

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Троицкий медицинский колледж»

УТВЕРЖДАЮ  
И.о. директора ГБПОУ  
«Троицкий медицинский колледж»  
Н.В. Строчкова  
«31» августа 2018 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОУД Общеобразовательные учебные дисциплины**

**ОУДБ.00 Базовые**

**ОУДБ.09 Основы безопасности жизнедеятельности**

специальность 34.02.01 Сестринское дело

программа подготовки специалистов среднего звена  
среднего профессионального образования  
базовой подготовки

Рабочая программа учебной дисциплины ОУДБ.09 Основы безопасности жизнедеятельности составлена на основе:

Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования базовой подготовки 34.02.01 Сестринское дело;

Примерной программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций.

Составитель:

Филатова Галина Дмитриевна, преподаватель дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА</b>	<b>4</b>
<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ</b>	<b>6</b>
<b>2. СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>12</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>30</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>34</b>

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения безопасности жизнедеятельности в профессиональных образовательных организациях СПО, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах СПО на базе основного общего образования при подготовке специалистов среднего звена.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», в соответствии с рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.00.2015 № 06259). Содержание программы «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих целей:

- Повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы, совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- Снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- Формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- Обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

Программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» является основой для разработки рабочих программ, в которых профессиональные образовательные организации, реализующие образовательную программу среднего общего образования на базе основного общего образования, уточняют содержание учебного материала, последовательность его изучения, распределение учебных часов, тематику рефератов (докладов), индивидуальных проектов, виды самостоятельных работ, учитывая специфику программ подготовки квалифицированных рабочих, служащих и специалистов среднего звена, осваиваемой профессии или специальности.

Программа может использоваться другими профессиональными образовательными организациями, реализующими образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования; программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ).

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **ОУДБ.09 Основы безопасности жизнедеятельности**

### **1.1. Область применения рабочей программы**

Рабочая программа учебной дисциплины ОУДБ.09 Основы безопасности жизнедеятельности является частью программы подготовки специалистов среднего звена среднего профессионального образования базовой подготовки в соответствии с ФГОС по специальности 34.02.01 Сестринское дело.

### **1.2. Место рабочей программы учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:**

В учебных планах программы подготовки специалистов среднего звена место учебной дисциплины ОУДБ.09 Основы безопасности жизнедеятельности – в составе общих общеобразовательных учебных дисциплин, формируемых из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования, для специальности 34.02.01 Сестринское дело.

### **1.3. Цели и задачи рабочей программы учебной дисциплины – требования к результатам освоения рабочей программы учебной дисциплины**

Освоение рабочей программы учебной дисциплины ОУДБ.09 Основы безопасности жизнедеятельности направлено на достижение следующих **целей:**

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся

## РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение содержания рабочей программы учебной дисциплины ОУДБ.09 Основы безопасности жизнедеятельности обеспечивает достижение следующих результатов:

### • *личностных:*

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

### • *метапредметных:*

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;
- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике;
- принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

• **предметных:**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;



- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы:
- законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
- освоение знания основных видов военно-профессионально деятельности,
- особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен

**знать:**

- 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;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- состав и предназначение вооруженных сил российской федерации;

- наиболее распространенные инфекционные заболевания, причины их возникновения, меры профилактики
- методы и средства оказания первой медицинской помощи при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях
- основные положения здорового образа жизни и личной гигиены
- о вредных привычках (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их влиянии на здоровье человека;
- единую государственную систему предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций;
- основные понятия и определения, задачи ГО (гражданской обороны), структура и органы управления гражданской обороны;
- современные средства поражения и их поражающие факторы. мероприятия по защите населения:
- защитные сооружения гражданской обороны. основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. виды защитных сооружений. правила поведения в защитных сооружениях;
- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него.

***уметь:***

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

***владеть навыками:***

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.
- безопасного поведения в различных опасных ситуациях, в том числе в зонах с повышенной опасностью
- в выполнении мероприятий гражданской обороны / в использовании средства индивидуальной и коллективной защиты/
- в приемах оказания первой медицинской помощи при ранениях, кровотечениях, при травмах, в приемах поведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца;

- развитие в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.

