	Практические занятия		8	
		Строевые приемы и движения без оружия. Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головной убор снять (одеть)». Повороты на месте. Движение строевым шагом.		
		Строевые приемы и движения без оружия. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.		
		Построения, перестроения, повороты, перемена направления движения. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.		
		Строй подразделений в пешем порядке. Развернутый и походный строй взвода.		
Тема 3.6.	Физическая подготовка		0/8+0	
	Содержание учебного материала			
	Практические занятия		8	
		Тренировка в беге на длинные дистанции (кросс на 3-5 км).		
		Совершенствование упражнений на гимнастических снарядах и контроль упражнения в подтягивании на перекладине.		
		Совершенствование и контроль упражнения в беге на 100 м.		
		Совершенствование и контроль упражнения в беге на 1 км.		
Тема 3.7.	Огневая подготовка		0/8+0	
	Содержание учебного материала			
	Практические занятия		8	

		Назначение, боевые свойства и устройство автомата, разборка и сборка. Работа частей и механизмов автомата при зарядении и стрельбе. Уход за стрелковым оружием, хранение и бережение.		
		Требования безопасности при проведении занятий по огневой подготовке. Правила стрельбы из стрелкового оружия. Выполнение упражнений начальных стрельб.		
Тема 3.8.	Тактическая подготовка		0/6+0	
	Содержание учебного материала			
	Практические занятия		6	
		Движение солдата в бою. Передвижение на поле боя.		
		Обязанности наблюдателя. Выбор места наблюдения, его занятие, оборудование и маскировка, оснащение наблюдательного поста.		
		Передвижения на поле боя. Выбор места и скрытное расположение на нем для наблюдения и ведения огня, самоокапывание и маскировка.		
Основы медицинских знаний (для девушек)			0/36+0	
Тема 3.4.	Общие правила оказания первой медицинской помощи.		0/2+0	
	Содержание учебного материала			
	1	Теоретические и методологические основы ОМЗ	-	2
	Практические занятия	Смертность, естественный прирост, рождаемость. Режим дня, сна, питания, активный и пассивный отдых, физическая активность, личная гигиена. Шум и его влияние на организм. Биологические и экологические загрязнения окружающей среды. Вредные привычки – как факторы, приводящие к возникновению неотложных состояний.	2	
Тема 3.5.	Первая медицинская помощь при несчастных случаях и заболеваниях.		0/6+0	
	Содержание учебного материала			
	1	Общая характеристика несчастных случаев. Действия учителя при возникновении несчастных случаев у учащихся. Строение и функционирование воздухоносных путей и дыхательной системы. Классификация инородных тел: монетообразные, шаровидные, коромыслообразные. Осложнения, возникающие при попадании инородных тел в дыхательные пути. Строение и функционирование органов слуха и зрения. Классификация инородных тел (живые, неживые). Осложнения, возникающие при попадании инородных тел в глаз и ухо.	-	2

	Практические занятия	Оказание помощи при попадании инородных тел в дыхательные пути, ухо, глаз. Извлечение живых и неживых (шарообразных и монетообразных предметов) инородных тел. Решение ситуационных задач по теме: «Первая помощь при попадании инородных тел».	6	
Тема 3.6.	Оказание первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при травмах, ранении и кровотечении.		0/10+0	
	Содержание учебного материала			
	1	Травмы. Виды травм по характеру повреждения: открытые, закрытые, проникающие в полости, непроникающие, одиночные множественные, комбинированные. Виды травм по условиям, которые их спровоцировали: механические, термические, операционные, лучевые. Виды ран: резанные колотые рубленые ушибленные, укушенные, огнестрельные, скальпированные. Осложнения. Круги кровообращения. Физиология кровообращения. Кровеносные сосуды. Артериальное кровотечение, венозное кровотечение, капиллярное кровотечение.	-	2
	Практические занятия	Раны. Классификация ран по степени повреждения (поверхностные, глубокие, слепые сквозные, касательные, проникающие, непроникающие). Понятия: повязка, перевязка. Перевязочный материал. Типы повязок и их отличия. Разновидности бинтовых повязок (круговая, спиральная). Повязки на глаз, шею, нос, подбородок, конечности, живот, грудь. Наложение повязок. Определение кровотечения. Способы остановки разных типов кровотечений. Методика наложения жгута при кровотечении. Точки прижатия артерий.	10	
Тема 3.7.	Первая медицинская помощь при остановке сердца. Реанимационная помощь		0/4+0	
	Содержание учебного материала			
	1	Виды реанимационных мероприятий. Предвестники внезапной остановки сердца. Постреанимационные осложнения.		2
	Практические занятия	Непрямой массаж сердца и искусственная вентиляция легких. Правила транспортировки пострадавших.	4	
Тема 3.8.	Оказание первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при обморожении.		0/2+0	
	Содержание учебного материала			

