


Министерство образования Новгородской области  
областное государственное автономное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Маловишерский техникум»

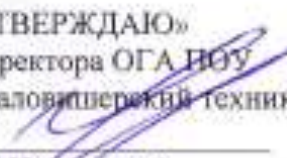
«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по УР

 М.А. Стратонникова

«30» августа 2022 г.

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директора ОГА ВОУ  
«Маловишерский техникум»

  
А.Г. Низинский  
«30» августа 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

по специальности: 34.02.01 «Сестринское дело»  
23.02.06 «Техническая эксплуатация подвижного состава  
железных дорог»

Малая Вишера  
2022

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего профессионального 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 (

Организация-разработчик:                      областное                      государственное                      автономное  
   профессиональное                      образовательное                      учреждение  
   «Маловишерский техникум»

Разработчики:

Андреев Владимир Валентинович -преподаватель спец. дисциплин

Программа учебной утверждена педсоветом приказ №\_\_1\_\_

от «30» \_августа 2022 года

## СОДЕРЖАНИЕ

|   | стр. |
|---|------|
| <b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>              | 5    |
| <b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>                 | 8    |
| <b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>   | 19   |
| <b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b> | 20   |

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 1.1. Область применения программы:

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (Далее ФГОС) среднего профессионального образования (далее СПО) по специальностям 34.02.01. « Сестринское дело» 23.02.06 «Техническая эксплуатация подвижного железных дорог»

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

является дисциплиной общеобразовательной подготовки

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

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих **результатов:**

### **личностных:**

Личностные результаты: · сформированность целостного представления об основных направлениях обеспечения национальной безопасности Российской Федерации и основных приоритетах национальной безопасности (национальной обороне, государственной и общественной безопасности. (Л1)

выбор направления самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в сфере будущей профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учётом индивидуальных возможностей и потребностей. (Л2)·

сформированность современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, способствующей снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства. (Л3)

осознание терроризма и экстремизма как социальных явлений, представляющих серьёзную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности. (Л4) ·

сформированность нравственных позиций и личных качеств, способствующих противостоянию террористической и экстремистской идеологии. (Л5)

сформированность потребностей в соблюдении норм и правил здорового образа жизни; · выработка устойчивого негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков. (Л6)

осознание значения семьи для жизни современного общества и благоприятной демографической ситуации в стране. (Л7)

сформированность убеждения в необходимости освоения основ медицинских знаний и выработки умений в оказании первой помощи при неотложных состояниях (Л8)

морально-психологическая и физическая подготовленность к успешной профессиональной деятельности, в том числе к военной службе в современных условиях (Л9)

воспитание патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и её Вооружённым Силам. (Л10)

воспитание потребности в правовой подготовке и освоение основных положений законодательства Российской Федерации в области обороны государства, воинской обязанности и военной службы граждан (Л11)

уяснение значения роли гражданской обороны в области защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени и выработка убеждения в необходимости овладения навыками в области гражданской обороны.(Л12)

**метапредметных:**

умение обоснованно объяснять особенности современных процессов мирового развития в условиях глобализации, которые формируют новые угрозы и риски для безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства и национальной безопасности России. (М1)

умение характеризовать основные направления перехода Российской Федерации к новой государственной политике в области национальной безопасности.(М2)

поиск в различных информационных источниках и самостоятельный отбор информации о наиболее характерных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, имевших место за последнее время в стране. Анализ причин их возникновения и последствий; систематизация рекомендаций населению по правилам безопасного поведения для минимизации последствий различных чрезвычайных ситуаций.(М3)

умение характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьёзную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности России. (М4)

умение логически обоснованно доказывать следующие положения: — любые акты терроризма являются преступлениями, не имеющими оправдания; — террористическая деятельность бесцельна; — наказание за любую террористическую деятельность наступает неизбежно. (М5)

умение обосновывать значение здорового образа жизни как индивидуальной системы поведения человека для обеспечения его духовного, физического и социального благополучия.(М6)