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

максимальной учебной нагрузки обучающегося **105** часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **46** часов;

практические занятия на обучающегося **24** часа;

самостоятельной работы обучающегося **35** часов.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### ОУДБ.09 Основы безопасности жизнедеятельности

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

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>105</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>70</b>
в том числе:	
теоретические занятия	46
практические занятия	24
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>35</b>
в том числе:	
<i>Индивидуальные задания</i>	20
<i>Внеаудиторная самостоятельная работа (составление конспектов, подготовка реферативных сообщений, ответы на вопросы)</i>	15
<b><i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i></b>	

### 2.3 Содержание учебной дисциплины ОУДБ.09 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрена)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<p><b>РАЗ ДЕЛ I.</b> Государственная система обеспечения безопасности населения <b>Глава 1.</b> Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасности поведения.</p>		33	
<p><b>Тема 1.1</b> Безопасность жизнедеятельности- наука о выживании. Понятие безопасности.</p>	<p><b>Содержание материала:</b> понятие о безопасности человека; значение предмета ОБЖ; безопасность жизнедеятельности- область научных знаний; <b>Самостоятельная работа:</b> Эссе «Моя личная безопасность»</p>	2	1,2
<p><b>Тема 1.2.</b> Общая характеристика опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, правила безопасного поведения.</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> 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). Чрезвычайные ситуации социального характера, правила безопасного поведения. Законы и другие нормативно- правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности. <b>Самостоятельная работа:</b> Рефераты: «Опасные и чрезвычайные ситуации природного и техногенного</p>	2	1,2

	характера»; «Город и преступность»; «Осторожно террор»; «Уголовная ответственность несовершеннолетних».		
<b>Тема 1.3.</b> Уголовная ответственность несовершеннолетних.	<b>Содержание учебного материала</b> Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних; классификация преступлений; виды наказаний для несовершеннолетних <b>Самостоятельная работа:</b> Работа со СМИ (формирование заметок)	2	2,3
<b>Тема 1.4.</b> Производственные аварии и катастрофы	<b>Содержание учебного материала:</b> Аварии на и катастрофы. Основные понятия и определения; классификация ЧС техногенного характера <b>Самостоятельная работа:</b> Работа со СМИ (формирование заметок)	2	2,3
<b>Тема 1.5.</b> Международный терроризм. Меры, принимаемые в государстве по противодействию терроризму.	<b>Содержание учебного материала:</b> понятие терроризма; международный терроризм; меры, принимаемые в государстве по противодействию терроризму. <b>Самостоятельная работа:</b> Работа со СМИ (формирование заметок) Создание презентации «Терроризм- нет» «Осторожно: террор»	2	1,2
<b>Тема 1.1.</b> Опасные ситуации социального характера. Правила поведения в условиях криминального характера.	<b>Содержание материала:</b> - Просмотр фильма «Ситуации криминального характера»; - Решение ситуационных задач <b>Самостоятельная работа:</b> Работа со СМИ (формирование заметок)	2	2,3

<p><b>Тема 1.6.</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций /РСЧС/, ее структура и задачи</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> РСЧС, история её создания, предназначение; решаемые задачи по защите населения от ЧС; права и обязанности граждан РФ в области защиты населения и территорий от ЧС; режимы функционирования РСЧС.</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b></p> <p>Реферат «Организационные основы защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени»</p>	<p>2</p>	<p>1,2</p>
<p><b>Тема 1.2.</b> Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</p>	<p><b>Содержание материала:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Просмотр фильма «Ситуации криминального характера»;</li> <li>- Решение ситуационных задач</li> </ul> <p><b>Самостоятельная работа:</b></p> <p>Работа со СМИ (формирование заметок)</p>	<p>2</p>	<p>2,3</p>
<p><b>Тема 1.7.</b> Гражданская оборона основные понятия и определения задачи гражданской обороны.</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> гражданская оборона, история её создания, предназначение; задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий; организация управления гражданской обороной; структура управления и органы управления гражданской обороной.</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b></p> <p>Реферат: «Радиация вокруг нас»; «Бытовая химия».</p>	<p>2</p>	<p>1,2</p>