	1	Признаки переохлаждения и обморожения.	-	
	Практические занятия	Действия, направленные на оказание помощи при переохлаждении. Недопустимые действия при отморожении и переохлаждении.	2	
Тема 3.9.	Первая медицинская помощь при ожогах.		0/4+0	
	Содержание учебного материала			
	1	Строение и функции кожного покрова. Классификация ожогов по степени тяжести и видам (термические, химические, солнечные). Осложнения, возникающие при ожогах. Строение пигментных клеток кожи. Меланин. Отрицательное влияние избыточной солнечной радиации. Положительное действие солнечного света.	-	2
	Практические занятия	Заполнение таблицы «Ожоги». Причины термических ожогов. Оказание помощи при термических ожогах разной степени тяжести. Недопустимые действия при термических ожогах. Основные причины химических ожогов. Оказание помощи при химических ожогах разной степени тяжести. Недопустимые действия при химических ожогах. Оказание помощи при солнечных ожогах.	4	
Тема 3.10.	Первая помощь при поражении электротоком		0/2+0	
	Содержание учебного материала			
	1	Анатомо-физиологические особенности мышечных и нервных волокон. Процессы, происходящие в нервных и мышечных волокнах под действием электрического тока.		2
	Практические занятия	Оказание помощи при поражении электротоком. Недопустимые действия при поражении электротоком. Первая помощь при поражении током высокого напряжения.	2	
Тема 3.11.	Первая медицинская помощь при отравлении.		0/4+0	
	Содержание учебного материала			
	1	Анатомо-физиологические особенности пищеварительной системы и дыхательной системы. Виды отравлений (кислотные, щелочные, пищевые, медикаментозные, газовые) и их характеристика. Механизм всасывания в желудочно-кишечном тракте. Основные симптомы кислотных и щелочных отравлений. Роль обонятельного и вкусового анализаторов в отравлении. Основные симптомы пищевых отравлений. Причины медикаментозных отравлений. Основные симптомы медикаментозных	-	2

		отравлений. Газообмен в легких. Основные симптомы отравления угарным газом.		
	Практические занятия	Меры профилактики. Осложнения, возникающие при отравлениях. Решение ситуационных задач по теме: «Первая помощь при пищевом отравлении». Оказание помощи при отравлении кислотами и щелочами. Недопустимые действия при отравлении кислотами и щелочами. Оказание помощи при пищевом отравлении. Недопустимые действия при пищевом отравлении. Оказание помощи при медикаментозном отравлении. Недопустимые действия при медикаментозном отравлении. Оказание помощи при отравлении угарным газом. Недопустимые действия при отравлении угарным газом	4	
Тема 3.12.	Первая медицинская помощь при массовых поражениях.		0/2+0	
	Содержание учебного материала			
	1	Основные понятия: асептика, антисептика. Виды неотложных состояний (травматический шок, инсульт, бронхиальная астма, эпилепсия, острая сердечная недостаточность). Причины, провоцирующие неотложные состояния.	-	2
	Практические занятия	Диагностика состояния. Правила поведения при возникновении массовых поражений. Медицинская сортировка на этапах эвакуации Агония, клиническая смерть, биологическая смерть. Индивидуальная аптечка. Решение ситуационных задач по теме: «Первая помощь при острых неотложных состояниях». Оказание помощи при: травматическом шоке, бронхиальной астме, эпилепсии, острой сердечной недостаточности и острой дыхательной недостаточности. Меры, направленные на предупреждение острых неотложных состояний.	2	
	Дифференцированный зачет		2	
	Всего		68(20/48+34)	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины предполагает наличие

3.1.1	учебного кабинета	безопасности жизнедеятельности
3.1.2	лаборатории	информатики и информационно-коммуникационных технологий;
3.1.3	зала	библиотека; читальный зал с выходом в сеть Интернет.

3.1.4. Оборудование учебного кабинета

№	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Примечания
Кабинет 30 Теории и методики физического воспитания, теории и истории физической культуры, безопасности жизнедеятельности и охраны труда		
1.	рабочие места по количеству обучающихся	К
2.	рабочее место преподавателя	1
I.	Технические средства обучения	
1.	персональный компьютер	Д
2.	мультимедиапроектор	Д
3.	экран	Д
II.	Экранно-звуковые пособия (могут быть в цифровом виде)	
1.	Видеофильмы: видеотека мультимедийных учебных программ (мультимедийные обучающие программы и электронные учебники по основным разделам БЖ, видеофильмы по разделам курса БЖ, презентации по темам безопасности жизнедеятельности)	Д
2.	Слайды (диапозитивы) по разделам курса:	
3.	Аудиозаписи и фонохрестоматии:	
III.	Печатные пособия	
1.	Набор плакатов (таблиц) или электронные издания	Д
2.	Схемы по разделам курсов:	
IV	Учебно-методические материалы по дисциплине	
1	Материалы по теоретической части дисциплины- учебно-наглядные пособия по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»	Д
2	Материалы к практическим занятиям по дисциплине	К
3	Материалы по организации самостоятельной работы	К
4	Комплекты контрольно-оценочных средств	К
V.	Лабораторное оборудование	
VI.	Демонстрационное оборудование	П
	различные приборы (войсковой прибор химической разведки (ВПХР), дозиметры) - индивидуальные средства защиты (респираторы, противогазы, ватно-марлевые повязки) - общевойсковой защитный комплект - противохимический пакет - сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой медицинской, доврачебной помощи (сумка СМС)	

<ul style="list-style-type: none"> - перевязочные средства (бинты, лейкопластыри, вата медицинская компрессная, косынка медицинская (перевязочная), повязка медицинская большая стерильная, повязка медицинская малая стерильная) - медицинские предметы расходные (булавка безопасная, шина проволочная, шина фанерная) - грелка - жгут кровоостанавливающий - индивидуальный перевязочный пакет - шприц-тюбик одноразового пользования - носилки санитарные - макет простейшего укрытия в разрезе - макет убежища в разрезе - тренажер для оказания первой помощи - массогабаритный макет автомата Калашникова 	
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Условные обозначения

Д – демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);

К – полный комплект (исходя из реальной наполняемости группы);

Ф – комплект для фронтальной работы (примерно в два раза меньше, чем полный комплект, то есть не менее 1 экз. на двух обучающихся);

П – комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих по несколько обучающихся (6-7 экз.).

3.2. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

Основные источники:

1. Абрамова, С.В. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум / С.В. Абрамова. — Москва: Юрайт, 2020. — 374с.
2. Косолапова, Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник / Н.В. Косолапова. – Москва: Академия, 2018.
3. Резчиков, Е.А. Безопасность жизнедеятельности: учебник для СПО / Е.А. Резчиков. — Москва: Юрайт, 2020. - 639с.
4. Сапронов, Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / Ю.Г. Сапронов. - Москва: Академия, 2017.
5. Соломин, В.Н. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум / В.Н. — Москва: Юрайт, 2020. - 399с.

Дополнительные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник / Э.А. Арустамов. - Москва: Академия, 2015.
2. Бондин, В. И. Безопасность жизнедеятельности: учеб. пособие / В.И. Бондин, Ю.Г. Семехин. — М.: ИНФРА-М: Академцентр, 2015. — 349 с. — (Среднее профессиональное образование).
3. Емельянов, В.М. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях: учебное пособие / В.М. Емельянов. – Москва: Академический Проект, 2009.

4. Хван, Т.А. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: руководство к лабораторным занятиям / Т.А. Хван. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2010.
5. Ястребов, Г.С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф [Текст]: учебное пособие / Г.С. Ястребов. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2007.
6. Артюнина, Г.П. Основы медицинских знаний: учебное пособие / Г.П. Артюнина. – Москва: Академический Проект, 2009.
7. Отвагина, Т.В. Неотложная медицинская помощь: учебное пособие / Т.В. Отвагина. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2009.
8. Тен, Е.Е. Основы медицинских знаний: учебное пособие / Е.Е. Тен. – Москва: Академия, 2010.
9. Федеральные законы «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 61-ФЗ и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. – М., 2007.

