

Частное профессиональное образовательное учреждение  
«Колледж дизайна, сервиса и права»

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**СГ.03 Безопасность жизнедеятельности**

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности 40.02.04 Юриспруденция, примерной рабочей программы учебной дисциплины, учебного плана специальности. Является частью ППССЗ образовательного учреждения.

**Организация-разработчик:** ЧПОУ «Колледж дизайна, сервиса и права»

**Разработчик:**

Смирнова А.Ю., преподаватель ЧПОУ «Колледж дизайна, сервиса и права»

© ЧПОУ «Колледж дизайна, сервиса и права», 2024г.

© Смирнова А.Ю., 2024г.

## СОДЕРЖАНИЕ

|   | стр. |
|---|------|
| <b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>              | 4    |
| <b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>                 | 7    |
| <b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>   | 13   |
| <b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b> | 16   |

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## СГ.03 Безопасность жизнедеятельности

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности 40.02.04 Юриспруденция.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** дисциплина входит в социально-гуманитарный цикл.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих компетенций ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07.

### 1.3. Цели и планируемые результаты освоения учебной дисциплины

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания.

| Код ПК, ОК, ЛР                                  | Умения   | Знания   |
|---|--|--|
| <b>ОК 01:</b><br>ЛР5, ЛР6,<br>ЛР7, ЛР9,<br>ЛР13 | <ul style="list-style-type: none"><li>– распознавать в профессиональном и социальном контексте задачи и/или проблемы, относящиеся к кругу задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;</li><li>– анализировать задачу и и/или проблемы, относящиеся к предметной области безопасности жизнедеятельности, и выделять составные части подобных задач и/или проблем;</li><li>– выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;</li><li>– составлять план действий, определять ресурсы, прогнозировать результаты реализации составленного плана поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;</li><li>– владеть способностью принимать решения по целесообразным действиям в ЧС;</li><li>– владеть методами защиты от вредных и опасных факторов ЧС, защиты человека и среды обитания от негативного воздействия при ЧС; приемы действий по гражданской обороне и в ЧС;</li><li>– оценивать результат и последствия своих действий по решению задач и/или проблем</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>– актуальный профессиональный и социальный контекст поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;</li><li>– основные источники информации и ресурсы для решения задач обеспечения безопасности жизнедеятельности в профессиональном и социальном контекстах: принципы, правила и требования безопасного поведения, защиты от опасностей при осуществлении профессиональной деятельности и в ЧС;</li><li>– физиологические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов;</li><li>– алгоритмы и приемы защиты человека и среды обитания от негативного воздействия при ЧС;</li><li>– алгоритмы и приемы действий по гражданской</li></ul> |

|   |  |  |
|---|--|--|
|   | <p>поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– владеть знаниями основ обеспечения военной безопасности государства <i>(для юношей)</i>;</li> <li>– владеть знаниями основ медицинских знаний <i>(для девушек)</i>;</li> </ul>   | <p>обороне и в ЧС;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы обеспечения военной безопасности государства <i>(для юношей)</i>;</li> <li>– основы медицинских знаний <i>(для девушек)</i>;</li> </ul>   |
| <p><b>ОК 02:</b><br/>ЛР2, ЛР4,<br/>ЛР10</p>               | <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять задачи для поиска информации, содержащей актуальные сведения о безопасности жизнедеятельности;</li> <li>– определять необходимые источники информации согласно номенклатуре информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности;</li> <li>– применять приемы структурирования информации для создания устных и письменных сообщений, электронного контента и т.п. в процессе освоения информации о безопасности жизнедеятельности;</li> <li>– применять ИКТ и цифровые инструменты для решения задач, связанных с профессиональным контекстом обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды;</li> <li>– использовать современное программное обеспечение, различные цифровые средства для получения информации, позволяющей: идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации; принимать решения по целесообразным действиям в ЧС;</li> <li>– распознавать жизненные нарушения при неотложных состояниях и травмах;</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– номенклатуру информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности: нормативно-правовые акты федерального, регионального, локального уровней, регулирующие деятельность в сфере безопасности жизнедеятельности, основы контроля и управления в сфере обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды;</li> <li>– приемы структурирования информации, содержащей актуальные научные сведения о безопасности жизнедеятельности, и форматы оформления (устное сообщение, письменное сообщение, электронный контент и т.п.) данной информации;</li> <li>– порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды в процессе решения задач социальной и профессиональной деятельности;</li> </ul> |
| <p><b>ОК 04:</b><br/>ЛР2, ЛР3,<br/>ЛР7, ЛР8,<br/>ЛР11</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– организовывать работу коллектива и команды и взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами для создания человеко- и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности;</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– психологические основы деятельности трудового коллектива, психологические особенности личности в сфере трудовой деятельности, актуальные для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на</li> </ul>  |

|                               |  |  |
|-------------------------------|--|--|
|                               |  | <p>рабочем месте;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы проектной деятельности в коллективе и команде по решению задач минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте на основе принципов эффективного взаимодействия по созданию человеко- и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности;</li> </ul>                                      |
| <p><b>ОК 07:</b><br/>ЛР10</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях, соблюдать нормы экологической безопасности на рабочем месте;</li> <li>– содействовать практическому осуществлению идеи бережливого производства за счет минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями норм безопасности жизнедеятельности на рабочем месте.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– порядок действий в чрезвычайных ситуациях, нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности;</li> <li>– способы минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями норм безопасности жизнедеятельности на рабочем месте и опасность нарушения норм безопасности жизнедеятельности для реализации идеи бережливого производства.</li> </ul> |

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

| <b>Вид учебной работы</b>  | <b>Объем в часах</b> |
|--|----------------------|
| <b>Объем образовательной нагрузки</b>                              | <b>80</b>            |
| <i>в том числе в форме практической подготовки</i>                 | <b>61</b>            |
| <i>в том числе:</i>  |                      |
| теоретическое обучение (урок, лекция)                              | 44                   |
| практические занятия   | 34                   |
| <b>Самостоятельная работа</b>                                      | <b>-</b>             |
| <i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</i> | <b>2</b>             |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины СГ.03 Безопасность жизнедеятельности

| Наименование разделов и тем  | Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)   |    | Объем в часах / в. т.ч. в форме практической подготовки |  | Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы |
|--|--|----|---|--|--|
|  |  |    | 3   | 4  |  |
| 1  | 2  | 3  | 4   | 5  |  |
| <b>Раздел 1. Безопасность жизнедеятельности: теоретические основы, нормативно-правовое регулирование и органы обеспечения безопасности в Российской Федерации, предупреждение, предотвращение и ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций</b> |  | 32 | 29  |  |  |
| <b>Тема 1.1.</b><br>Теоретические основы безопасности жизнедеятельности  | <b>Содержание учебного материала</b>   | 10 | 10  |  |  |
|  | 1. Опасности и их показатели. Разновидности опасностей современного мира. Защита человека и окружающей среды от опасностей. Сущность понятия «безопасность жизнедеятельности». Социальные и психологические аспекты безопасности. Возникновение и развитие научных представлений о человеко- и природозащитной деятельности. Представление о системе «человек – среда обитания», ее структуре и функциональных связях. Системы безопасности и их структура. Вред, ущерб – виды и характеристики. | 2  | 2   | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07<br>ЛР2, ЛР3, ЛР4, ЛР5, ЛР6, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР10, ЛР11, ЛР13 |  |
|  | 2. Нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности. Способы минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями норм безопасности жизнедеятельности на рабочем месте и опасность нарушения норм для реализации идеи бережливого производства. Алгоритмы поддержания безопасных условий жизнедеятельности на рабочем месте.  | 2  | 2   |  |  |
|  | 3. Возможности применения ИКТ и цифровых инструментов для поиска актуальных сведений о безопасности жизнедеятельности для принятия обоснованных решений, связанных с профессиональным контекстом обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды  | 2  | 2   |  |  |
|  | <b>Практические занятия</b>  |    |   |  |  |
|  | Практическое занятие №1. Обеспечение безопасности при обнаружении подозрительных предметов, угрозе совершения и совершённом теракте.   | 2  | 2   |  |  |
|  | Практическое занятие №2. Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения.   | 2  | 2   |  |  |
| <b>Тема 1.2.</b><br>Безопасное поведение человека в чрезвычайных ситуациях и способы защиты населения от оружия массового поражения  | <b>Содержание учебного материала</b>   | 14 | 12  |  |  |
|  | 1. Понятие и общая классификация чрезвычайных ситуаций. ЧС природного, техногенного и социального характера. Общие правила безопасного поведения в ЧС и особенности безопасного поведения в процессе выполнения профессиональных функций. Основы пожаробезопасности и электробезопасности на рабочем месте.  | 2  | 2   | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07<br>ЛР2, ЛР3, ЛР4, ЛР5, ЛР6, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР10, ЛР11, ЛР13 |  |
|  | 2. Ядерное оружие и его поражающие факторы. Химическое оружие и его характеристика. Биологическое оружие и его характеристика. Средства индивидуальной и коллективной защиты населения от оружия массового поражения. Действия населения в очаге ядерного, химического и биологического поражения.   | 2  | 1   |  |  |
|  | 3. Правила поведения и действия людей в зонах радиоактивного, химического заражения и в очаге биологического поражения. Способы защиты населения от оружия массового поражения; порядок и  | 2  | 1   |  |  |