умение подбирать из различных информационных источников убедительные примеры пагубного влияния курения, употребления алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека, а также умение отстаивать свою точку зрения по этому вопросу при общении в кругу сверстников. (М7)

умение характеризовать назначение и функции семьи в современном обществе и логично обосновывать влияние благополучных семейных отношений на здоровье личности, общества и демографическую безопасность в государстве. (М8)

умение логично обосновывать важность и значение владения методами оказания первой помощи при неотложных состояниях. (М9)

умение осмысливать и понимать основные стратегические цели совершенствования национальной обороны государства для предотвращения глобальных и региональных войн и конфликтов, а также в целях осуществления стратегического сдерживания в интересах обеспечения военной безопасности страны(М10)

умение характеризовать роль и место Вооружённых Сил Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности страны(М11)

умение доступно излагать содержание основ законодательства Российской Федерации об обороне государства, воинской обязанности и военной службе граждан Российской Федерации; умение обосновывать необходимость обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и подготовки их по основам военной службы для успешного выполнения ими конституционного долга и обязанности по защите Отечества.(М12)

#### **предметных:**

сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;(П1)

знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;(П2)

сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;(П3)

сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;(П4)

знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;(П5)

знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);(П6)

знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;(П7)

умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;(П8)

умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;(П9)

знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;(П10)

знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;(П11)

владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.(П12)

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

максимальной учебной нагрузки студента **108** часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки студента **70** часа;

самостоятельной работы студента **36** часов.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

| <b>Вид учебной работы</b>  | <b>Количество часов</b> |
|--|-------------------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>                       | <b>108</b>              |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>            | <b>70</b>               |
| в том числе:   |                         |
| практические занятия   | <b>14</b>               |
| <b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>                     | <b>38</b>               |
| <i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта</i> |                         |

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

| Наименование разделов и тем  | Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся | Объем часов  | Личностные, метапредметные, предметные результаты |
|--|---|--|---|
| <b>Раздел 1. Введение</b>  |   |  |   |
| <b>Тема 1.1</b> Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины, основные теоретические положения и понятия | Содержание учебного материала   |  | Л1, Л8  |
|  | 1   | Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения | М4, М8<br>П1, П3, П8                              |
|  | 2   | Культура безопасности жизнедеятельности - современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО.  |   |
|  | Самостоятельная работа  |  | 2   |
|  | Современная концепция безопасного типа поведения личности   |  |   |
| <b>Раздел 2. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>   |   | <b>17</b>  |   |
| <b>Тема 2.1</b> Здоровье и здоровый образ жизни  | Содержание учебного материала   |  | Л1, Л8  |
|  | 3   | Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье.   | М4, М8  |
|  | 4   | Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.   | П1, П3, П8  |
|  | Самостоятельная работа  |  | 2   |
|  | Здоровый образ жизни  |  |   |
| <b>Тема 2.2</b> Факторы, способствующие укреплению здоровья  | Содержание учебного материала   |  | Л8  |
|  | 5   | Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха.  | М8<br>П3, П5                                      |
|  | 6   | Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.   |   |
|  | Самостоятельная работа  |  | 2   |
|  | Занятия физической культурой.<br>Двигательная активность человека   |  |   |



