

**МИНОБРНАУКИ РОССИИ**  
Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
**«Ухтинский государственный технический университет»**  
(УГТУ)  
Индустриальный институт (СПО)



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ИИ (СПО)

(подпись)

(И. О. Фамилия)

« 23 » \_\_\_\_\_ 2022 г.

(подпись)

(И. О. Фамилия)

« 25 » \_\_\_\_\_ 2023 г.

(подпись)

(И. О. Фамилия)

« 27 » \_\_\_\_\_ 2024 г.

(подпись)

(И. О. Фамилия)



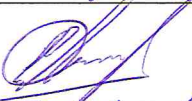
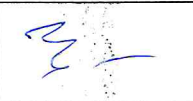

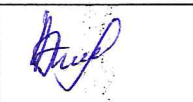
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплина:	<b>Основы безопасности жизнедеятельности</b>
Индекс дисциплины:	БД.08
Специальность:	20.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях
Форма обучения:	очная
Курс(ы):	1
Семестр(ы):	2

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413



Разработчик С.В. Акулов, преподаватель ИИ (СПО).

Рассмотрено на заседании					
предметно-цикловой комиссии			методического совета ИИ (СПО)		
Дата, номер протокола	ФИО председателя ПЦК	Подпись председателя ПЦК	Дата, номер протокола	ФИО председателя совета	Подпись председателя совета
Протокол от <u>23.04.2022</u> № <u>8</u>	<u>Акулов С.В.</u>		Протокол от <u>12.05.2022</u> № <u>06</u>	<u>Чурилина И.В.</u>	
Протокол от <u>11.05.2023</u> № <u>07</u>	<u>Акулов С.В.</u>		Протокол от <u>25.05.2023</u> № <u>05</u>	<u>Чурилина И.В.</u>	
Протокол от <u>20.05.2024</u> № <u>06</u>	<u>Акулов С.В.</u>		Протокол от <u>23.05.2024</u> № <u>06</u>	<u>Габеева А.Н.</u>	
Протокол от _____ № _____			Протокол от _____ № _____		

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по ИМР ИИ (СПО)

Зам. директора по УР ИИ (СПО)

 И. В. Чурилина  
 О. М. Якимова

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	Пояснительная записка	4
2.	Требования к результатам освоения по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»	5
3.	Тематический план и содержание рабочей программы дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»	7
4.	Условия реализации рабочей программы дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»	10
5.	Характеристика и контроль основных видов учебной деятельности по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»	11

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения в Индустриальном институте (СПО), реализующего образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения образовательной программы СПО на базе основного общего образования при реализации программ специалистов среднего звена.

Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности».

Содержание рабочей программы дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих целей:

- сформировать навыки здорового, безопасного образа жизни, понимание обучающимися рисков и угроз современного мира;
- развить навыки оказания первой помощи пострадавшим;
- обеспечить знание правил и овладение навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;
- совершенствовать умение сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- сформировать умение действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях.

Место дисциплины в структуре образовательной программы: общеобразовательная подготовка.

**Количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 105 часов, в том числе:

**для очной формы обучения:**

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 70 часов;  
самостоятельная работа обучающегося 35 часов.

## **2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

В рамках освоения содержания дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», обеспечивается достижение обучающимися следующих результатов:

### **• Личностных:**

- российская гражданская идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
- ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития исторической науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества;
- готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;
- навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

### **• метапредметных:**

- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей

разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

- умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

- умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

- **предметных:**

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

- знание основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

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

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

- знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

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

- умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

- умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- знание основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;

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

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

### 3. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

№ п/п	Наименование разделов и тем/содержание учебного материала	Максимальная нагрузка	Количество аудиторных часов			Самостоятельные работы
			Всего	Теорет. обучение	Практ./лаборат. занятия	
Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранности здоровья		26	18	14	4	8
1	Введение. Цели и задачи ОБЖ.	2	2	2		
2	Здоровье и здоровый образ жизни.	2	2	2		
3	Факторы, способствующие укреплению здоровья.	2	2	2		
4	Разработка модели рационального питания и ее гигиеническая оценка.	2	2	2		
5	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	2	2	2		
6	Вредные привычки и их профилактика.	6	2	2		4
7	Правила и безопасность дорожного движения. Практическая работа № 1. Определение вариантов безопасного поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров транспортных средств в конкретных ситуациях дорожного движения.	2	2		2	
8	Правовые основы взаимоотношения полов	6	2	2		4
9	Практическая работа № 2. Репродуктивное здоровье.	2	2		2	
	Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	34	18	10	8	16
1	Понятия, классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций различного характера.	2	2	2		
2	Практическая работа № 3. Отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.	6	2	-	2	4
3	Единая государственная	6	2	2		4

	система защиты населения и территорий в ЧС.					
4	<b>Практическая работа № 4.</b> Отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.	2	2		2	
5	Современные средства и их поражающие факторы.	2	2	2		
6	Обучение населения защите от ЧС.	6	2	2		4
7	<b>Практическая работа № 5.</b> Применение первичных средств пожаротушения.	2	2		2	
8	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники.	6	2	2		4
9	<b>Практическая работа № 6.</b> Использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени	2	2		2	
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>		<b>24</b>	<b>16</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>8</b>
1	Функции и основные задачи современных Вооруженных сил РФ. Структура ВС РФ.	2	2	2		
2	Воинская обязанность и обязательная подготовка граждан к военной службе.	2	2	2		
3	Призыв и прохождение военной службы. Альтернативная гражданская служба. Качества личности военнослужащего как защитника отечества.	2	2	2		
5	Автомат Калашникова. Устройство, тактико - технические характеристики.	6	2	2		4
6	<b>Практическая работа № 7.</b> Неполная разборка и сборка автомата Калашникова	2	2		2	
7	Воинская дисциплина и ответственность.	6	2	2		4
8	<b>Практическая работа № 8.</b> Строевая подготовка.	2	2		2	
9	Боевые традиции, ритуалы и символы Вооруженных сил РФ.	2	2	2		
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний</b>		<b>19</b>	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>3</b>



1	Общие правила оказания первой помощи. Понятия травм и их виды. Понятия и виды кровотечения. Оказания первой помощи при кровотечениях.	3	2	2		1
2	<b>Практическая работа № 9.</b> Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.	2	2		2	
3	Первая помощь при воздействии высоких и низких температур.	2	2	2		
4	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.	4	2	2		2
5	<b>Практическая работа № 10.</b> Первая помощь при отравлении и потери сознания. Первая помощь при отсутствии сознания.	2	2		2	
6	<b>Практическая работа № 11.</b> Освоение основных способов искусственного дыхания.	2	2		2	
7	<b>Практическая работа № 12.</b> Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	2	2		2	
8	Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.	2	2	2		
	<b>Дифференцированный зачет</b>	2	2	2		
	<b>Всего</b>	<b>105</b>	<b>70</b>	<b>46</b>	<b>24</b>	<b>35</b>

Освоение дисциплины может быть реализовано с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в соответствии с Положением о применении электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ среднего профессионального образования, утвержденного председателем ученого совета ФГБОУ ВО «УГТУ».

## **4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

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

Реализация рабочей программы дисциплины требует наличия кабинета социально-экономических дисциплин.

Оборудование учебного кабинета:

Посадочные места для обучающихся, рабочее место преподавателя, практические работы для учащихся, доска учебная, карты, персональный компьютер, колонки, принтер, проектор, учебная, справочная литература, учебно - методическая документация.

### **4.2. Информационное обеспечение обучения**

#### **Основные источники:**

- Халилов, Ш. А. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Ш.А. Халилов, А.Н. Маликов, В.П. Гневанов ; под ред. Ш.А. Халилова. – Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2022. – 576 с. – (Среднее профессиональное образование). – ISBN 978-5-8199-0789-4. – Текст : электронный. – Режим доступа: <https://znanium.com/read?id=380056>
- Сычев, Ю. Н. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Ю.Н. Сычев. – Москва : ИНФРА-М, 2022. – 204 с. – (Среднее профессиональное образование). – ISBN 978-5-16-015260-8. – Текст : электронный. – Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/product/1852173>
- Обеспечение безопасности при чрезвычайных ситуациях : учебник / В. А. Бондаренко, С. И. Евтушенко, В. А. Лепихова [и др.]. – 2-е изд. – Москва : РИОР : ИНФРА-М, 2020. – 224 с. – (Среднее профессиональное образование). – ISBN 978-5-369-01784-5. – Текст : электронный. – Режим доступа: <https://znanium.com/read?id=349297>
- Микрюков, В. Ю. Основы военной службы: строевая, огневая и тактическая подготовка, военная топография : учебник / В.Ю. Микрюков. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2023. – 384 с. – (Среднее профессиональное образование). – ISBN 978-5-00091-623-0. – Текст : электронный. – Режим доступа: <https://znanium.com/catalog/product/1941745>
- Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие для СПО / Г. В. Тягунов, А. А. Волкова, В. Г. Шишкунов, Е. Е. Барышев ; под редакцией В. С. Цепелева. – 2-е изд. – Саратов, Екатеринбург : Профобразование, Уральский федеральный университет, 2019. – 235 с. – ISBN 978-5-4488-0368-0, 978-5-7996-2790-4. – Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. – Режим доступа: <https://profspo.ru/books/87788>

#### **Дополнительные источники:**

- Алексеев, В. С. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / В. С. Алексеев, О. И. Жидкова, И. В. Ткаченко. – 2-е изд. – Саратов : Научная книга, 2019. – 158 с. – ISBN 978-5-9758-1716-7. – Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. – Режим доступа: <https://profspo.ru/books/81000>
- Ветошкин, А. Г. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / А. Г. Ветошкин. – Москва, Вологда : Инфра-Инженерия, 2022. – 308 с. – ISBN 978-5-9729-0991-9. – Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт] – Режим доступа: <https://profspo.ru/books/124002>
- Курбатов, В. А. Безопасность жизнедеятельности. Основы чрезвычайных ситуаций : учебное пособие для СПО / В. А. Курбатов, Ю. С. Рысин, С. Л. Яблочников. — Саратов : Профобразование, 2020. – 121 с. – ISBN 978-5-4488-0820-3. – Текст :

электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО  
PROFобразование : [сайт]. – Режим доступа:  
<https://profspo.ru/webreader/web/viewer.php?publicationId=books/93574>

- Михайлиди, А. М. Безопасность жизнедеятельности и охрана труда на производстве : учебное пособие для СПО / А. М. Михайлиди. – Саратов, Москва : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2021. – 111 с. – ISBN 978-5-4488-0964-4, 978-5-4497-0809-0. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROFобразование : [сайт]. – Режим доступа:  
<https://profspo.ru/webreader/web/viewer.php?publicationId=books/100492>

## 5. ХАРАКТЕРИСТИКА И КОНТРОЛЬ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Итоговые результаты обучения по дисциплине проверяются на промежуточной аттестации.

Содержание обучения	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся (на уровне учебных действий)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Введение	Различение основных понятий и теоретических положений основ безопасности жизнедеятельности, применение знаний дисциплины для обеспечения своей безопасности. Анализ влияния современного человека на окружающую среду, оценка примеров зависимости благополучия жизни людей от состояния окружающей среды; моделирование ситуаций по сохранению биосферы и ее защите	Устный опрос
1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения	<p>Определение основных понятий о здоровье и здоровом образе жизни.</p> <p>Усвоение факторов, влияющих на здоровье, выявление факторов, разрушающих здоровье, планирование режима дня, выявление условий обеспечения рационального питания, объяснение случаев из собственной жизни и своих наблюдений по планированию режима труда и отдыха.</p> <p>Анализ влияния двигательной активности на здоровье человека, определение основных форм закаливания, их влияния на здоровье человека, обоснование последствий влияния алкоголя на здоровье человека и социальных последствий употребления алкоголя. Анализ влияния неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.</p> <p>Моделирование социальных последствий пристрастия к наркотикам.</p> <p>Моделирование ситуаций по организации безопасности дорожного движения.</p> <p>Характеристика факторов, влияющих на репродуктивное здоровье человека.</p> <p>Моделирование ситуаций по применению правил сохранения и укрепления здоровья</p>	<p>Устный опрос</p> <p>Практическая работа</p> <p>Тестирование</p>

<p>2. Государственная система обеспечения безопасности населения</p>	<p>Усвоение общих понятий чрезвычайных ситуаций, классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по основным признакам, характеристика особенностей ЧС различного происхождения.</p> <p>Выявление потенциально опасных ситуаций для сохранения жизни и здоровья человека, сохранения личного и общественного имущества при ЧС.</p> <p>Моделирование поведения населения при угрозе и возникновении ЧС.</p> <p>Освоение моделей поведения в разных ситуациях: как вести себя дома, на дорогах, в лесу, на водоемах, характеристика основных функций системы по предупреждению и ликвидации ЧС (РСЧС); объяснение основных правил эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций, оценка правильности выбора индивидуальных средств защиты при возникновении ЧС; раскрытие возможностей современных средств оповещения населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени; характеристика правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.</p> <p>Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.</p> <p>Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности</p>	<p>Устный опрос Практическая работа Тестирование</p>
--	---	--

<p>3. Основы обороны государства и воинская обязанность</p>	<p>Различение основных понятий военной и национальной безопасности, освоение функций и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, характеристика основных этапов создания Вооруженных Сил России.</p> <p>Анализ основных этапов проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе, определение организационной структуры, видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации; формулирование общих, должностных и специальных обязанностей военнослужащих.</p> <p>Характеристика распределения времени и повседневного порядка жизни воинской.</p> <p>Характеристика требований воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина; характеристика понятий «воинская дисциплина» и «ответственность»; освоение основ строевой подготовки.</p> <p>Определение боевых традиций Вооруженных Сил России, объяснение основных понятий о ритуалах Вооруженных Сил Российской Федерации и символах воинской чести</p>	<p>Устный опрос Практическая работа Тестирование</p>
<p>4. Основы медицинских знаний</p>	<p>Освоение основных понятий о состояниях, при которых оказывается первая помощь; моделирование ситуаций по оказанию первой помощи при несчастных случаях. Характеристика основных признаков жизни. Освоение алгоритма идентификации основных видов кровотечений, идентификация основных признаков теплового удара.</p> <p>Определение основных средств планирования семьи. Определение особенностей образа жизни и рациона питания беременной женщины</p>	<p>Устный опрос Практическая работа Тестирование</p>

Итоговые результаты обучения по дисциплине проверяются на промежуточной аттестации.