|   |   |  |           |           |  |
|---|---|--|-----------|-----------|--|
|   |   | правила оказания первой помощи пострадавшим.   |           |           |  |
|   | 4.  | Порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях в процессе выполнения профессиональных функций.   | 2         | 2         |  |
|   | 5.  | Основы проектной деятельности в коллективе и команде по решению задач минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте. Применение принципов эффективного взаимодействия по созданию человеко- и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности в процессе разработки проектных продуктов.  | 2         | 2         |  |
|   | <b>Практические занятия</b>   |  |           |           |  |
|   | Практическое занятие №3. Правила поведения и порядок действий в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.   |  | 2         | 2         |  |
|   | Практическое занятие №4. Использование на рабочем месте средств индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС.  |  | 2         | 2         |  |
| <b>Тема 1.3.</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>  |  | <b>8</b>  | <b>7</b>  |  |
| Организационные и правовые основы обеспечения безопасности жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях | 1.  | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. Понятие и основные задачи гражданской обороны. Организационная структура гражданской обороны. Основные мероприятия, проводимые ГО. Действия населения по сигналам гражданской обороны и особенности их выполнения в том случае, когда сигнал застал работника на рабочем месте. | 2         | 2         | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07<br>ЛР2, ЛР3, ЛР4, ЛР5, ЛР6, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР10, ЛР11, ЛР13 |
|   | 2.  | Номенклатура информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности: нормативно-правовые акты федерального, регионального, локального уровней, регулирующие деятельность в сфере безопасности жизнедеятельности, основы контроля и управления в сфере обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды  | 2         | 2         |  |
|   | <b>Практические занятия</b>   |  |           |           |  |
|   | Практическое занятие №5. Особенности выполнения работником правил поведения и действий по сигналам гражданской обороны.   |  | 2         | 2         |  |
|   | Практическое занятие №6. Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Отработка нормативов по надеванию противогаза и ОЗК.   |  |           |           |  |
|   | <b>Контрольная работа</b> по разделу «Безопасность жизнедеятельности: теоретические основы, нормативно-правовое регулирование и органы обеспечения безопасности в Российской Федерации, предупреждение, предотвращение и ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций». |  | 2         | 1         |  |
| <b>Раздел 2. Основы военной службы и медицинской подготовки</b>                                       |   |  | <b>48</b> | <b>32</b> |  |
| <b>Модуль «Основы военной службы» (для юношей)</b>  |   |  | <b>48</b> | <b>32</b> |  |
| <b>Тема 2.1.</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>  |  | <b>4</b>  | <b>4</b>  |  |
| Исторический генезис военной службы в России  | 1.  | Содержание этапов институционального развития отечественной воинской службы: этап вечеревого самообложения (вторая половина IX – XV вв.); этап ратной повинности (середина XV – XVII вв.); этап рекрутской повинности (1699 – 1873 гг.); этап всеобщей воинской обязанности и его три периода: имперский (1874 – 1917 гг.); советский (1918 – 1991 гг.); современной (с 1992 г.)   | 2         | 2         | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07<br>ЛР2, ЛР3, ЛР4, ЛР5, ЛР6, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР10, ЛР11, ЛР13 |
|   | <b>Практические занятия</b>   |  |           |           |  |
|   | Практическое занятие №7. Военная служба в исторической ретроспективе и перспективе.   |  | 2         | 2         |  |
| <b>Тема 2.2.</b>  | <b>Содержание учебного материала</b>  |  | <b>6</b>  | <b>3</b>  |  |

|   |   |   |           |  |  |
|---|---|---|-----------|--|--|
| Аксиология военной службы   | 1.  | Аксиология военной службы как система представлений о ценностях профессиональной служебной деятельности в военной сфере. Типология ценностей военной службы по различным основаниям: по отношению к военной деятельности (ценности-цели, ценности-средства, предметные и субъектные ценности); по отношению к сфере взаимодействия субъектов военной службы (военно-корпоративные и военно-профессиональные ценности); по отношению к личности военнослужащего в сфере военной деятельности (духовные, прагматические, витальные ценности). | 2         | -  | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07<br>ЛР2, ЛР3, ЛР4, ЛР5, ЛР6, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР10, ЛР11, ЛР13 |
|   | 2.  | Военная безопасность страны, защита граждан Российской Федерации от военных угроз, обеспечение условий для обороноспособности государства как ценности-цели, определяющие поведение человека в военной сфере, его отношение к военной службе и защите Отечества. Влияние ценностных ориентаций человека на его трудовую деятельность в секторе военного производства, участие в военно-патриотическом воспитании молодежи и т. п.   | 2         | 1  |  |
|   | <b>Практические занятия</b>   |   |           |  |  |
| Практическое занятие №8. Военная служба как личностно-значимая и общественная ценность.   |   |   | 2         | 2  |  |
| <b>Тема 2.3.</b><br>Праксиология воинской службы  | <b>Содержание учебного материала</b>  |   | <b>20</b> | <b>17</b>  |  |
| 1.  | Праксиология военной деятельности как совокупность теоретических представлений об эффективной организации практической деятельности людей в военной сфере жизни общества.   | 2   | -         | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07<br>ЛР2, ЛР3, ЛР4, ЛР5, ЛР6, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР10, ЛР11, ЛР13 |  |
| 2.  | Военная служба как вид федеральной государственной службы и разновидность профессиональной служебной деятельности: особенности и предназначение.  | 2   | 1         |  |  |
| 3.  | Системная характеристика военной деятельности: цель, предмет, объект, субъект, содержание, способы, результат и подсистема управления.  | 2   | 2         |  |  |
| 4.  | Культура военной службы и культурологические аспекты совершенствования деятельности военнослужащих на современном этапе развития военной сферы жизни общества.  | 2   | 2         |  |  |
| <b>Практические занятия</b>   |   |   |           |  |  |
| Практическое занятие №9. Самоподготовка будущего призванного к осуществлению военной деятельности.  |   |   | 2         | 2  |  |
| Практическое занятие №10. Воинская обязанность и военная служба граждан РФ. Взаимоотношения военнослужащих. Регламент служебного времени. |   |   | 2         | 2  |  |
| Практическое занятие №11. Внутренний порядок, размещение и быт военнослужащих. Суточный наряд роты.                                       |   |   | 2         | 2  |  |
| Практическое занятие №12. Воинская дисциплина. Дисциплинарная, административная и уголовная ответственность военнослужащих.               |   |   | 2         | 2  |  |
| Практическое занятие №13. Воинская дисциплина. Караульная служба. Обязанности и действия часового.  |   |   | 2         | 2  |  |
| Практическое занятие №14. Изучение примеров героизма и товарищеского поведения российских воинов.   |   |   | 2         | 2  |  |
| <b>Контрольная работа</b> по теме: «Праксиология военной службы».   |   |   | 2         | 2  |  |
| <b>Тема 2.4.</b><br>Строевая, огневая и физическая подготовка   | <b>Содержание учебного материала</b>  |   | <b>10</b> | <b>2</b>   |  |
| 1.  | Строевая подготовка: строи и управление ими, строевые приемы и движение без оружия, строевые приемы и движение с оружием, выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него, строи отделения, действия военнослужащих у автомобилей и на автомобилях. | 2   | -         | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07<br>ЛР2, ЛР3, ЛР4, ЛР5, ЛР6, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР10, ЛР11, ЛР13 |  |
| 2.  | Огневая подготовка: материальная часть автомата Калашникова, разборка, сборка, чистка, смазка и хранение автомата, осмотр и подготовка автомата к стрельбе, ведение огня из автомата, ручные осколочные гранаты.  | 2   | -         |  |  |

|   |  |  |           |  |  |
|---|--|--|-----------|--|--|
|   | 3.   | Цель и задачи физической подготовки, содержание, средства физической подготовки. Этапы проведения физической подготовки военнослужащих. Техника выполнения физических упражнений и формирования двигательных навыков. Основные формы проведения физической подготовки: учебные занятия, утренняя физическая зарядка, попутные физические тренировки. | 2         | 2  |  |
|   | <b>Практические занятия</b>  |  |           |  |  |
|   | Практическое занятие №15. Тренинг умений строевой и физической подготовки.   |  | 2         | -  |  |
|   | Практическое занятие №16. Изучение материальной части, сборка, разборка автомата.  |  | 2         | -  |  |
| <b>Тема 2.5.</b><br>Медико-санитарная подготовка военнослужащих   | <b>Содержание учебного материала</b>   |  | <b>6</b>  | <b>6</b>   |  |
|   | 1.   | Первая(доврачебная) помощь при ранениях, при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания.  | 2         | 2  | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07<br>ЛР2, ЛР3, ЛР4, ЛР5, ЛР6, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР10, ЛР11, ЛР13 |
|   | 2.   | Первая(доврачебная) помощь при ожогах, при поражении электрическим током, при утоплении, при перегревании/переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании, при отравлениях. Реанимационные мероприятия.   | 2         | 2  |  |
|   | <b>Практические занятия</b>  |  |           |  |  |
|   | Практическое занятие №17. Тренинг умений оказания первой (доврачебной) помощи пострадавшим.  |  | 2         | 2  |  |
| <b>Модуль «Основы медицинских знаний» (для девушек)</b>   |  |  | <b>48</b> | <b>32</b>  |  |
| <b>Тема 2.1.</b><br>Введение в микробиологию, иммунологию и эпидемиологию                               | <b>Содержание учебного материала</b>   |  | <b>10</b> | <b>4</b>   |  |
|   | 1.   | Определение содержания наук микробиологии, иммунологии, эпидемиологии. История развития микробиологии. Естественный микробный фон кожи. Патогенные микроорганизмы. Бессимптомная латентная инфекция. Инфекционные заболевания и бактерионосительство. Периоды протекания инфекционных заболеваний.   | 2         | -  | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07<br>ЛР2, ЛР3, ЛР4, ЛР5, ЛР6, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР10, ЛР11, ЛР13 |
|   | 2.   | Определение понятия «иммунитет». Виды и подвиды иммунитета. Антигены и антитела. Формы приобретенного иммунитета. Иммунитет и восприимчивость к инфекционным заболеваниям. Методы иммунопрофилактики.  | 2         | -  |  |
|   | 3.   | Общие принципы профилактики инфекционных заболеваний. Дезинфекция, ее виды и способы. Дезинсекция, ее виды и способы. Дератизация, ее виды и способы.  | 2         | -  |  |
|   | <b>Практические занятия</b>  |  |           |  |  |
|   | Практическое занятие №7. Иммунитет и методы иммунопрофилактики.  |  | 2         | 2  |  |
|   | Практическое занятие №8. Правила проведения плановых мероприятий по дезинфекции, дезинсекции и дератизации.  |  | 2         | 2  |  |
| <b>Тема 2.2.</b><br>Оказание первой (доврачебной) помощи при неотложных состояниях и травматизме        |  | <b>Содержание учебного материала</b>   | <b>20</b> | <b>20</b>  |  |
| 1.  | Понятие о неотложных состояниях, причины и факторы их вызывающие. Оказание первой доврачебной помощи при неотложных состояниях: ожогах, электротравмах, поражении молнией, отморожении, тепловом ударе, утоплении, отравлении, инсульте, мигрени. Методы доврачебной реанимации. | 2  | 2         | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07<br>ЛР2, ЛР3, ЛР4, ЛР5, ЛР6, ЛР7, ЛР8, ЛР9, ЛР10, ЛР11, ЛР13 |  |
| 2.  | Проблема травматизма. Понятие травмы. Виды травматических повреждений. Меры профилактики травматизма. Оказание первой (доврачебной) помощи при травмах.  | 2  | 2         |  |  |
| <b>Практические занятия</b>   |  |  |           |  |  |
| Практическое занятие №9. Тренинг умений оказания первой (доврачебной) помощи при неотложных состояниях. |  | 2  | 2         |  |  |
| Практическое занятие №10. Тренинг умений оказания первой (доврачебной) помощи при травматизме.          |  | 2  | 2         |  |  |

|  |   |           |           |   |
|--|---|-----------|-----------|---|
|  | Практическое занятие №11. Правовые основы оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при ранениях.   | 2         | 2         |   |
|  | Практическое занятие №12. Первая (доврачебная) помощь при травмах, ожогах, поражении электрическим током, утоплении, перегревании, переохлаждении, обморожении, общем замерзании. | 2         | 2         |   |
|  | Практическое занятие №13. Первая (доврачебная) помощь при отравлениях.  | 2         | 2         |   |
|  | Практическое занятие №14. Отработка умений наложения кровоостанавливающего жгута (закрутки), пальцевого прижатия артерий.   | 2         | 2         |   |
|  | Практическое занятие №15. Отработка умений наложения повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности.  | 2         | 2         |   |
|  | Практическое занятие №16. Отработка умений наложения шины на место перелома, транспортировка поражённого.   | 2         | 2         |   |
| <b>Тема 2.3.</b><br>Обеспечение<br>здорового образа<br>жизни | <b>Содержание учебного материала</b>  | <b>16</b> | <b>8</b>  |   |
| 1.   | Индивидуальные и социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни. Современная политика укрепления здоровья населения в РФ.   | 2         | 1         | ОК 01, ОК 02, ОК 04,<br>ОК 07<br>ЛР2, ЛР3, ЛР4, ЛР5,<br>ЛР6, ЛР7, ЛР8, ЛР9,<br>ЛР10, ЛР11, ЛР13 |
| 2.   | Здоровье и его основные показатели. Факторы формирования здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие.   | 2         |           |   |
| 3.   | Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни. Двигательная активность и здоровье. Питание и здоровье. Факторы риска для здоровья. Вредные привычки и их профилактика.      | 2         | 1         |   |
| 4.   | Рациональное питание – основной фактор здорового образа жизни. Принципы организации рационального питания. Индекс массы тела.   | 2         |           |   |
| 5.   | Энергетическая ценность пищевых продуктов и режим питания.  | 2         | -         |   |
| 6.   | Способы становления, улучшения и восстановления физического здоровья. Гиподинамия как фактор риска развития заболеваний.  | 2         | 2         |   |
| 7.   | Психическое здоровье и его оценка. Регулирование психологического состояния. Принципы и методы психотренинга. Стресс, его причины и влияние на организм. Пути снятия стресса.     | 2         | 2         |   |
|  | <b>Практические занятия</b>   |           |           |   |
|  | Практическое занятие №17. Оценка физического состояния. Составление индивидуальных карт здоровья с режимом дня, графиком питания.   | 2         | 2         |   |
| <b>Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет</b>   |   | <b>2</b>  | <b>-</b>  |   |
| <b>Всего</b>   |   | <b>80</b> | <b>61</b> |   |

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

**3.1.** Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены следующие специальные помещения:

**кабинет безопасности жизнедеятельности, оснащенный оборудованием:**

- рабочие места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-методической документации;
- комплект настенных стендов;
- Т «Максим I» тренажер - манекен взрослого пострадавшего для отработки приемов сердечно-легочной и мозговой реанимации – торс;
- аптечка индивидуальная АИ-2;
- ВПХР с индикаторными трубками;
- жгут кровоостанавливающий резиновый;
- индивидуальный перевязочный пакет ИПП – 1;
- индивидуальный противохимический пакет ИПП – 11;
- костюм Л – 1;
- курвиметр;
- линейка визирная металлическая;
- повязка косыночная взрослая средняя
- противогаз учебный (с чехлом и коробкой) 3 шт.;
- респиратор АЛИНА 200 АВК;
- респиратор Р -2;
- устройство для ИВЛ с обратным клапаном «Рот - устройство – рот»;
- шина Дитерихса (деревянная);
- костюм химической защиты;
- огнетушитель ОП – 2

**Комплект плакатов по гражданской обороне и основам военной службы:**

«Чрезвычайные ситуации экологического характера»; «Лесной пожар»; «Наводнения»; «Землетрясение»; «Бури, ураганы»; «Цунами»; «Извержения Вулкана»; «Оползни, сели, обвалы, снежные лавины»; «Радиационная авария»; «Химическая авария»; «Классификация ЧС техногенного характера»; «Классификация ЧС природного характера»; «Правила поведения при совершении террористического акта с применением химических веществ»; «Правила поведения при совершении террористического акта с применением радиоактивных веществ»; «Правила поведения при обнаружении взрывоопасного предмета»; «Правила поведения после взрыва»; «Правила поведения при получении угрозы: по телефону, в письменной форме»; «Правила поведения при захвате в заложники»

### **Презентации по разделам дисциплины:**

«Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности и обороноспособности страны», «Защита от ядерного излучения», «Оружие массового поражения (ОМП) и его характеристики», «Химическое оружие и защита от него», «Чрезвычайные ситуации», «Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)», «Национальная безопасность», «Виды и рода Вооруженных Сил Российской Федерации», «Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности», «Призыв граждан на военную службу», «Прохождение военной службы по призыву», «Правовые основы воинской службы», «Права и ответственность военнослужащих», «Офицер Российской армии. Требования, предъявляемые к офицеру военной службой», «Общие положения: строевая подготовка», «Огневая подготовка», «Средства коллективной защиты», «Другие войска, их состав и предназначение», «Функции и основные задачи современных Вооружённых Сил России, их роль и место в системе обеспечения безопасности страны», «Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации», «Боевые традиции Вооруженных Сил России», «Военные образовательные учреждения профессионального образования», «Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера», «Оказание первой помощи при ожогах», «Первая медицинская помощь при отравлении бытовой химией», «Первая медицинская помощь при переломах», «Первая медицинская помощь при ранениях», «Первая помощь при растяжении связок, вывихах суставов, переломах костей», «Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте», «Первая помощь при утоплении», «Первая доврачебная помощь при электротравме», «Правила наложения жгута-закрутки», «Правила наложения повязок», «Оказание первой медицинской помощи. Принципы оказания ПМП.

### **Технические средства обучения:**

- персональный компьютер с выходом в Интернет;
- мультимедийный проектор;
- интерактивная доска.

## **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

### **Основные источники:**

1. Косолапова, Н. В., Безопасность жизнедеятельности. Практикум : учебное пособие / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — Москва : КноРус, 2024. — 155 с. — ISBN 978-5-406-12823-7. — URL: <https://book.ru/book/952905>. — Текст : электронный.

2. Микрюков, В. Ю., Безопасность жизнедеятельности. : учебник / В. Ю. Микрюков. — Москва : КноРус, 2024. — 282 с. — ISBN 978-5-406-12387-4. — URL: <https://book.ru/book/951432>. — Текст : электронный.

### **Дополнительные источники:**

1. Косолапова, Н. В., Безопасность жизнедеятельности : учебник / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — Москва : КноРус, 2024. — 222 с. —

ISBN 978-5-406-12361-4. — URL: <https://book.ru/book/951082>. — Текст : электронный.

2. Косолапова, Н.В. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : практикум / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко, Е. Л. Побежимова. - 2-е изд., стер. - М. : Академия, 2018. — 144 с. - (Профессиональное образование).

**Интернет-ресурсы:**

1. Безопасность жизнедеятельности: сайт. — URL: <http://www.school-obz.org> — Текст: электронный.

2. Безопасность жизнедеятельности: сайт. — URL: <http://www.grandars.ru> — Текст: электронный.

3. Энциклопедия безопасности: сайт. — URL: <http://www.opasno.net> — Текст: электронный.

4. Официальный сайт Министерства обороны Российской Федерации (Минобороны России): [сайт]. — URL: <https://mil.ru/> — Текст: электронный.

5. Официальный сайт МЧС России: [сайт]. — URL: <https://www.mchs.gov.ru/> — Текст: электронный.

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

| Результаты обучения   | Критерии оценки  | Методы оценки   |
|---|--|---|
| <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– актуальный профессиональный и социальный контекст поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;</li> <li>– основные источники информации и ресурсы для решения задач обеспечения безопасности жизнедеятельности в профессиональном и социальном контекстах: принципы, правила и требования безопасного поведения, защиты от опасностей при осуществлении профессиональной деятельности и в ЧС;</li> <li>– физиологические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов;</li> <li>– алгоритмы и приемы защиты человека и среды обитания от негативного воздействия при ЧС;</li> <li>– алгоритмы и приемы действий по гражданской обороне и в ЧС;</li> <li>– основы обеспечения военной безопасности государства (для юношей).</li> <li>– основы медицинских знаний (для девушек);</li> </ul> | <p>В решении учебных задач поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС, <u>демонстрирует знание понятий:</u> безопасность жизнедеятельности, человеко- и природозащитная деятельность, военная опасность, чрезвычайная ситуация, пожаробезопасность, электробезопасность, оружие массового поражения, средства индивидуальной и коллективной защиты населения от оружия массового поражения, минимизация опасностей, управление рисками ЧС, экологическая безопасность осуществления профессиональной деятельности.</p> <p><b>Для юношей:</b> военная служба, военная деятельность, ценности военной службы, строевая подготовка, огневая подготовка, физическая подготовка военнослужащего. <b>Для девушек:</b> дезинфекция, дезинсекция, дератация, первая (доврачебная) помощь, здоровый образ жизни;</p> <p><u>использует принципы, правила, требования</u> безопасного поведения, защиты от опасностей при осуществлении профессиональной деятельности и в ЧС; <u>пользуется номенклатурой</u></p> | <p>Тестирование. Защита реферата, презентаций. Наблюдение и оценка за выполнением практического задания</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– номенклатуру информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности: нормативно-правовые акты федерального, регионального, локального</li> </ul>  |  |   |

|  |   |  |
|--|---|--|
| <p>уровней, регулирующие деятельность в сфере безопасности жизнедеятельности, основы контроля и управления в сфере обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды;</p> <p>– приемы структурирования информации, содержащей актуальные научные сведения о безопасности жизнедеятельности, и форматы оформления (устное сообщение, письменное сообщение, электронный контент и т.п.) данной информации;</p> <p>– порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды в процессе решения задач социальной и профессиональной деятельности;</p> | <p>информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности; <u>применяет приемы структурирования и разнообразные форматы представления</u> информации, содержащей актуальные научные сведения о безопасности жизнедеятельности, <u>применяет знания</u> о правилах экологической безопасности, о принципах эффективного взаимодействия по созданию человеко- и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности, о психологических рекомендациях по организации деятельности трудового коллектива и личности в для минимизации опасностей и управлению рисками ЧС на рабочем месте; <u>демонстрирует знание правил</u> дезинфекции, дератации, оказания первой (доврачебной) помощи, ведения здорового образа жизни; <u>грамотно применяет знание алгоритмов действий</u> по гражданской обороне и в ЧС, защите человека и среды обитания от негативного воздействия при ЧС; использования современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды; <u>пользуется</u> актуальными для обеспечения безопасности жизнедеятельности рекомендациями по учету особенностей личности в</p> |  |
| <p>– психологические основы деятельности трудового коллектива, психологические особенности личности в сфере трудовой деятельности, актуальные для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте;</p> <p>– основы проектной деятельности в коллективе и команде по решению задач минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте на основе принципов эффективного взаимодействия по созданию человеко- и природозащитной среды осуществления</p>  | <p>использования современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды; <u>пользуется</u> актуальными для обеспечения безопасности жизнедеятельности рекомендациями по учету особенностей личности в</p>  |  |

|   |  |  |
|---|--|--|
| <p>профессиональной деятельности;</p>   | <p>сфере трудовой деятельности;</p>  |  |
| <p>– порядок действий в чрезвычайных ситуациях, нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности;</p> <p>– способы минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями норм безопасности жизнедеятельности на рабочем месте и опасность нарушения норм безопасности жизнедеятельности для реализации идеи бережливого производства.</p>   | <p>– <u>демонстрирует знание возможностей применения ИКТ</u> и цифровых инструментов для поиска актуальных сведений о безопасности жизнедеятельности;</p> <p>– <u>демонстрирует знание возможностей применения приемов минимизации опасности нарушения правил безопасности жизнедеятельности для реализации идеи бережливого производства.</u></p>   |  |
| <p><b>Умения:</b></p>   |  |  |
| <p>– распознавать в профессиональном и социальном контексте задачи и/или проблемы, относящиеся к кругу задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;</p> <p>– анализировать задачу и и/или проблемы, относящиеся к предметной области безопасности жизнедеятельности, и выделять составные части подобных задач и/или проблем;</p> <p>– выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;</p> <p>– составлять план действий, определять ресурсы, прогнозировать результаты реализации составленного плана поддержания безопасных условий</p> | <p><u>В ходе выполнения практических заданий демонстрирует умение</u> распознавать в профессиональном и социальном контексте задачи и/или проблемы, относящиеся к кругу задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС и выполнять правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, а также действия по сигналам гражданской обороны и применению средств индивидуальной защиты от поражающих факторов и ЧС;</p> <p><u>демонстрирует грамотное применение правил</u> использования средств защиты от оружия массового поражения;</p> <p><u>грамотно осуществляет</u> анализ задачи и и/или проблемы, относящиеся к предметной области</p> | <p>Наблюдение за процессом учебно-познавательной деятельности в ходе лекций и практических занятий.</p> <p>Анализ и оценка продуктивных результатов выполнения практической работы</p> |

|  |   |  |
|--|---|--|
| <p>жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– владеть способностью принимать решения по целесообразным действиям в ЧС;</li> <li>– владеть методами защиты от вредных и опасных факторов ЧС, защиты человека и среды обитания от негативного воздействия при ЧС; приемы действий по гражданской обороне и в ЧС.</li> <li>– оценивать результат и последствия своих действий по решению задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;</li> <li>– владеть знаниями основ обеспечения военной безопасности государства (для юношей);</li> <li>– владеть знаниями основ медицинских знаний (для девушек);</li> </ul> | <p>безопасности жизнедеятельности, выделяя составные части подобных задач и/или проблем; <u>корректно определяет</u> задачи для поиска информации, содержащей актуальные сведения о безопасности жизнедеятельности и необходимые источники информации согласно номенклатуре информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности; <u>результативно выполняет информационный поиск</u> сведений, необходимых для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; <u>создает</u> качественные устные и письменные сообщения, электронные контенты и т.п., <u>грамотно применяя</u> приемы структурирования информации; <u>демонстрирует ИКТ-компетентность</u> в решения задач, связанных с профессиональным контекстом обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды; <u>использует</u> современное программное обеспечение, различные цифровые средства для получения информации, позволяющей: идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации; принимать решения по целесообразным действиям в ЧС.</p> |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– определять задачи для поиска информации, содержащей актуальные сведения о безопасности жизнедеятельности;</li> <li>– определять необходимые источники информации согласно номенклатуре информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности;</li> <li>– применять приемы структурирования информации для создания устных и письменных сообщений, электронного контента и т.п. в процессе освоения информации о безопасности жизнедеятельности;</li> <li>– применять ИКТ и цифровые инструменты для решения задач, связанных с</li> </ul>   |   |  |

|   |   |  |
|---|---|--|
| <p>профессиональным контекстом обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– использовать современное программное обеспечение, различные цифровые средства для получения информации, позволяющей: идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации; принимать решения по целесообразным действиям в ЧС;</li> <li>– распознавать жизненные нарушения при неотложных состояниях и травмах;</li> </ul> | <p><i>правильно составляет</i> план действий, <i>определят</i> ресурсы, <i>прогнозирует</i> результаты реализации составленного плана поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;</p> <p><i>корректно осуществляет оценку</i> результата и последствий своих действий по решению задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС. В ситуациях деловых игр, имитирующих деятельность по созданию человеко- и природозащитной среды на рабочем месте</p>   |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– организовывать работу коллектива и команды и взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами для создания человеко- и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности;</li> </ul>   | <p><i>результативно организует</i> работу коллектива и команды и <i>эффективно взаимодействует</i> с коллегами, руководством, клиентами на основе правил бесконфликтного поведения;</p>   |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях, соблюдать нормы экологической безопасности на рабочем месте;</li> <li>– содействовать практическому осуществлению идеи бережливого производства за счет минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями норм безопасности жизнедеятельности на рабочем месте.</li> </ul>  | <p><i>демонстрирует грамотное применение</i> норм экологической безопасности на рабочем месте;</p> <p><i>демонстрирует умение разрабатывать систему мер</i> по минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями правил безопасности жизнедеятельности на рабочем месте</p> <p><b>Для девушек:</b></p> <p><i>демонстрирует применение алгоритма</i> распознавания жизненных нарушений при неотложных состояниях и травмах, <i>демонстрирует умение</i> проводить мероприятия по дезинфекции, дезинсекции, дератации составлять индивидуальные карты</p> |  |

|  |  |  |
|--|--|--|
|  | <p>здоровья с режимом дня, графиком питания с возможностью отслеживать свои показания; оказывать первую (доврачебную) помощь при неотложных состояниях и травматизме.</p> <p><i>Для юношей:</i> выполнять упражнения и команды по физической, строевой подготовке; разрабатывать и осуществлять программу самоподготовки будущего призывника к осуществлению военной деятельности; оказывать первую (доврачебную) помощь пострадавшим.</p> |  |
|--|--|--|