|  |                               |  |   |        |
|--|-------------------------------|--|---|--------|
|  | Практическая работа           |  | 1 |        |
|  | 7                             | Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.   |   |        |
| Тема 2.3 Вредные привычки                            | Содержание учебного материала |  | 1 | Л8     |
|  | 8                             | Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика.  |   | М8     |
|  | 9                             | Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.                         |   | ПЗ, П5 |
|  | Самостоятельная работа        |  | 1 |        |
|  |                               | Алкоголь и его влияние на здоровье человека  |   |        |
| Тема 2.4 Курение и его влияние на состояние здоровья | Содержание учебного материала |  | 2 | Л8     |
|  | 10                            | Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части.   |   | М8     |
|  | 11                            | Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.   |   | ПЗ, П5 |
|  | Самостоятельная работа        |  | 1 |        |
|  |                               | Курение. Профилактика курения.   |   |        |
| Тема 2.5 Наркотики, наркомания и токсикомания        | Содержание учебного материала |  | 2 | Л8     |
|  | 12                            | Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения.   |   | М8     |
|  | 13                            | Профилактика наркомании. Социальные последствия пристрастия к наркотикам.  |   | ПЗ, П5 |
|  | Самостоятельная работа        |  | 1 |        |
|  |                               | Наркомания. Профилактика наркомании.   |   |        |
| Тема 2.6 Правила и безопасность дорожного движения   | Содержание учебного материала |  | 2 | Л8     |
|  | 14                            | Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения. |   | М8     |
|  | Самостоятельная работа        |  | 1 | ПЗ, П5 |
|  |                               | Правила дорожного движения: водитель и пешеход   |   |        |
|  | Практическая работа           |  | 1 |        |
|  | 15                            | Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.                                  |   |        |

|  |                               |  |                                |
|--|-------------------------------|--|--------------------------------|
|  |                               |  |                                |
| Тема 2.7 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества   | Содержание учебного материала |  | 2                              |
|  | 16                            | Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе.   |                                |
|  | 17                            | Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни - необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.  |                                |
|  | Самостоятельная работа        |  | 1                              |
|  |                               | Социальная роль женщины в современном обществе   |                                |
| Тема 2.8 Правовые основы взаимоотношения полов   | Содержание учебного материала |  | 2                              |
|  | 18                            | Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи.   |                                |
|  | 19                            | Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка».  |                                |
|  | Самостоятельная работа        |  | 1                              |
|  |                               | Конвенция ООН «О правах ребенка»   |                                |
| <b>Раздел 3. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>  |                               |  | <b>21</b>                      |
| Тема 3.1 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера   | Содержание учебного материала |  | 1                              |
|  | 20                            | Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.   |                                |
|  | Самостоятельная работа        |  | 1                              |
|  |                               | Классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера  |                                |
| Тема 3.2 Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания | Содержание учебного материала |  | 5                              |
|  | 21                            | Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.   |                                |
|  | 22                            | Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.). |                                |
|  | Практическая работа           |  | 3                              |
|  | 23                            | Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.   |                                |
|  |                               |  | Л1, Л8<br>М4, М8<br>П1, П3, П8 |
|  |                               |  | Л1, Л8<br>М4, М8<br>П1, П3, П8 |

|   |                               |  |   |
|---|-------------------------------|--|---|
|   | 24                            | Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.   |   |
|   | 25                            | Изучение первичных средств пожаротушения.  |   |
|   | Самостоятельная работа        |  | 1 |
|   |                               |  |   |
| Тема 3.3 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). | Содержание учебного материала |  | 1 |
|   | 26                            | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций. |   |
|   | Самостоятельная работа        |  | 1 |
|   |                               | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)  |   |
| Тема 3.4 Гражданская оборона  | Содержание учебного материала |  | 2 |
|   | 27                            | Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.   |   |
|   | 28                            | Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.  |   |
|   | Самостоятельная работа        |  | 1 |
|   |                               | Гражданская оборона  |   |
| Тема 3.5 Современные средства поражения и их поражающие факторы                                   | Содержание учебного материала |  | 1 |
|   | 29                            | Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.   |   |
|   | 30                            | Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.                              |   |
|   | Самостоятельная работа        |  | 1 |
|   |                               | Современные средства поражения и их поражающие факторы   |   |
| Тема 3.6 Инженерная защита, виды защитных сооружений  | Содержание учебного материала |  | 2 |
|   | 31                            | Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений.  |   |
|   | 32                            | Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.   |   |
|   | Самостоятельная работа        |  | 1 |
|   |                               | Инженерная защита, виды защитных сооружений  |   |

|   |                               |   |   |                                |
|---|-------------------------------|---|---|--------------------------------|
| Тема 3.7 Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций | Содержание учебного материала |   | 1 | Л1, Л8<br>М4, М8<br>П1, П3, П8 |
|   | 33                            | Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.  |   |                                |
|   | Самостоятельная работа        |   | 1 |                                |
|   |                               | Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций  |   |                                |
| Тема 3.8 Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций   | Содержание учебного материала |   | 3 | Л1<br>М4<br>П4, П5, П7         |
|   | 34                            | Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. 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.                                      |   |                                |
|   | 35                            | Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.  |   |                                |
|   | Практическая работа           |   | 1 |                                |
|   | 36                            | Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.  |   |                                |
|   | Самостоятельная работа        |   | 1 |                                |
|   |                               | Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций  |   |                                |
| Тема 3.9 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.                           | Содержание учебного материала |   | 1 | Л1, Л8<br>М4, М8               |
|   | 37                            | Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника. Меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий.  |   |                                |
|   | Самостоятельная работа        |   | 1 |                                |
|   |                               | Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.  |   |                                |
| Тема 3.10 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.                         | Содержание учебного материала |   | 2 | Л8<br>М8<br>П3, П5             |
|   | 38                            | Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации - система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. |   |                                |
|   | 39                            | Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека  |   |                                |

|   |                               |  |           |                         |
|---|-------------------------------|--|-----------|-------------------------|
|   |                               | (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени   |           |                         |
|   |                               | Самостоятельная работа   | 1         |                         |
|   |                               | Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан   |           |                         |
|   | 40                            | Контрольная работа по разделам: «Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины, основные теоретические положения и понятия» «Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья», «Государственная система обеспечения безопасности населения» |           |                         |
| <b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>    |                               |  | <b>32</b> | Л1 М4, М8               |
| Тема 4.1 Общие правила оказания первой помощи | Содержание учебного материала |  | 1         | П1, П3, П8              |
|   | 41                            | Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации»  |           |                         |
|   | Самостоятельная работа        |  |           |                         |
|   |                               |  |           |                         |
| Тема 4.2 Травма. Оказание первой помощи       | Содержание учебного материала |  | 8         | Л1 М4, М8<br>П1, П3, П8 |
|   | 42                            | Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях.   | 4         |                         |
|   | 43                            | Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела.  |           |                         |
|   | 44                            | Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга.  |           |                         |
|   | 45                            | Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.   |           |                         |
|   | Практические занятия.         |  | 4         |                         |
|   | 46                            | Наложение повязок  |           |                         |
|   | 47                            |  |           |                         |
|   | 48                            |  |           |                         |
|   | 49                            |  |           |                         |
| Самостоятельная работа студента:              |                               | 4  |           |                         |
|   |                               |  |           |                         |

|  |                                  |  |   |                         |
|--|----------------------------------|--|---|-------------------------|
| Тема 4.3 Синдром длительного сдавливания | Содержание учебного материала    |  | 1 | Л1 М4, М8<br>П1, П3, П8 |
|  | 50                               | Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза | 1 |                         |
|  | Самостоятельная работа студента: |  | 1 |                         |
|  |                                  |  |   |                         |
| Тема 4.4 Кровотечения                    | Содержание учебного материала    |  |   | Л1 М4, М8<br>П1, П3, П8 |
|  | 51                               | Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях.   | 4 |                         |
|  | 52                               | Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении.   |   |                         |
|  | 53                               | Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении.   |   |                         |
|  | 54                               | Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.  |   |                         |
|  | Практические занятия.            |  | 3 |                         |
|  | 55                               | Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.   |   |                         |
|  | 56                               |  |   |                         |
|  | 57                               |  |   |                         |
|  | Самостоятельная работа студента: |  |   |                         |
|  |                                  |  |   |                         |
| Тема 4.5 Ожоги. Тепловой удар            | Содержание учебного материала    |  | 6 |                         |
|  | 58                               | Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах.   | 4 |                         |
|  | 59                               | Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур.   |   |                         |
|  | 60                               | Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара.  |   |                         |
|  | 61                               | Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.  |   |                         |
|  | Практические занятия.            |  | 2 |                         |
|  | 62                               | Первая помощь при воздействии высоких температур   |   |                         |
|  | 63                               |  |   |                         |
| Самостоятельная работа студента          |                                  | 3  |   |                         |

|   |                                 |   |   |                         |
|---|---------------------------------|---|---|-------------------------|
|   |                                 |   |   |                         |
| Тема 4.6 Обморожение                                | Содержание учебного материала   |   | 1 |                         |
|   | 64                              | Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений   | 1 |                         |
|   | Самостоятельная работа студента |   | 1 |                         |
|   |                                 |   |   |                         |
| Тема 4.7 Инородные тела в верхних дыхательных путях | Содержание учебного материала   |   |   |                         |
|   | 65                              | Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.  | 1 |                         |
|   | Самостоятельная работа студента |   |   |                         |
|   |                                 |   |   |                         |
| Тема 4.8 Отравление                                 | Содержание учебного материала   |   |   |                         |
|   | 66                              | Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.   | 1 |                         |
|   | Самостоятельная работа студента |   |   |                         |
|   |                                 |   |   |                         |
| Тема 4.9 Потеря сознания                            | Содержание учебного материала   |   |   |                         |
|   | 67                              | 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. | 1 | Л1 М4, М8<br>П1, П3, П8 |
|   | Практические занятия            |   | 1 |                         |
|   |                                 | Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.   |   |                         |
|   | Самостоятельная работа студента |   |   |                         |
|   |                                 |   |   |                         |
|   |                                 |   |   |                         |
| Тема 4.10 Инфекционные заболевания                  | Содержание учебного материала   |   |   |                         |
|   | 68                              | Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.       | 1 | Л8<br>М8<br>П3, П5      |
|   | Самостоятельная работа студента |   | 1 |                         |
|   |                                 |   |   |                         |
|   |                                 |   |   |                         |

|   |                                 |  |            |                    |
|---|---------------------------------|--|------------|--------------------|
|   |                                 |  |            |                    |
| Тема 4.11 Здоровье и семья                                    | Содержание учебного материала   |  |            |                    |
|   | 69                              | Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины | 1          | Л8<br>М8<br>ПЗ, П5 |
|   | Самостоятельная работа студента |  | 1          |                    |
|   |                                 |  |            |                    |
| Тема 4.12 Уход за новорожденными                              | Содержание учебного материала   |  |            |                    |
|   | 70                              | Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.  | 1          | Л8<br>М8<br>ПЗ, П5 |
|   | Самостоятельная работа студента |  | 1          |                    |
|   |                                 |  |            |                    |
| <b>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</b> |                                 |  | <b>1</b>   |                    |
| <b>Итого</b>  |                                 |  | <b>108</b> |                    |



### 3.3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

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

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

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству студентов;
- рабочее место преподавателя;
- комплекты заданий для тестирования и контрольных работ;

Технические средства обучения:

- компьютер с программным обеспечением;
- мультимедиапроектор;
- интерактивная доска;

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

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

##### Нормативная литература

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных федеральными конституционными законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ) // СЗ РФ. – 2009. – № 4. – Ст. 445.

2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (в ред. федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 07.06.2013 № 120-ФЗ, от 02.07.2013 № 170-ФЗ, от 23.07.2013 № 203-ФЗ, от 25.11.2013 № 317-ФЗ, от 03.02.2014 № 11-ФЗ, от 03.02.2014 № 15-ФЗ, от 05.05.2014 № 84-ФЗ, от 27.05.2014 № 135-ФЗ, от 04.06.2014 № 148-ФЗ, с изм., внесенными Федеральным законом от 04.06.2014 № 145-ФЗ) «Об образовании в Российской Федерации».

3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 07.06.2012 № 24480).

4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 № 1645 «О внесении изменений в Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования”».

5. Письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259 «Рекомендации 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».

6. Гражданский кодекс РФ (Ч. 1) (утвержден Федеральным законом от 30.11.94 № 51-ФЗ (в ред. от 11.02.2013, с изм. и доп. от 01.03.2013) // СЗ РФ. – 1994. – № 32 (Ч. 1). – Ст. 3301.

7. Гражданский кодекс РФ (Ч. 2) (утвержден Федеральным законом от 26.01.96 № 14-ФЗ) (в ред. от 14.06.2012) // СЗ РФ. – 1996. – № 5 (Ч. 2). – Ст. 410.

8. Гражданский кодекс РФ (Ч. 3) (утвержден Федеральным законом от 26.11.01 № 146-ФЗ) (в ред. от 05.06.2012) // СЗ РФ. – 2001. – № 49. – Ст. 4552.

9. Гражданский кодекс РФ (Ч. 4) (утвержден Федеральным законом от 18.12.06 № 230-ФЗ) (в ред. от 08.12.2011) // СЗ РФ. – 2006. – № 52 (Ч. 1). – Ст. 5496.

10. 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.

11. 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.

12. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. – 1998. – № 13. – Ст. 1475.

13. 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.

14. 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.

15. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. – 2002. – № 30. – Ст. 3030.

16. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. – 1996. – № 23. – Ст. 2750.

17. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. – 2002. – № 2. – Ст. 133.

18. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. – 2011. – N 48. – Ст. 6724.

19. Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. – 2010. – № 7. – Ст. 724.

20. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. – 2004. – № 2. – Ст. 121.

21. Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. – 2011. – № 47.

22. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н

«Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. – 2012.

23. Приказ министра обороны Российской Федерации и Министерства образования и науки Российской Федерации от 24.02.2010 № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» (зарегистрировано Минюстом России 12.04.2010, регистрационный № 16866).

24. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. – М., 2012.

25. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: практикум: учеб. пособие для учреждений нач. проф. образования. – М., 2013.

26. Назарова Е.Н., Жилов Ю.Д. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для студ. высш. учеб. заведений. – М., 2013.

#### Для студентов

1. Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров. – М., 2013.
2. Аксенова М., Кузнецов С., Евлахович и др. Огнестрельное оружие. – М., 2012.
3. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред. проф. образования. – М., 2015.
4. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: электронный учебник для сред. проф. образования. – М., 2015.
5. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений сред. проф. образования. – М., 2014.
6. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности.
7. Практикум: учеб. пособие для учреждений сред. проф. образования. – М., 2013.
8. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное учебное издание для обучающихся по профессиям в учреждениях сред. проф. образования. – М., 2014.
9. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: электронное приложение к учебнику для учреждений сред. проф. образования. – М., 2014. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: электронный учебно-методический комплекс для учреждений сред. проф. образования. – М., 2014.
10. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов сред. проф. образования. – М., 2014.
11. Микрюков В.Ю. Основы военной службы: учебник для учащихся старших классов сред. образовательных учреждений и студентов сред. спец. учеб. заведений, а также преподавателей этого курса. – М., 2014.
12. Микрюков В.Ю. Азбука патриота. Друзья и враги России. – М., 2013.

#### Для преподавателей

1. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) – Ростов н/Д, 2013.

#### Справочники, энциклопедии

1. Изотова М.А., Царева Т.Б. Полная энциклопедия орденов и медалей России. – М., 2008.
2. Ионина Н.А. 100 великих наград. – М., 2009.
3. Каменев А.И. Энциклопедия русского офицера. – М., 2008. Каторин Ю.Ф. Танки: иллюстрированная энциклопедия. – М., 2011. Лубченков Ю.Н. Русские полководцы. – М., 2009.

#### Интернет-ресурсы

1. [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
2. [www.mvd.ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).
3. [www.mil.ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны).
4. [www.fsb.ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ).
5. [www.dic.academic.ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии)
6. [www.booksgid.com](http://www.booksgid.com) (Books Gid. Электронная библиотека).
7. [www.globalteka.ru/index.html](http://www.globalteka.ru/index.html) (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).
8. [www.window.edu.ru](http://www.window.edu.ru) (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).

9. [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru) (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
10. [www.school.edu.ru/default.asp](http://www.school.edu.ru/default.asp) (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).
11. [www.ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
12. [www.pobediteli.ru](http://www.pobediteli.ru) (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
- [www.monino.ru](http://www.monino.ru) (Музей Военно-Воздушных Сил).
13. [www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru) (Государственные символы России. История и реальность).
14. [www.militera.lib.ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).

Основная литература:

1. Косолапова Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред. проф. образования/ Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 272 с.
2. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников Основы безопасности жизнедеятельности 10 класс: учебник для общеобразовательных учреждений, М., Просвещение, 2010, 351 с.
3. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников Основы безопасности жизнедеятельности 11 класс: учебник для общеобразовательных учреждений, М., Просвещение, 2010, 304 с.
4. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: учебник/ В.Ю. Микрюков. – М.: ФОРУМ, 2011. – 464 с. – (Профессиональное образование).
5. Безопасность жизнедеятельности: учеб. для студ. учреждений сред. проф. образования/ (Э.А. Арустамов, Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко, Г.В. Гуськов). – 11-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 176 с.
6. Косолапова Н.В. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений нач. проф. образования/ Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко, Е.Л. Побежимова. – М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 288 с.

Дополнительная литература:

1. Гайсумов А.С. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - Ростов н/Д: Феникс, 2010. - 416 с.
2. Латчук В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека. 5-11 классы: Учебно-методическое пособие. - 3-е изд., стер. - М.: Дрофа, 2010. - 76 с.

#### **4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины**

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

| Результаты обучения<br>(освоенные умения, усвоенные знания)   | Формы и методы контроля и оценки результатов обучения  |
|---|--|
| <b>Умения:</b>  |  |
| владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;  | практическая работа  |
| пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;   |  |
| оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;   |  |
| использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:<br>для ведения здорового образа жизни;<br>оказания первой медицинской помощи;<br>развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;<br>вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи |  |
| <b>Знания</b>   |  |
| основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;  | фронтальный опрос;<br>комбинированный метод в форме фронтального опроса и групповой самостоятельной работы |
| 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;  |  |
| порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;  |  |
| состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;   |  |
| основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;   |  |
| основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту.<br>альтернативной гражданской службы;  |  |
| требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;   |  |
| предназначение, структуру и задачи РСЧС;  |  |

|   |                          |
|---|--------------------------|
| предназначение, структуру и задачи гражданской обороны; |                          |
| <b>Итоговая аттестация</b>                              | Дифференцированный зачет |

### Темы рефератов (докладов), индивидуальных проектов

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 природного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
16. Характеристика ЧС техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.
17. Терроризм как основная социальная опасность современности.
18. Космические опасности: мифы и реальность.
19. Современные средства поражения и их поражающие факторы.
20. Оповещение и информирование населения об опасности.
21. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.
22. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.
23. МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
24. 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.
28. Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
29. Символы воинской чести.
30. Патриотизм и верность воинскому долгу.
31. Дни воинской славы России.
32. Города-герои Российской Федерации.
33. Города воинской славы Российской Федерации.
34. Профилактика инфекционных заболеваний.
35. Первая помощь при острой сердечной недостаточности.
36. СПИД - чума XXI века.
37. Оказание первой помощи при бытовых травмах.
38. Духовность и здоровье семьи.
39. Здоровье родителей - здоровье ребенка.

40. Формирование здорового образа жизни с пеленок.
41. Как стать долгожителем?
42. Рождение ребенка - высшее чудо на Земле.
43. Политика государства по поддержке семьи.