Интернет-ресурсы:

1. Безопасность жизнедеятельности. - URL: <http://www.grandars.ru/shkola/bezopasnost-zhiznedeyatelnosti/>
2. Все о здоровом образе жизни. - URL: <http://chudesalegko.ru>
3. Гражданская оборона РФ. - URL: <http://www.grandars.ru/shkola/bezopasnost-zhiznedeyatelnosti/grazhdanskaya-oborona-rf.html>
4. ОБЖ: твоя наука безопасности. - URL: <http://обж.рф>
5. Первая медицинская помощь. - URL: <http://interesnyefakty.org/pervaya-meditsinskaya-pomoshh/>
6. Правила оказания первой помощи в различных ситуациях. - URL: http://simptomed.ru/articles/nuzhno_znat_vsem_ili_pravila_okazaniya_pervoy_pomoschi_v_razlichnih_situatsiyah
7. Чрезвычайная ситуация. - URL: <https://fireman.club/inseklodepia/chrezvychajnaya-situaciya/>

3.3. УСЛОВИЯ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Учебная дисциплина с целью обеспечения доступности образования, повышения его качества может быть реализована с применением технологий дистанционного, электронного и смешанного обучения (далее - ДОТ, ЭО, СО).

Электронное обучение и дистанционные образовательные технологии используются в дополнение к основному учебному процессу для:

- организации самостоятельной работы обучающихся (предоставление материалов в электронной форме для самоподготовки; обеспечение подготовки к практическим и лабораторным работам, организация возможности самотестирования и др.);

- проведения консультаций с использованием различных средств онлайн-взаимодействия в электронно-информационной образовательной среде колледжа (далее – ЭИОС), например, вебинаров, форумов, чатов;

- организации текущего и промежуточного контроля обучающихся и др.

Смешанное обучение реализуется посредством:

- организации сквозной связи аудиторной работы с работой в ЭИОС колледжа;

- регулярного взаимодействия преподавателя с обучающимися с использованием технологий ЭО и ДОТ;

- результативной организации самостоятельной работы обучающегося с оценкой каждого вида деятельности обучающегося;

- организации групповой учебной деятельности обучающихся в ЭИОС колледжа.

Основными средствами, используемыми для реализации данных технологий, являются:

– Система поддержки учебного процесса ГБПОУ «Курганский педагогический колледж», функционирующая на платформе Moodle, режим доступа: do.kpk.kss45.ru.

– Электронная библиотека ГБПОУ «Курганский педагогический колледж», режим доступа: <https://do.kpk.kss45.ru/course/index.php?categoryid=26>.

– Файловый архив, режим доступа: <https://kpk.kss45.ru/учебная-работа/дистанционные-технологии/файловый-архив.html>.

– TeamViewer - программное обеспечение для удалённого контроля компьютеров, обмена файлами, видеосвязи и веб-конференций.

– Skype.

При проведении индивидуальных дистанционных занятий и занятий в малых группах используются ноутбуки с сенсорным экраном, позволяющие выполнять любые записи на экране с помощью стилуса. Для проведения онлайн-занятий с большой аудиторией обучающихся оборудованы кабинет онлайн-обучения и конференц-зал.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, дифференцированного зачёта.

№	Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
	Освоенные умения	
1	организовывать и проводить мероприятия по	Оценка результатов выполнения

	защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;	практической работы №3 к теме: «Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени»
2	предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;	Текущий контроль в форме тестирования
3	использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;	Оценка результатов выполнения практической работы №1 к теме: «Организация получения и использования средств индивидуальной защиты (СИЗ) населения в ЧС».
4	применять первичные средства пожаротушения;	Оценка результатов выполнения практической работы №1 к теме: «Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и военного характера»
5	ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;	Оценка результатов выполнения практической работы №3 к теме: «Военная служба - особый вид федеральной государственной службы»
6	применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;	Текущий контроль в форме тестирования
7	владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;	Текущий контроль в форме тестирования
8	оказывать первую помощь пострадавшим;	Оценка результатов выполнения практической работы №1, 2 к теме: «Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества»
	Усвоенные знания	
1	принципы обеспечения устойчивости объектов экономики,	Оценка результатов выполнения самостоятельной работы к теме: «Обеспечение устойчивости функционирования объектов экономики»
2	прогнозирование развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;	Оценка результатов выполнения самостоятельной работы к теме: «Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и военного характера»
3	основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;	Текущий контроль в форме тестирования

4	основы военной службы и обороны государства;	Текущий контроль в форме тестирования
5	задачи и основные мероприятия гражданской обороны;	Оценка результатов выполнения самостоятельной работы к теме: «Организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени»
	способы защиты населения от оружия массового поражения;	
6	меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;	Оценка результатов выполнения практической работы №1 к теме: «Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и военного характера»
7	организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;	Оценка результатов выполнения практической работы №1, 2 к теме: «Военная служба - особый вид федеральной государственной службы»
8	основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;	Текущий контроль в форме тестирования
9	область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;	Текущий контроль в форме тестирования
10	порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.	Оценка результатов выполнения практической работы №1, 2 к теме: «Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества»