

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«КАБАРДИНО-БАЛКАРСКИЙ ТЕХНИКУМ КООПЕРАЦИИ,
ЭКОНОМИКИ И ПРАВА»**

**Цикловая комиссия общеобразовательных, гуманитарных и естественно-
научных дисциплин**

УТВЕРЖДАЮ
Директор техникума, профессор
А.А. Шогенов
«01» февраля 2017 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
(Набор 2016)**

по дисциплине **«Основы безопасности жизнедеятельности»**
специальность **40.02.01 Право и организация социального обеспечения**
профиль профессионального образования: социально-экономический
Очная форма обучения на базе основного общего образования
курс 1, семестр 1

Виды учебной работы	Всего, час.
	1 семестр
Аудиторные занятия, всего:	70
в т.ч.	
лекции	34
практические	36
Самостоятельная работа обучающихся	30
Консультации	5
Итоговый контроль знаний обучающихся (зачет, экзамен)	дифференцированный зачет 1 семестр
Итого часов по дисциплине	105

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 40.02.01 Право и организация социального обеспечения

Автор: С.Б. Хадзегова, преподаватель КБТКЭП



Рабочая программа ОБСУЖДЕНА и ОДОБРЕНА на заседании цикловой комиссии общеобразовательных, гуманитарных и естественнонаучных дисциплин

Протокол №1 от «01» февраля 2017 г.

Председатель цикловой комиссии



С.М. Ашабокова

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается обучающимися факультета среднего профессионального образования.

Получив диплом о среднем профессиональном образовании, специалист должен иметь навыки и знания, позволяющие обеспечить не только свою безопасность, но и окружающих людей, уметь принимать правильные решения по обеспечению безопасности при чрезвычайных ситуациях, вызванные причинами природного, техногенного или социального характера.

В целом курс «Основы безопасности жизнедеятельности» призван интегрировать в единый комплекс знаний, необходимые для безопасности во взаимодействии со средой обитания. Углубить познания в области анатомо-физиологических свойств человека и его реакций на воздействие негативных факторов; дать комплексное представление об источниках, количестве и значимости травмирующих и вредных факторов среды обитания; определить принципы и методы качественного и количественного анализа опасностей; сформулировать общую стратегию и принципы обеспечения безопасности.

Цели и задачи дисциплины.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне среднего (полного) общего образования направлено на достижение следующих целей:

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни; государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;

- воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России, ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества;

- развитие черт личности, необходимые для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;

- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

Задачи курса – познакомить обучающихся с источниками опасности, представляющие угрозу жизнедеятельности, научить предупреждать, устранять или ослаблять воздействие на человека опасных ситуаций.

Требования к знаниям, умениям и навыкам.

В результате изучения программы обучающиеся должны *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;

- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;

- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;

- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;

- 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 подготовки призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.

владеть:

- способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
- навыками в области гражданской обороны;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: ведения здорового образа жизни, оказания первой медицинской помощи; развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для прохождения военной службы; обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.

Все это позволит будущим специалистам овладеть основами безопасности жизнедеятельности.

2. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

№ п.п	Наименование разделов, тем учебной дисциплины	Всего	Количество аудитор- ных занятий при оч- ной форме обучения, час		Самостоя- тельная работа обучающе- го, час
			Теоре- тиче- ские занятия	Практиче- ские заня- тия	
1	2	4	5	6	7
РАЗДЕЛ 1. СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ И ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ					
1.	Здоровье и здоровый образ жизни.	6	2	2	2
2.	Двигательная активность и зака- ливание организма. Рациональное питание. Основные правила по укреплению и сохранению здоро- вья.	6	2	2	2
3.	Факторы, разрушающие здоровье. Репродуктивное здоровье.	6	2	2	2
4.	Безопасность дорожного движе- ния.	6	2	2	2
РАЗДЕЛ 2. ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ					
5.	Основы законодательства Россий- ской Федерации по организации защиты населения.	6	2	2	2
6.	Чрезвычайные ситуации природ- ного, техногенного и социального характера	6	2	2	2
7.	Основные направления деятель- ности государства по защите населения и территорий от чрез- вычайных ситуаций.	6	2	2	2
8.	Гражданская оборона – состав- ная часть обороноспособности страны	6	2	2	2
РАЗДЕЛ 3. ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА И ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ					
9.	Национальная безопасность Рос- сийской Федерации.	5	2	2	1
10.	Вооруженные силы Российской Федерации.	5	2	2	1
11.	Основы военной службы.	5	2	2	2
12.	Прохождение военной службы.	5	2	2	2
РАЗДЕЛ 4. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ					

13.	Значение первой медицинской помощи и правила ее оказания. Понятие о ранах и кровотечениях. Первая помощь при ранениях и кровотечениях.	5	2	2	2
14.	Понятия о переломах и ожогах. Электротравма. Первая помощь.	5	2	2	2
15.	Понятия об отравлениях. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при внезапном прекращении сердечной деятельности и дыхания.	7	2	4	2
16.	Первая медицинская помощь при обмороке, отморожениях, солнечном и тепловом ударах.	9	4	4	2
	консультации	5			
	Итого, час	105	34	36	30

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

РАЗДЕЛ 1. СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ И ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни

Цель изучения темы – закрепление теоретического материала об основах здорового образа жизни.

Требования к знаниям.

При изучении данной темы обучающийся должен знать:

- основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни;
- факторы, влияющие на укрепление здоровья.

Требование к умениям.

При изучении данной темы обучающийся должен уметь:

- противостоять вредным привычкам, разрушающим здоровье.

Содержание учебного материала (дидактические единицы).

Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. Факторы, влияющие на укрепление здоровья.

Тема 1.2. Двигательная активность и закаливание организма. Рациональное питание. Основные правила по укреплению и сохранению здоровья.

Цель изучения темы – закрепление теоретического материала о рациональном питании, основных правилах по укреплению и сохранению здоровья.

Требования к знаниям.

При изучении данной темы обучающийся должен знать:

- основные понятия о рациональном питании;
- правилах по сохранению и укреплению здоровья;
- о методах закаливания.

Требование к умениям.

При изучении данной темы обучающийся должен уметь:

- рационально питаться;
- закаливаться;
- укреплять и сохранять здоровье.

Содержание учебного материала (дидактические единицы).

Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Физическая и психологическая подготовка к профессиональной деятельности. Нормативы физической подготовленности. Рациональное питание.

Значение режима труда и отдыха для гармоничного развития человека. Общая характеристика режима питания и его роль в обеспечении здоровья и работоспособности человека.

Тема 1.3. Факторы, разрушающие здоровье. Репродуктивное здоровье.

Цель изучения темы – закрепление теоретического материала о факторах, разрушающих здоровье и репродуктивном здоровье.

Требования к знаниям.

При изучении данной темы обучающийся должен знать:

- основные понятия о вредных привычках и их последствиях;
- понятие о репродуктивном здоровье, как оно зависит от здорового образа жизни.

Требование к умениям.

При изучении данной темы обучающийся должен уметь:

- противостоять вредным привычкам, разрушающим здоровье.

Содержание учебного материала (дидактические единицы).

Факторы, разрушающие здоровье. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их социальные последствия. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

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

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

Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества

Тема 1.4. Безопасность дорожного движения.

Цель изучения темы – закрепление теоретического материала о безопасности дорожного движения.

Требования к знаниям.

При изучении данной темы обучающийся должен знать:

- правила дорожного движения

При изучении данной темы обучающийся должен уметь:

- применять правила дорожного движения

Содержание учебного материала (дидактические единицы).

Транспорт и его опасности. Дорожно-транспортный травматизм. Правила предупреждения.

РАЗДЕЛ 2. ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ

Тема 2.1. Основы законодательства Российской Федерации по организации защиты населения

Цель изучения темы – закрепление теоретического материала об основах законодательства по организации защиты населения.

Требования к знаниям.

При изучении данной темы обучающийся должен знать:

- нормативные документы, действующие в области защиты населения при чрезвычайных ситуациях;
- права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

Требование к умениям.

При изучении данной темы обучающийся должен уметь:

- отстаивать свои права и интересы в области правового обеспечения безопасности жизнедеятельности.