<p><b>Тема 1.8.</b> Современные средства поражения, их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> ядерное оружие; поражающие факторы ядерного взрыва; проводимые мероприятия по защите населения от ионизирующих излучений дезактивация одежды и обуви; действия населения при оповещении о радиоактивном заражении; лучевая болезнь; химическое оружие; классификация отравляющих веществ /ОВ/ по предназначению и воздействию на организм ;основные средства и способы защиты от ОВ; действия населения при оповещении о химическом заражении; бактериологическое оружие, способы и признаки применения; средства поражения, их поражающие факторы; правила поведения и действия населения в очаге инфекционного заболевания /в условиях карантина и обсервации;; современные обычные средства поражения.</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b> Создание презентаций « Современные средства поражения»</p>	<p>2</p>	<p>1,2</p>
<p><b>Тема 1.3.</b> Аварии с выбросом радиоактивных веществ.</p>	<p><b>Содержание материала:</b> - Просмотр фильма «Ситуации криминального характера»; - Решение ситуационных задач</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b> Работа со СМИ (формирование заметок)</p>	<p>2</p>	<p>2,3</p>
<p><b>Тема 1.5.</b> Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ (АХОВ).</p>	<p><b>Содержание материала:</b> - Просмотр фильма «Ситуации криминального характера»; - Работа с инструкционной картой; -Решение ситуационных задач</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b> Работа со СМИ (формирование заметок)</p>	<p>2</p>	<p>2,3</p>



<p><b>Тема 1.4.</b> Пожары и взрывы.</p>	<p><b>Содержание материала:</b> - Просмотр фильмов «Пожарь», «Взрывы»; -Решение ситуационных задач</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b> Работа со СММИ (формирование заметок)</p>	<p>2</p>	<p>2,3</p>
<p><b>Тема 1.6.</b> Гидродинамические аварии</p>	<p><b>Содержание материала:</b> - Просмотр фильма «Ситуации криминального характера»; - Работа с инструкционной картой; -Решение ситуационных задач</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b> Работа со СММИ (формирование заметок)</p>	<p>2</p>	<p>2,3</p>
<p><b>Тема 1.9.</b> Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> защитные сооружения ГО, их виды правила поведения в ЗС; средства индивидуальной защиты /ИСЗ/ средства защиты органов дыхания и кожи ; проведение аварийно-спасательных работ в зонах ЧС; эвакуация населения, правила поведения населения при эвакуации</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b> 1/ изготовление ватно-марлевых повязок 2/ определение размера противогаса и его одевани</p>	<p>2</p>	<p>2,3</p>

<p><b>Тема 1.10.</b></p> <p>Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применения современных средств поражения. Организация гражданской обороны в общеобразовательных учреждениях</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций; санитарная обработка людей; дезактивация, дегазация; дезинфекция; эвакуация организация гражданской обороны в общеобразовательных учреждениях.</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b></p> <p>Составление плана эвакуации из кабинета № 3</p>	<p>2</p>	<p>2,3</p>
<p><b>Тема 1.11.</b></p> <p>Контрольная работа по разделу «Государственная система обеспечения безопасности населения»</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p> <p>Контрольная работа 6 вариантов</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b></p> <p>Эссе « Государственная система обеспечения безопасности в моей жизни»</p>	<p>1</p>	<p>1,2</p>
<p><b>РАЗДЕЛ II.</b> Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</p>		<p>22</p>	

<p><b>Тема 2.1.</b> Сохранение и укрепление здоровья- важная забота каждого человека и всего общества. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> здоровый образ жизни как средство сохранения и укрепления индивидуального здоровья; основные критерии здоровья; влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе его жизнедеятельности; понятие о режиме жизнедеятельности человека; пути обеспечения высокого уровня работоспособности; индивидуальное здоровье; основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика (ботулизм, столбняк, гангрена газовая, тиф, грипп, туберкулез и тд).</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b> Рефераты: «Здоровый образ жизни»; «Личная гигиена», «Профилактика инфекционных заболеваний»</p>	<p>2</p>	<p>1,2</p>
<p><b>Тема 2.1.</b> Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Семья в современном обществе. Заболевания, передаваемые половым путем</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> семья и ее значение в жизни человека; факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни /психологический, культурный, материальный/; качества, которые необходимо воспитать в себе молодому человеку для создания прочной семьи; болезни, передаваемые половым путем, формы передачи; причины, способствующие заражению БППП; меры профилактики; уголовная ответственность за заражение венерической болезнью; ВИЧ — инфекция и СПИД, краткая характеристика, пути заражения профилактика СПИДа. Просмотр фильма «Касается каждого»; ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией; семья в современном обществе; правила личной гигиены.</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b> Рефераты: «Профилактика инфекционных заболеваний», «Здоровый образ жизни».</p>	<p>2</p>	<p>1,2</p>
<p><b>Тема 2.2.</b> Диспут «Проблема отцов и детей в современном обществе»</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> Внеклассная разработка №1Проблема отцов и детей в современном обществе»</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b> Эссе «Моя семья»</p>	<p>2</p>	<p>2,3</p>

<p><b>Тема 2.2.</b> Здоровый образ жизни. Критерии здоровья. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Беременность и гигиена. Основы ухода за младенцем.</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> здоровый образ жизни как средство сохранения и укрепления индивидуального здоровья; основные критерии здоровья; влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе его жизнедеятельности; понятие о режиме жизнедеятельности человека; пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременных. Основы ухода за младенцем. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины.</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b> Реферат: «Здоровый образ жизни», «Рождение ребенка – высшее чудо на земле».</p>	<p>2</p>	<p>1,2</p>
<p><b>Тема 2.3.</b> Вредные привычки, их влияние на здоровье человека. Профилактика вредных привычек</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> вредные привычки /употребление алкоголя, наркотиков, курение/, их социальные последствия; алкоголь, его влияние на здоровье и поведение человека; курение, его влияние на состояние здоровья; наркотики, наркомания и токсикомания; социальные последствия пристрастия к наркотикам; профилактика вредных привычек</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b> Темы рефератов: «Курение и его вред»; «Алкоголь и его последствия»; «Наркомания»</p>	<p>2</p>	<p>2,3</p>
<p><b>Тема 2.4.</b> Наркотики и подросток (тренинговые мероприятия)</p>	<p>Тренинговые мероприятия «Я выбираю жизнь»</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b> Создание презентаций «Нет- наркотикам»</p>	<p>2</p>	<p>2,3</p>
<p><b>Тема 2.3.</b> Режим труда и отдыха. Значение двигательной активности и закаливания</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> значение режима труда и отдыха для гармоничного развития человека и поддержания необходимого уровня здоровья; биологические ритмы и трудоспособность человека влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека; значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека; выработка привычек к систематическим занятиям физической культурой; физиологические особенности влияния закаливанием процедур на организм человека; использование факторов окружающей природной среды для закаливания; необходимость систематического выполнения закалывающих</p>	<p>2</p>	<p>1,2</p>

<p>организма для здоровья человека.</p> <p><b>Тема 2 4.</b></p> <p>Рациональное питание. Гигиена питания.</p>	<p>процедур</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b></p> <p>Темы рефератов:</p> <p>«Закаливание организма»; «Лечебная физкультура»; «Спорт и здоровье»</p> <p><b>Содержание учебного материала:</b> питание, его роль в жизни человека сбалансированное питание; раздельное питание видовое питание, основные определения и подходы; понятия о вегетарианском, диетическом, лечебном питании; режим питания и его роль в обеспечении здоровья и работоспособности человека</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b></p> <p>Реферат: «Лечебное питание»</p>	<p>2</p>	<p>1,2</p>
<p><b>Тема 2.5</b></p> <p>Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> острая сердечная недостаточность (ОСН); симптомы (клинические признаки), первая помощь; инсульт мозговой, симптомы (клинические признаки), первая помощь.</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b></p> <p>Реферат «Заболевания сердечно-сосудистой системы»</p>	<p>2</p>	<p>1,2</p>
<p><b>Тема 2.6.</b></p> <p>Производственный травматизм, меры профилактики, оказания первой медицинской помощи при травмах,</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p> <p>требования к технике безопасности при работе электрическими приборами, режущими инструментами во время работы на станках, аппаратах, при вождении автомобиля, при выполнении с/х работ; первая медицинская помощь при производственных травмах; ранения их виды, первая МП при ранениях; профилактика осложнения ран; правила наложения повязок на голову, конечности; кровотечения, их виды; ПМП при кровотечениях; временная</p>	<p>2</p>	<p>2,3</p>

<p>ранениях, ушибах, растяжение связок, вывихах.</p>	<p>остановка кровотечений; переохлаждение и обморожение, ПМП при обморожениях;</p> <p><b>Самостоятельная работа:</b></p> <p>/ наложение повязок, шин</p> <p>2/ не прямой массаж сердца и искусственной вентиляции легких</p>		
<p><b>Тема 2.7.</b></p> <p>Экстренная реанимационная помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания.</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ПМП при остановке сердца;</li> <li>- понятие клинической смерти и реанимации;</li> <li>- правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких;</li> <li>- -терминальные (конечные) состояния.</li> </ul> <p><b>Самостоятельная работа:</b></p> <p>Создание презентаций «ПМП при остановке сердца»</p>	2	2,3
<p><b><u>РАЗДЕЛ III.</u></b></p> <p>Основы военной службы</p>		16	
<p><b>Тема 3.1.</b></p> <p>Родина и ее национальная безопасность.</p> <p>История создания и развития</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> Родина и ее национальная безопасность; угроза национальной безопасности; история рагного дела в России; Российские вооруженные силы на современном этапе; структура вооруженных сил; сухопутные войска, военно-воздушные силы (ВВС); военно-морской флот; ракетные войска стратегического назначения; космические войска; военно-воздушная войска (ВДВ); другие войска и воинские формирования, их предназначение; внутренние войска, железнодорожные войска.</p>	2	1,2

<p>Вооруженных сил России. Состав Вооруженных сил Российской Федерации.</p>	<p><b>Самостоятельная работа:</b> Рефераты: «Войны в истории человечества России», «Организация обороны Российской Федерации»</p>		
<p><b>Тема 3.2.</b> Вооруженные силы Российской Федерации – основа обороны государства.</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> 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. <b>Самостоятельная работа:</b> Презентация «Вооруженные силы РФ»</p>	2	1,2
<p><b>Тема 3.3.</b> Патриотизм, верность воинскому долгу – неотъемлемые качества русского воина, основа героизма</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> понятие патриотизма; дни воинской славы России; символы воинской чести; история государственных наград за военные отличия в России; основные государственные награды СССР и России; ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации. <b>Самостоятельная работа:</b> Рефераты: «Военнослужащий – патриот, с честью и достоинством несущий звание защитника Отечества». «Военнослужащий – специалист, владеющий оружием и военной техникой», «Офицер Российской армии. Требования, предъявляемые к офицеру военной службы».</p>	2	1,2

<p><b>Тема 3.4.</b> Экскурсия в краеведческий музей г. Троицка «О днях воинской славы» (победных днях России). Памятные даты в установленной законом хронологии.</p>	<p><b>Содержание материала:</b> «О днях воинской славы» <b>Самостоятельная работа:</b> Презентация «Памятные даты в установленной законом хронологии»</p>	<p>2</p>	<p>1,2</p>
<p><b>Тема 3.1.</b> Память поколений - дни воинской славы России.</p>	<p><b>-Содержание материала:</b> понятие патриотизма; дни воинской славы России; символы воинской чести; история государственных наград за военные отличия в России; основные государственные награды СССР и России; ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации. <b>Самостоятельная работа:</b> Презентация «Памятные даты в установленной законом хронологии»</p>	<p>2</p>	<p>1,2</p>
<p><b>Тема 3.2.</b> Участие в ежегодных городских соревнованиях санитарных дружин и постов г. Троицка.</p>	<p>Презентация «Памятные даты в установленной законом хронологии»</p>	<p>2</p>	<p>1,2</p>
<p><b>Тема 3.5.</b> Символы воинской чести</p>	<p><b>Содержание учебного материала:</b> Ордена- почетные награды за воинские отличия в бою и военной службе; ритуалы вооруженных сил РФ; боевое знамя воинской части- символ воинской чести, доблести и славы; просмотр фильма</p>	<p>2</p>	<p>1,2</p>



	<p><b>Самостоятельная работа:</b> Создание презентации «Символы воинской чести»</p>		
<p><b>Тема 3.6.</b> Дифференцированный зачет</p>	<p>Дифференцированный зачет</p>	<p>1</p>	<p>1,2</p>

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУДБ.09 Основы безопасности жизнедеятельности**

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

Реализация рабочей программы учебной дисциплины ОУДБ.09 Основы безопасности жизнедеятельности требует наличия учебного кабинета основы безопасности жизнедеятельности.

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

- типовое оборудование (столы, стулья, шкафы)
- аудиторная доска;
- видеотека мультимедийных учебных программ (мультимедийные обучающие программы и электронные учебники по основным разделам ОБЖ, видеофильмы по разделам курса ОБЖ, презентации по темам безопасности жизнедеятельности)
- нормативно-правовые документы
- учебная литература
- раздаточный материал
- 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)
- 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
- учебно-наглядные пособия по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»

- набор плакатов или электронные издания

### **Инструктивно-нормативная документация:**

- Требования к результатам освоения программы подготовки специалистов среднего звена (общие и профессиональные компетенции);
- законы Российской Федерации об образовании, постановления, приказы, инструкции, информационные письма Министерства образования Российской Федерации и Министерства здравоохранения Российской Федерации, соответствующие профилю дисциплины;
- инструкции по охране труда, противопожарной безопасности и производственной санитарии в соответствии с профилем кабинета;
- перечень материально-технического и учебно-методического оснащения кабинета.

### **Учебно-программная документация:**

- рабочие программы по дисциплинам;
- календарно-тематические планы;
- технологические карты теоретических и практических занятий;

### **Учебно-методическая документация:**

- учебно-методические комплексы и дидактический материал по разделам и темам модуля;
- учебно-методические пособия управляющего типа;
- методические пособия для самоподготовки студентов;
- учебно-методические рекомендации для студентов по самостоятельной работе;
- сборник тестовых заданий и задач;
- методические учебные материалы (на электронных носителях);
- учебная и справочная литература;
- компьютерные программы (обучающие, контролирующие);
- электронные учебники (учебные пособия) по разделам и темам модуля;

### **Информационно-методический уголок:**

- график проведения обязательных контрольных работ;
- перечень обязательных манипуляций;
- график отработок пропущенных занятий;
- виды самостоятельной внеаудиторной работы студентов;
- перечень тем для самостоятельной внеаудиторной работы студентов;

- образцы ведения дневника практических занятий, технологической практики;
- инструкция по технике безопасности;
- инструкция по пожарной безопасности;
- вопросы к семинарам;
- список обязательной и дополнительной литературы;
- информация по работе предметного кружка и др.

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

- компьютер
- мультимедийный проектор
- экран

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

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

##### ***Основная литература***

1. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 10 кл. Под ред. Воробьева Ю.Л. – М., 2018.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 11 кл. Под ред. Воробьева Ю.Л. – М., 2016.
3. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред. проф. образования. — М., 2018.
4. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А. Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред. проф. образования. — М., 2017.

##### ***Дополнительная литература***

1. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. — М., 2018.
2. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2017 г.) — Ростов н/Д, 2017.
3. Семейный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 29.12.1995 № 223-ФЗ) (в ред. от 12.11.2012) // СЗ РФ. — 1996. — № 1. — Ст. 16.

4. Уголовный кодекс Российской Федерации (утвержден Федеральным законом от 13.06.1996 № 63-ФЗ) (в ред. от 07.12.2011 ; с изм. и доп., вступающими в силу с 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 25. — Ст. 2954.
5. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»
6. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — № 35. — Ст. 3648.
7. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.
8. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.
9. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.

### **Интернет-ресурсы**

[www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).

[www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).

[www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).

[www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ).

[www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).

[www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) (Books Gid. Электронная библиотека).

[www.globalteka.ru/index.html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).

[www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).

[www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).

[www.school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).

[www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).

[www.robediteli.ru](http://www.robediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).

[www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).

[www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность).

[www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).

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

### ОУДБ.09 Основы безопасности жизнедеятельности

Контроль и оценка результатов освоения рабочей программы учебной дисциплины ОУДБ.09 Основы безопасности жизнедеятельности осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
<b>Умения:</b>	
предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;	тестирование, оценка решения ситуационных задач и выполнения внеаудиторной самостоятельной работы
использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;	Демонстрация умения использовать средства индивидуальной защиты и оценка правильности их применения;  решение ситуационных задач по использованию средств коллективной защиты;  тестирование, устный опрос.
применять первичные средства пожаротушения;	Демонстрация умения пользоваться первичными средствами пожаротушения и оценка правильности их применения;  тестирование;  оценка решения ситуационных задач;  устный опрос; оценка выполнения внеаудиторной самостоятельной работы

ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;	Устный опрос; тестирование
применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;	Тестирование, оценка правильности решения ситуационных задач
владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;	Наблюдение в процессе теоретических и практических занятий
оказывать первую помощь пострадавшим	Демонстрация умения оказывать первую помощь пострадавшим, оценка правильности выполнения алгоритма оказания первой помощи; оценка решения ситуационных задач; тестирование, устный опрос. Оценка правильности выполнения внеаудиторной самостоятельной работы
<b>Знания:</b>	
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;	Устный опрос, тестирование, оценка правильности выполнения самостоятельной внеаудиторной работы
основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;	Устный опрос, тестирование, оценка правильности выполнения самостоятельной внеаудиторной работы
основы военной службы и обороны государства;	
задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;	Устный опрос, тестирование, оценка правильности выполнения самостоятельной внеаудиторной работы
меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;	Устный опрос, тестирование, оценка правильности выполнения самостоятельной внеаудиторной работы
организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;	Устный опрос, тестирование
основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;	Устный опрос, тестирование

область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;	Устный опрос, тестирование, оценка правильности выполнения самостоятельной внеаудиторной работы
порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим	Устный опрос, тестирование, оценка правильности выполнения самостоятельной внеаудиторной работы

Оценка индивидуальных образовательных достижений по результатам текущего контроля и промежуточной аттестации производится в соответствии с универсальной шкалой (таблица).

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений	
	балл (отметка)	вербальный аналог
90 ÷ 100	5	отлично
80 ÷ 89	4	хорошо
70 ÷ 79	3	удовлетворительно
менее 70	2	неудовлетворительно



**Тематический план**  
**ОУДБ.00. Базовые**  
**ОУДБ.09 Основы безопасности жизнедеятельности»**  
**по специальности 34.02.01 сестринское дело**

№ разделов и тем (с цифровым обозначением)	Наименования разделов и тем	1 семестр				2 семестр			
		Обязательная нагрузка			Самостоятельная работа	Обязательная нагрузка			Самостоятельная работа
		Всего	В том числе			Всего	В том числе		
			Теоретическое занятие	Практическое занятие			Теоретическое занятие	Практическое занятие	
<b>РАЗДЕЛ 1.</b>	Государственная система обеспечения безопасности населения.	<b>33</b>	<b>21</b>	<b>12</b>	<b>16,5</b>				
<b>Глава 1.</b>	Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасности поведения.	2	2		1				
<b>1.1.</b>	Безопасность жизнедеятельности - наука о выживании. Понятие безопасности.	2	2		1				
<b>1.2.</b>	Общая характеристика опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, правила безопасного поведения.	2	2		1				
<b>1.3.</b>	Уголовная ответственность несовершеннолетних.	2	2		1				
<b>1.4.</b>	Производственные аварии и катастрофы.	2	2		1				
<b>1.5.</b>	Международный терроризм. Меры, принимаемые в государстве по противодействию терроризму.	2	2		1				
<b>1.1.</b>	Опасные ситуации социального характера. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.	2		2	1				

1.2.	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	2		2	1				
1.6.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций /РСЧС/, ее структура и задачи.	2	2		1				
1.7.	Гражданская оборона основные понятия и определения задачи гражданской обороны.	2	2		1				
1.8.	Современные средства поражения, их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.	2	2		1				
1.3.	Аварии с выбросом радиоактивных веществ.	2		2	1				
1.4.	Пожары и взрывы.	2		2	1				
1.5.	Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ (АХОВ).	2		2	1				
1.6.	Гидродинамические аварии.	2		2	1				
1.9.	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.	2	2		1				
1.10.	Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применения современных средств поражения. Организация гражданской обороны в общеобразовательных учреждениях	2	2		1				
1.11.	Контрольная работа по разделу «Государственная система обеспечения безопасности населения»	1	1		0,5				

<b>РАЗДЕЛ</b>	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни							
<b>Ц.</b>	Основы медицинских знаний и профилактика							
<b>Глава 2</b>	Сохранение и укрепление здоровья - важная забота каждого человека и всего общества. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.				2	2		1
2.1.	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов. Семья в современном обществе. Заболевания, передаваемые половым путем.				2		2	1
2.2.	Диспут «Проблема отцов и детей в современном обществе»				2		2	1
2.2.	Здоровый образ жизни. Критерии здоровья. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Беременность и гигиена. Основы ухода за младенцем.				2	2		1
2.3.	Вредные привычки, их влияние на здоровье человека. Профилактика вредных привычек.				2		2	1
2.4.	Наркотики и подросток (тренинговые мероприятия)				2		2	1
2.3.	Режим труда и отдыха. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека.				2	2		1
2.4.	Рациональное питание. Гигиена питания.				2	2		1
2.5.	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте.				2	2		1
2.6.	Производственный травматизм, меры				2	2		1

2.7.	профилактики, оказании первой медицинской помощи при травмах, ранениях, ушибах, растяжении связок, вывихах. Экстренная реанимационная помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания.					2	2		1
<b>РАЗДЕЛ III.</b>	Основы военной службы								
3.1.	Родина и ее национальная безопасность. История создания и развития Вооруженных сил России. Состав Вооруженных сил Российской Федерации.					2	2		1
3.2.	Вооруженные силы Российской Федерации – основа обороны государства.					2	2		1
3.3.	Патриотизм, верность воинскому долгу- неотъемлемые качества русского воина, основа героизма					2	2		1
3.4.	Экскурсия в краеведческий музей г. Троицка «О днях воинской славы» (победных днях России).Памятные даты в установленной законом хронологии.					2		2	1
3.1.	Память поколений - дни воинской славы России.					2		2	1
3.2.	Участие в ежегодных городских соревнованиях санитарных дружин и постов г. Троицка.					2		2	1
3.5.	Символы воинской чести.					2	2		1
3.6.	<b>Дифференцированный зачет</b>					1	1		0,5
	<b>Всего за 1 семестр:</b>	<b>33</b>	<b>21</b>	<b>12</b>	<b>16,5</b>				
	<b>Всего за 2 семестр:</b>					<b>37</b>	<b>25</b>	<b>12</b>	<b>18,5</b>
	<b>Итого:</b>	<b>70</b>	<b>46</b>	<b>24</b>	<b>35</b>				