Содержание учебного материала (дидактические единицы).

Основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации.

Законодательные и нормативные правовые основы управления безопасностью жизнедеятельности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени. Системы законодательных и нормативных правовых актов, регулирующих вопросы экологической, промышленной, производственной безопасности и безопасности в чрезвычайных ситуациях. Права и обязанности граждан России в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

Тема 2.2. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера.

Цель изучения темы – закрепление теоретического материала о чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

Требования к знаниям.

При изучении данной темы обучающийся должен знать:

- возникающие в повседневной жизни опасные ситуации природного, техногенного и социального характера;
- права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

Требование к умениям.

При изучении данной темы обучающийся должен уметь:

- определять источники опасности жизнедеятельности человека.

Содержание учебного материала (дидактические единицы).

Классификация опасных и чрезвычайных ситуаций по происхождению: природные, техногенные и социальные.

Общая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические).

Общая характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности).

Краткая характеристика опасных ситуаций социального характера (терроризм, вооруженные конфликты), криминогенная обстановка в местах проживания, правила безопасного поведения в местах повышенной криминогенной опасности (на рынке, стадионе, вокзале и др.). Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

Тема 2.3. Основные направления деятельности государства по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

Цель изучения темы – закрепление теоретического материала об основных направлениях деятельности государства по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

Требования к знаниям.

При изучении данной темы обучающийся должен знать:

– государственные службы по обеспечению безопасности населения, защите от чрезвычайных ситуаций;

– сигналы оповещения при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации.

Требование к умениям.

При изучении данной темы обучающийся должен уметь:

– применять средства индивидуальной защиты.

Содержание учебного материала (дидактические единицы).

Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения, защите от чрезвычайных ситуаций.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС).

Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.

Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Другие государственные службы в области безопасности. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Эвакуация населения из прогнозируемых зон поражения. Инженерная защита населения от поражающих факторов в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

Средства индивидуальной защиты. Приборы радиационной и химической разведки. Дозиметрический контроль. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах поражения.

Тема 2.4. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны

Цель изучения темы – закрепление теоретического материала об основных задачах гражданской обороны.

Требования к знаниям.

При изучении данной темы обучающийся должен знать:

– организацию и структуру управления гражданской обороной;

– структуру гражданской обороны объекта экономики и образовательного учреждения

Требование к умениям.

При изучении данной темы обучающийся должен уметь:

– принимать своевременные управленческие решения в случае возникновения опасностей для нормальной жизнедеятельности человека

Содержание учебного материала (дидактические единицы).

Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.

Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.

Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной. Основные задачи гражданской обороны

Организационная структура гражданской обороны на промышленном или сельскохозяйственном объекте, ее задачи на мирное и военное время.

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение.

РАЗДЕЛ 3. ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА И ВОИНСКАЯ ОБЯЗАННОСТЬ

Тема 3.1. Национальная безопасность Российской Федерации

Цель изучения темы – закрепление теоретического материала о национальной безопасности Российской Федерации.

Требования к знаниям

При изучении данной темы обучающийся должен знать:

- основные угрозы военной безопасности;
- основные требования национальной безопасности и федеральных законов в области обороноспособности государства

Требование к умениям.

При изучении данной темы обучающийся должен уметь:

- принимать своевременные управленческие решения в случае возникновения опасностей для нормальной жизнедеятельности человека

Содержание учебного материала (дидактические единицы).

Основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан. Основные положения Концепции национальной безопасности и Военной доктрины Российской Федерации.

Основные угрозы военной безопасности России. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформа Вооруженных Сил.

Оборона государства – система мер по защите его целостности и неприкосновенности. Защита Отечества – долг и обязанность граждан России.

Тема 3.2. Вооруженные Силы Российской Федерации

Цель изучения темы – закрепление теоретического материала о Вооруженных Силах Российской Федерации.

Требования к знаниям

При изучении данной темы обучающийся должен знать:

- организацию и структуру управления российской армии;
- современное вооружение и техническую оснащенность Вооруженных Сил

Требование к умениям.

При изучении данной темы обучающийся должен уметь:

- развивать в себе качества, которые необходимы при подготовке к военной службе.

Содержание учебного материала (дидактические единицы).

История создания Вооруженных Сил России. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы. Организационная структура ВС. Состав Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил и рода войск, их предназначение и задачи. Другие войска, их состав и предназначение: пограничные войска ФСБ, внутренние войска МВД, железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России.

Модернизация вооружения, военной и специальной техники. Техническая оснащенность и ресурсное обеспечение Вооруженных Сил. Боевые традиции российской армии.

Тема 3.3. Основы военной службы.

Цель изучения темы – закрепление теоретического материала о необходимости вооруженной защиты государства.

Требования к знаниям

При изучении данной темы обучающийся должен знать:

- законодательство в области защиты государства;
- права и ответственность военнослужащих.

Требование к умениям.

При изучении данной темы обучающийся должен уметь:

- развивать в себе качества, которые необходимы при подготовке к военной службе.

Содержание учебного материала (дидактические единицы).

Правовые основы военной службы. Воинская обязанность. Основные положения Федеральных законов «О воинской обязанности и военной службе» и «Об альтернативной гражданской службе». Права и ответственность военнослужащих. Нормы международного права.

Государственная и военная символика Российской Федерации, традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или в отставку.

Военно-профессиональная ориентация, основные направления подготовки специалистов для службы в Вооруженных Силах Российской Федерации. Как стать офицером Российской армии. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации.

Тема 3.4. Прохождение военной службы

Цель изучения темы – закрепление теоретического материала о прохождении военной службы

Требования к знаниям

При изучении данной темы обучающийся должен знать:

- порядок прохождения военной службы.

Требование к умениям.

При изучении данной темы обучающийся должен уметь:

- развивать в себе качества, которые необходимы при прохождении военной службы.

Содержание учебного материала (дидактические единицы).

Обязательная подготовка к военной службе. Требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности. Первоначальная постановка на воинский учет, медицинское освидетельствование. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника.

Призыв на военную службу. Общие обязанности и права военнослужащих. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Порядок и особенности прохождения военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту.

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

Моральные, индивидуально-психологические и профессиональные качества гражданина, необходимые для военной службы.

Психические свойства личности и психология воинского коллектива. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Формы общения в воинском коллективе. Профилактика неуставных взаимоотношений. Права и ответственность военнослужащих. Нормы международного гуманитарного права.

РАЗДЕЛ 4. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

Тема 4.1. Значение первой медицинской помощи и правила ее оказания. Понятие о ранах и кровотечениях. Первая помощь при ранениях и кровотечениях.

Цель изучения темы – закрепление теоретического материала о значении первой медицинской помощи и правилах ее оказания, понятии о ранах и кровотечениях.

Требования к знаниям

При изучении данной темы обучающийся должен знать:

- Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях.
- Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении.

Требование к умениям.

При изучении данной темы обучающийся должен уметь:

- оказать первую доврачебную помощь при ранениях и кровотечениях.

Содержание учебного материала (дидактические единицы).

Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении.

Тема 4.2. Понятия о переломах и ожогах. Электротравма. Первая помощь.

Цель изучения темы – закрепление теоретического материала о первой помощи при переломах, ожогах и электротравме.

Требования к знаниям

При изучении данной темы обучающийся должен знать:

- виды переломов, их причины и осложнения
- классификацию ожогов, их причины и осложнения
- причины и последствия электротравм

Требование к умениям.

При изучении данной темы обучающийся должен уметь:

- оказать первую доврачебную помощь при переломах
- оказать первую доврачебную помощь при ожогах
- оказать первую доврачебную помощь при электротравмах

Содержание учебного материала (дидактические единицы).

Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией. Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека.

Тема 4.3. Понятия об отравлениях. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при внезапном прекращении сердечной деятельности и дыхания.

Цель изучения темы – закрепление теоретического материала об острых и хронических отравлениях, обмороке, клинической смерти.

Требования к знаниям

При изучении данной темы обучающийся должен знать:

- общие понятия об острых и хронических отравлениях
- причины остановки сердца
- признаки расстройства кровообращения и клинической смерти
- правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания

Требование к умениям.

При изучении данной темы обучающийся должен уметь:

- оказать первую доврачебную помощь при острых отравлениях
- оказать первую доврачебную помощь при остановке сердца

Содержание учебного материала (дидактические единицы).

Острое и хроническое отравление. Первая помощь при отравлениях.

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

Тема 4.4. Первая медицинская помощь при обмороке, отморожениях, солнечном и тепловом ударах.

Цель изучения темы – закрепление теоретического материала об обмороке, отморожениях, солнечном и тепловом ударах.

Требования к знаниям

При изучении данной темы обучающийся должен знать:

- причины и признаки обморока
- причины и признаки отморожений
- причины и признаки солнечного и теплового ударов.

Требование к умениям.

При изучении данной темы обучающийся должен уметь:

- оказать первую доврачебную помощь при отсутствии сознания.
- оказать первую доврачебную помощь при солнечном и тепловом ударе.
- оказать первую доврачебную помощь при отморожениях.

Содержание учебного материала (дидактические единицы).

Первая помощь при обмороке. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений

4. ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

Наименование раздела учебной дисциплины	Наименование занятия	Продолжительность часов
Раздел 1. Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности	Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. 1.1.1. Понятие здоровья и здорового образа жизни. 1.1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья. 1.1.3. Оптимальный двигательный режим. 1.1.4. Тренировка иммунитета и закаливание. 1.1.5. Рациональное питание. 1.1.6. Рациональный режим жизни (труда и отдыха). 1.1.7. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	2
	Тема 1.2. Двигательная активность и закаливание организма. Рациональное питание. Основные правила по укреплению и сохранению здоровья.	2

	1.2.1.Тренировка иммунитета и зака- ливание. 1.2.2Рациональное питание. 1.2.3.Рациональный режим жизни (труда и отдыха).	
	Тема 1.3. Факторы, разрушающие здоровье. Репродуктивное здоровье. 1.3.1.Алкоголизм и пьянство. 1.3.2.Табакокурение. 1.3.3.Наркомания и токсикомания. 1.3.4.Профилактика наркомании.	2
	Тема 1.4. Безопасность дорожного движения. 1.4.1.Экстремальные ситуации на транспорте. 1.4.2.Правила безопасного поведения на транспорте. 1.4.3.Травматизм уличный, дорожно- транспортный. Правила предупре- ждения.	2
Раздел 2. Государственная система обеспечения без- опасности населения	Тема 2.1. Основы законодатель- ства Российской Федерации по ор- ганизации защиты населения. 2.1.1.Основные положения Концеп- ции национальной безопасности Рос- сийской Федерации. 2.1.2.Законодательные и нормативные правовые основы управления без- опасностью жизнедеятельности. 2.1.3.Правовые основы организации защиты населения Российской Феде- рации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.	2
	Тема 2.2. Чрезвычайные си- туации природного, техногенного и социального характера. 2.2.1.Классификация опасных и чрез- вычайных ситуаций по происхожде- нию: природные, техногенные и со- циальные. 2.2.2.Общая характеристика чрезвы- чайных ситуаций природного харак- тера (метеорологические, геологиче- ские, гидрологические, биологиче- ские). 2.2.3.Общая характеристика чрезвы- чайных ситуаций техногенного ха- рактера (аварии на транспорте и объ-	2

	ектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности).	
	Тема 2.3. Основные направления деятельности государства по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. 2.3.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС). 2.3.2. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.	2
	Тема 2.4. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. 2.4.1. Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения. 2.4.2. Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий. 2.4.3. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной. Основные задачи гражданской обороны	2
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность	Тема 3.1. Национальная безопасность Российской Федерации. 3.1.1. Основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан. 3.1.2. Основные положения Концепции национальной безопасности и Военной доктрины Российской Федерации. 3.1.3. Основные угрозы военной безопасности России. Функции и основ-	2

	ные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформа Вооруженных Сил.	
	Тема 3.2. Вооруженные Силы Российской Федерации. 3.2.1. История создания Вооруженных Сил России. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы. 3.2.2. Организационная структура ВС. Состав Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил и рода войск, их предназначение и задачи. Другие войска, их состав и предназначение: пограничные войска ФСБ, внутренние войска МВД, железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России.	2
	Тема 3.3. Основы военной службы. 3.3.1. Правовые основы военной службы. Воинская обязанность. 3.3.2. Основные положения Федеральных законов «О воинской обязанности и военной службе» и «Об альтернативной гражданской службе». 3.3.3. Права и ответственность военнослужащих. Нормы международного права.	2
	Тема 3.4. Прохождение военной службы. 3.4.1. Обязательная подготовка к военной службе. Требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности. 3.4.2. Первоначальная постановка на воинский учет, медицинское освидетельствование. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника.	2
Раздел 4. Основы медицинских знаний	Тема 4.1. Значение первой медицинской помощи и правила ее оказания. Понятие о ранах и кровотечениях. Первая помощь при ранениях и кровотечениях. 4.1.1. Понятие травм и их виды. Пра-	2

	вила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. 4.1.2.Первая помощь при травмах различных областей тела. 4.1.3.Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной 2полости, черепа. 4.1.4.Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга 4.1.5. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении.	
	Тема 4.2. Понятия о переломах и ожогах. Электротравма. Первая помощь. 4.2.1.Первая помощь при переломах. 4.2.2.Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией. Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека.	2
	Тема 4.3.Понятия об отравлениях. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при внезапном прекращении сердечной деятельности и дыхания. 4.3.1.Острое и хроническое отравление. Первая помощь при отравлениях. 4.3.2.Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. 4.3.3.Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. 4.3.4.Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.	4
	Тема 4.4.Первая медицинская помощь при обмороке, отморожениях, солнечном и тепловом ударах. 4.4.1.Первая помощь при обмороке. 4.4.2.Основные признаки теплового	4

	удара. 4.4.3. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. 4.4.4. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений	
Всего		36

5.САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

Темы ученой дисциплины	Виды работ (содержание задания)	Бюджет времени	Форма отчетности	Учебно-методическое обеспечение
Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни.	Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.	2	сообщения конспекты	Цаххаева З.С., Хадзегова С.Б. Основы безопасности жизнедеятельности: Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учебное пособие. - Нальчик: Издательство «Принт-центр», 2015. – 116 с.
Тема 1.2. Двигательная активность и закаливание организма. Рациональное питание. Основные правила по укреплению и сохранению здоровья.	Факторы, способствующие укреплению здоровья. Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Табакокурение и его влияние на здоровье. Наркотики и их пагубное воздействие на организм.	2	сообщения конспекты	
Тема 1.3. Факторы, разрушающие здоровье. Репродуктивное здоровье.	Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.	2	сообщения конспекты	
Тема 1.4.Безопасность дорожного движения.	Правила поведения в транспорте.	2	сообщения конспекты	
Тема 2.1. Основы законодательства Российской Федерации по организации защиты населения	Законодательные и нормативные правовые акты.	2		1.Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник / В.Ю. Микрюков. – 7-е изд., стер. – М.: КНОРУС, 2015.- 288 с. – (Среднее профес-

Тема 2.2. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера	1. Чрезвычайные ситуации – угроза безопасности России.	2	сообщения конспекты	сиональное образование). 2. Цаххаева З.С., Хадзегова С.Б. Основы безопасности жизнедеятельности: Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учебное пособие. - Нальчик: Издательство «Принт-центр», 2015. – 116 с.
Тема 2.3. Основные направления деятельности государства по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций	1. Государственной противопожарной службы города. 2. Организация и проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ.	2	сообщения конспекты	
Тема 2.4. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	1. Гражданская оборона - часть обороноспособности страны. 2. Организация гражданской обороны в БУК-ЭП	2	сообщения конспекты	
Тема 3.1. Национальная безопасность Российской Федерации	1. Военная политика России в системе современных международных отношений.	1	сообщения конспекты	
Тема 3.2. Вооруженные Силы Российской Федерации	1. Военно-воздушные силы и Войска ПВО страны 2. Ядерный щит России	1	сообщения конспекты	Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник / В.Ю. Микрюков. – 7-е изд., стер. – М.: КНОРУС, 2015.- 288 с. – (Среднее профессиональное образование)
Тема 3.3 Основы военной службы.	1. Основные угрозы национальной безопасности России.	2	сообщения конспекты	

Тема 3.4. Прохождение военной службы	1. Уставные правила взаимоотношений между военнослужащими – важнейшее условие сплоченности и боевой слаженности воинского коллектива.	2	сообщения конспекты	
Тема 4.1. Значение первой медицинской помощи и правила ее оказания. Понятие о ранах и кровотечениях. Первая помощь при ранениях и кровотечениях.	Понятия: асептика и антисептика, основные антисептические средства. Способы наложения повязок. Способы и средства остановки кровотечения.	2	сообщения конспекты	1. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник / В.Ю. Микрюков. – 7-е изд., стер. – М.: КНОРУС, 2015.- 288 с. – (Среднее профессиональное образование). 2. Цаххаева З.С., Хадзегова С.Б. Основы безопасности жизнедеятельности: Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учебное пособие. - Нальчик: Издательство «Принт-центр», 2015. – 116 с.
Тема 4.2. Понятия о переломах, ожогах и электротравмах. Первая помощь.	Классификация переломов. Основные признаки переломов. Первая помощь.	2	сообщения конспекты	
Тема 4.3. Понятия об отравлениях. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при внезапном прекращении сердечной деятельности и дыхания.	Виды отравлений. Основные причины отравлений. Первая доврачебная медицинская помощь.	2	сообщения конспекты	
Тема 4.4. Первая медицинская помощь при обмороке, отморожениях, солнечном и тепловом ударах.	Признаки обморока и основные причины. Первая помощь.	2	сообщения конспекты	
Всего		30		

6. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Основная

1. Безопасность жизнедеятельности. Теория и практика: учебник для бакалавров / Я.Д. Вишняков (и др.); под общ ред. Я.Д. Вишнякова. – 4-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2015. – 543 с.
2. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник / В.Ю. Микрюков. – 7-е изд., стер. – М.: КНОРУС, 2015. – 288 с.

Дополнительная

1. Жолобов Н.М. Основы безопасности жизнедеятельности: Методические указания для преподавателя по проведению занятий по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности». – Белгород: Издательство БУКЭП, 2014. – 31 с.
2. Цаххаева З.С., Хадзегова С.Б. Основы безопасности жизнедеятельности: Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учебное пособие. - Нальчик: Издательство «Принт-центр», 2015. – 116 с.
3. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие/ Никифоров Л.Л., Персиянов В.В. Издательство: Дашков и К, 2013 г. <http://www.knigafund.ru>

7. ВОПРОСЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ К ЗАЧЕТУ

1. Здоровье и здоровый образ жизни. Основные составляющие здорового образа жизни.
2. Факторы разрушающие здоровье. Вредные привычки.
3. Безопасность дорожного движения.
4. Двигательная активность и закаливание организма. Рациональное питание. Основные правила по укреплению и сохранению здоровья.
5. Факторы, разрушающие здоровье. Репродуктивное здоровье.
6. Чрезвычайные ситуации природного характера и их виды и последствия.
7. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их виды и последствия.
8. Чрезвычайные ситуации социального характера.
9. Воздействие человеческой деятельности на атмосферу, гидросферу, биосферу.
10. Опасные и вредные производственные факторы, воздействующие на человека.
11. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени.
12. РСЧС. Силы и средства единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.
13. Аварийно-спасательная служба, ее задачи, структура и перспективы развития.
14. Современные средства поражения, их поражающие факторы
15. Организация гражданской обороны на объектах. Ядерное оружие и его поражающие факторы.
16. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ).
17. Бактериологическое оружие, поражающие факторы.
18. Защитные сооружения гражданской обороны, правила поведения в них.
19. Средства индивидуальной защиты.
20. Эвакуация населения из зоны ЧС, организация ее проведения.
21. Оповещение населения об опасностях, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.
22. Проведение аварийно-спасательных работ.

23. Воинские формирования гражданской обороны (войска ГО).
24. Меры по предупреждению случаев производственного травматизма и профессиональных заболеваний.
25. Медицинская помощь при массовых поражениях.
26. Факторы, влияющие на состояние здоровья.
27. Основные угрозы национальной безопасности РФ.
28. Меры по предупреждению поражения электрическим током.
29. Действие электрического тока на организм человека.
30. Способы тушения пожаров.
31. Основные причины пожаров в быту.
32. Защитные возможности человеческого организма.
33. Ранения и их виды. Первая помощи при ранениях.
34. Переохлаждение. Обморожения.
35. Понятие о личной гигиене. Гигиена одежды, жилища, рабочего места.
36. Инфекционные заболевания, профилактика.
37. Вредные привычки, их влияние на здоровье человека.
38. Виды и роды вооруженных сил РФ.
39. Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву, контракту

8. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

1. Эволюция среды обитания, переход к техносфере.
2. Взаимодействие человека и среды обитания.
3. Стратегия устойчивого развития как условие выживания человечества.
4. Основные пути формирования культуры безопасности жизнедеятельности в современном обществе.
5. Здоровый образ жизни — основа укрепления и сохранения личного здоровья.
6. Факторы, способствующие укреплению здоровья.
7. Организация студенческого труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы.
8. Роль физической культуры в сохранении здоровья.
9. Пути сохранения репродуктивного здоровья общества.
10. Алкоголь и его влияние на здоровье человека.
11. Табакокурение и его влияние на здоровье.
12. Наркотики и их пагубное воздействие на организм.
13. Компьютерные игры и их влияние на организм человека.
14. Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
15. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
16. Терроризм как основная социальная опасность современности.
17. Космические опасности: мифы и реальность.
18. Современные средства поражения и их поражающие факторы.
19. Оповещение и информирование населения об опасности.
20. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
21. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
22. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
23. Структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды и рода войск.
25. Основные виды вооружения и военной техники в Российской Федерации.
26. Военная служба как особый вид федеральной государственной службы.
27. Организация и порядок призыва граждан на военную службу в Российской Федерации.
24. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.

25. Символы воинской чести.
26. Патриотизм и верность воинскому долгу.
27. Дни воинской славы России.
28. Города-герои Российской Федерации.
29. Города воинской славы Российской Федерации.
30. Профилактика инфекционных заболеваний.
31. Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
32. СПИД — чума XXI века.
33. Оказание первой помощи при бытовых травмах.
34. Духовность и здоровье семьи.
35. Здоровье родителей — здоровье ребенка.
36. Формирование здорового образа жизни с пеленок.
37. Как стать долгожителем?
38. Рождение ребенка — высшее чудо на Земле.
39. Политика государства по поддержке семьи.

9. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

1. Справочно-правовая система Консультант Плюс: Версия Проф.
2. Операционные системы Microsoft Windows.
3. Прикладные программные продукты: MS Word, MS Excel, MS Access, MS Power Point, MS Publisher, MS Outlook и т.д., входящие в пакет MS Office.

10. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ»

1. ACM Digital Library
2. Ассоциация региональных библиотечных консорциумов
3. Государственная публичная научно-техническая библиотека России
4. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
5. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»
6. Министерство образования и науки Российской Федерации
7. Научная электронная библиотека eLibrary.ru
8. Официальный сайт - Министерство здравоохранения Российской Федерации (Минздрав) - <http://www.rosminzdrav.ru/>
9. Официальный сайт - Министерство обороны Российской Федерации (Минобороны) - <http://www.mil.ru/>;
10. Официальный сайт - Министерство природных ресурсов и экологии Российской Федерации (Минприроды) - <http://www.mnr.gov.ru/>.
11. Официальный сайт - Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС) - <http://www.mchs.gov.ru/>;
12. Университетская информационная система «РОССИЯ»
13. Федеральный портал «Российское образование»
14. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов
15. Электронная библиотека системы дистанционного обучения «Прометей»
16. Электронно-библиотечная система «BOOK.ru»
17. Электронно-библиотечная система «КнигаФонд»
18. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE»

11. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, НЕОБХОДИМОЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Занятия проводятся в специальном кабинете по ОБЖ (ауд. 207), оборудованном необходимой учебной мебелью для обучающихся и преподавателя, тематическими стендами по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности».