

Министерство образования Омской области  
бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Омский педагогический колледж № 1»

Рабочая программа учебной дисциплины  
**СГ.03. Безопасность жизнедеятельности**

по специальности  
**49.02.01 Физическая культура**

Омск, 2024 г.

Рабочая программа учебной дисциплины СГ.03. Безопасность жизнедеятельности разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности 49.02.01 «Физическая культура», утвержденного Приказом Минпросвещения России от 11 ноября 2022 г. № 968.

Организация-разработчик: бюджетное профессиональное образовательное учреждение Омской области «Омский педагогический колледж № 1» (далее – БПОУ «ОПК № 1»)

Разработчик:  
Сергазин Махмет Айдарханович, преподаватель БПОУ «ОПК № 1»

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	22
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	27

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 1.1. Область применения программы

Учебная дисциплина «СГ.03. Безопасность жизнедеятельности» обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по специальности 49.02.01 «Физическая культура». Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, 02, 04, 07, ПК 3.3.

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

Учебная дисциплина «СГ.03. Безопасность жизнедеятельности» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 «Физическая культура».

## 1.3. Требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01	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; анализировать задачу и и/или проблемы, относящиеся к предметной области безопасности жизнедеятельности, и выделять составные части подобных задач и/или проблем; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; составлять план действий, определять ресурсы, прогнозировать результаты реализации составленного плана поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; владеть	актуальный профессиональный и социальный контекст поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; 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; физиологические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов; алгоритмы и приемы защиты человека и среды обитания от негативного воздействия при ЧС; алгоритмы и приемы действий по гражданской обороне и в ЧС; основы обеспечения военной безопасности государства (для

	<p>способностью принимать решения по целесообразным действиям в ЧС; 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. оценивать результат и последствия своих действий по решению задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС. Владеть знаниями основ обеспечения военной безопасности государства (для юношей). Владеть знаниями основ медицинских знаний (для девушек).</p>	<p>юношей). основы медицинских знаний (для девушек)</p>
<p>ОК 02</p>	<p>определять задачи для поиска информации, содержащей актуальные сведения о безопасности жизнедеятельности; определять необходимые источники информации согласно номенклатуре информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности; применять приемы структурирования информации для создания устных и письменных сообщений, электронного контента и т.п. в процессе освоения информации о безопасности жизнедеятельности; применять ИКТ и цифровые инструменты для решения задач, связанных с профессиональным контекстом обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды; использовать современное программное обеспечение, различные цифровые средства для получения информации, позволяющей: идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации; принимать решения по</p>	<p>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; приемы структурирования информации, содержащей актуальные научные сведения о безопасности жизнедеятельности, и форматы оформления (устное сообщение, письменное сообщение, электронный контент и т.п.) данной информации; 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>

	целесообразным действиям в ЧС; распознавать жизненные нарушения при неотложных состояниях и травмах	
ОК 04	организовывать работу коллектива и команды и взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами для создания человеко- и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности;	психологические основы деятельности трудового коллектива, психологические особенности личности в сфере трудовой деятельности, актуальные для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте; 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 человекои природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности
ОК 07	эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях, соблюдать нормы экологической безопасности на рабочем месте; содействовать практическому осуществлению идеи бережливого производства за счет минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями норм безопасности жизнедеятельности на рабочем месте	порядок действий в чрезвычайных ситуациях, нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; способы минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями норм безопасности жизнедеятельности на рабочем месте и опасность нарушения норм безопасности жизнедеятельности для реализации идеи бережливого производства
ПК 3.3.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выбор оптимальных средств и методов коммуникации для вовлечения населения в занятия фитнесом, пропаганды ЗОЖ и физической активности среди населения;</li> <li>- ведение контента, пропагандирующего ЗОЖ и физическую активность среди различных групп населения;</li> <li>- формирование и развитие мотивации к занятиям физической культурой и спортом, к ведению здорового и активного образа жизни;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- применение физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы;</li> <li>- вовлечение детей и подростков в занятие, развитие интереса к физическим упражнениям, стимулирование их двигательной активности;</li> <li>- инструктирование занимающихся перед проведением занятий;</li> </ul>

	<p>- знание принципов и составляющих ЗОЖ и активного долголетия, физкультурно-оздоровительных технологий ЗОЖ.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдение техники безопасности, выявление источников возможного травматизма;</li> <li>- выявление первых признаков утомления занимающихся;</li> <li>- использование методики контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся;</li> <li>- использование технологий воспитательной работы для формирования у населения навыков ЗОЖ, неприятия вредных привычек</li> </ul>
--	---	---

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы (очная форма обучения)

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	74
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	66
в том числе:	
лекции	28
практические занятия	38
в т.ч. в форме практической подготовки	40
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	6
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта</i>	

### 2.1.2. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы (заочная форма обучения)

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	74
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	10
в том числе:	
лекции	
практические занятия	10
в т.ч. в форме практической подготовки	4
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	62
<i>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта</i>	



### 2.2.1. Тематический план и содержание учебной дисциплины (очная форма обучения)

Наименование разделов и тем	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем, ч. / в том числе в форме практической подготовки, ч.	Коды ОК, ПК, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени, организация защиты населения</b>		<b>22/14</b>	
<b>Тема 1.1. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6/2</b>	ОК 07 ПК 1.2.
	Общая характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, источники их возникновения. Классификации чрезвычайных ситуаций: по масштабам их распространения, по тяжести последствий, по скорости распространения, по очагам возникновения		
	Чрезвычайные ситуации военного характера. Основные источники чрезвычайных ситуаций военного характера – современные средства поражения: химические, ядерные, бактериологические. Безопасное поведение человека при чрезвычайных ситуациях военного характера.	4/-	
	Прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Теоретические основы прогнозирования чрезвычайных ситуаций. Прогнозирование природных и техногенных катастроф. Порядок выявления и оценки обстановки.		
	Классификация природных чрезвычайных ситуаций: гидродинамические, метеорологические, геофизические, геотермальные. Уровни воздействия и сила катастроф.		
	Наводнения, оползни, эрозионные процессы, извержение вулканов, землетрясения, цунами, тайфуны и торнадо, водные нагоны, затопления, морозы и др.		
	<b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>	<b>2/2</b>	
<b>Практическое занятие 1. (практическая подготовка)</b>	<b>2/2</b>		

	Характеристика чрезвычайных ситуаций различного происхождения. Безопасное поведение человека при чрезвычайных ситуациях природного характера.		
<b>Тема 1.2. Организация защиты населения и территорий в условиях чрезвычайных ситуаций</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>12/10</b>	ОК 07 ПК 1.2.
	Единая государственная система по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основная цель создания и основные задачи РСЧС по защите населения от ЧС, силы и средства ликвидации ЧС.	4/2	
	МЧС РФ – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от ЧС. История возникновения и развития, структура МЧС РФ. Основные задачи, силы и средства ликвидации ЧС.		
	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		
	Гражданская оборона, её структура и задачи по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий. Инженерная защита от ЧС. (практическая подготовка)		
	<b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>	<b>8/8</b>	
	<b>Практическое занятие 2. (практическая подготовка)</b>	2/2	
	Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения		
	<b>Практическое занятие 3. (практическая подготовка)</b>	2/2	
	Средства индивидуальной защиты. Использование средств индивидуальной защиты (противогазы, ОЗК)		
	<b>Практическое занятие 4. (практическая подготовка)</b>	2/2	
	Использование инженерных сооружений от оружия массового поражения		
<b>Практическое занятие 5. (практическая подготовка)</b>	2/2		
Эвакуационные мероприятия. Отработка навыков эвакуации из здания			
<b>Тема 1.3. Устойчивость объектов экономики в условиях</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4/2</b>	ОК 07
	Общие понятия об устойчивости объектов экономики в ЧС. Факторы, определяющие устойчивость работы объектов экономики. Основные мероприятия, обеспечивающие и повышающие устойчивость объектов экономики в ЧС.	2/-	

<b>чрезвычайных ситуаций</b>	Обеспечение надёжной защиты рабочих и служащих, повышение надёжности инженерно-технического комплекса, обеспечение надёжности и оперативности управления производством, подготовка объектов к переводу на аварийный режим работы, подготовка к восстановлению нарушенного производства.		
	Расследование травм на производстве. Комиссия по расследованию, порядок действий.		
	<b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>	<b>2/2</b>	
	<b>Практическое занятие 6. (практическая подготовка)</b>	2/2	
	Разработка и составление профилактических мер для снижения уровня опасностей различного рода и их последствий в быту.		
<b>Раздел 2. Основы военной службы и медицинской подготовки</b>		<b>50/26</b>	
<b>Модуль «Основы военной службы» (для юношей)</b>		<b>50/26</b>	
<b>Тема 2.1. Основы военной безопасности Российской Федерации</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10/6</b>	ОК 07
	Нормативно-правовая база обеспечения военной безопасности Российской Федерации, функционирования ее Вооруженных Сил и военной службы граждан.	2/-	
	Организация обороны Российской Федерации.		
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>2/-</b>	
	Работа с лекциями и дополнительной литературой.		
	<b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>	<b>6/6</b>	
	<b>Практическое занятие 7. (практическая подготовка)</b>	2/2	
	Виды Вооруженных Сил, рода войск, история их создания, их основные задачи		
	<b>Практическое занятие 8. (практическая подготовка)</b>	4/4	
	Общая физическая и строевая подготовка		
<b>Тема 2.2. Вооруженные Силы Российской Федерации</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>12/6</b>	ОК 07
	Русская военная сила – от княжеских дружин до ракетно-космических войск. Назначение и задачи Вооруженных Сил.	4/-	
	Состав Вооруженных Сил. Руководство и управление Вооруженными Силами.		
	Реформа Вооруженных Сил Российской Федерации 2008-2020 гг.		
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>2/-</b>	
	Работа с лекциями и дополнительной литературой.		

	<b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>	<b>6/6</b>	
	<b>Практическое занятие 9. (практическая подготовка)</b>	2/2	
	Виды Вооруженных Сил, рода войск, история их создания, их основные задачи.		
	<b>Практическое занятие 10. (практическая подготовка)</b>	4/4	
	Военная служба как личностно-значимая и общественная ценность		
<b>Тема 2.3. Воинская обязанность в Российской Федерации</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6/2</b>	ОК 07
	Понятие и сущность воинской обязанности. Воинский учет граждан. Призыв граждан на военную службу.	4/-	
	Медицинское освидетельствование и обследование граждан при постановке их на воинский учет и при призыве на военную службу.		
	Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе.		
	<b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>	<b>2/2</b>	
	<b>Практическое занятие 11. (практическая подготовка)</b>	2/2	
	Обязательная подготовка граждан к военной службе. Самоподготовка будущего призывника к осуществлению военной деятельности		
<b>Тема 2.4. Символы воинской чести. Боевые традиции Вооруженных Сил России</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10/4</b>	ОК 07
	Боевое Знамя части – символ воинской чести, доблести и славы. Боевые традиции Вооруженных сил РФ.	4/-	
	Ордена – почетные награды за воинские отличия в бою и заслуги в военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.		
	Патриотизм и верность воинскому долгу. Дружба, войсковое товарищество.		
	<b>Самостоятельная работа</b>	2/-	
	Работа с лекциями и дополнительной литературой.		
	<b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>	<b>4/4</b>	
	<b>Практическое занятие 12. (практическая подготовка)</b>	2/2	
	Воинские звания и военная форма одежды военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации.		
	<b>Практическое занятие 13. (практическая подготовка)</b>	2/2	
Общая физическая и строевая подготовка.			
<b>Тема 2.5. Организационные и правовые основы</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8/6</b>	ОК 07
	Военная служба – особый вид государственной службы. Воинские должности и звания военнослужащих. Правовой статус военнослужащих.	4/-	

<b>военной службы в Российской Федерации</b>	Права и обязанности военнослужащих. Социальное обеспечение военнослужащих. Начало, срок и окончание военной службы. Увольнение с военной службы		
	Прохождение военной службы по призыву. Военная служба по контракту. Альтернативная гражданская служба		
	<b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>	<b>4/4</b>	
	<b>Практическое занятие 14. (практическая подготовка)</b>	2/2	
	Ответственность военнослужащих. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.		
	<b>Практическое занятие 15. (практическая подготовка)</b>	2/2	
	Общая физическая и строевая подготовка.		
<b>Тема 2.6. Медико-санитарная подготовка военнослужащих</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4/4</b>	ОК 07
	Первая (доврачебная) помощь при ранениях, при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания. Первая (доврачебная) помощь при ожогах, при поражении электрическим током, при утоплении, при перегревании/переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании, при отравлениях. Реанимационные мероприятия. <b>(практическая подготовка)</b>	4/4	
<b>Модуль «Основы медицинских знаний» (для девушек)</b>		<b>50/26</b>	
<b>Тема 2.1. Общие правила оказания первой помощи</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>20/12</b>	ОК 07 ПК 1.2.
	Общая характеристика поражений организма человека от воздействия опасных факторов. Общие правила и порядок оказания первой медицинской помощи.	6/-	
	Первая помощь при различных повреждениях и состояниях организма.		
	Транспортная иммобилизация и транспортирование пострадавших при различных повреждениях.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>2/-</b>	
	Работа с лекциями и дополнительной литературой.		
	<b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>	<b>12/12</b>	
	<b>Практическое занятие 7. (практическая подготовка)</b>	4/4	
	Общие принципы оказания первой медицинской помощи. Оценка состояния пострадавшего.		
<b>Практическое занятие 8. (практическая подготовка)</b>	2/2		

	Первая помощь при отсутствии сознания, при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца).		
	<b>Практическое занятие 9. (практическая подготовка)</b>	2/2	
	Первая помощь при наружных кровотечениях, при травмах различных областей тела.		
	<b>Практическое занятие 10. (практическая подготовка)</b>	2/2	
	Первая помощь при ожогах и воздействии высоких температур, при воздействии низких температур.		
	<b>Практическое занятие 11. (практическая подготовка)</b>	2/2	
	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, при отравлениях.		
<b>Тема 2.2. Профилактика инфекционных заболеваний</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>14/6</b>	ОК 07 ПК 1.2.
	Из истории инфекционных болезней. Классификация инфекционных заболеваний. Общие признаки инфекционных заболеваний.	6/-	
	Воздушно-капельные инфекции. Желудочно-кишечные инфекции. Пищевые отравления бактериальными токсинами.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>2/-</b>	
	Работа с лекциями и дополнительной литературой.		
	<b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>	<b>6/6</b>	
	<b>Практическое занятие 12. (практическая подготовка)</b>	4/4	
	Общие принципы профилактики инфекционных заболеваний		
	<b>Практическое занятие 13. (практическая подготовка)</b>	2/2	
Правила госпитализации инфекционных больных.			
<b>Тема 2.3. Обеспечение здорового образа жизни</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>16/8</b>	ОК 07 ПК 1.2.
	Здоровье и факторы его формирования. Здоровый образ жизни и его составляющие.	6/-	
	Двигательная активность и здоровье. Питание и здоровье. Вредные привычки. Факторы риска. Понятие об иммунитете и его видах		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>2/-</b>	
	Работа с лекциями и дополнительной литературой.		
	<b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>	<b>8/8</b>	
	<b>Практическое занятие 14. (практическая подготовка)</b>	2/2	
	Показатели здоровья и факторы, их определяющие.		
<b>Практическое занятие 15. (практическая подготовка)</b>	2/2		

	Оценка физического состояния.		
	<b>Практическое занятие 16. (практическая подготовка)</b>	4/4	
	Составление индивидуальных карт здоровья с режимом дня, графиком питания с возможностью отслеживать свои показания.		
Дифференцированный зачет*		2	
<b>Всего</b>		<b>74/ 40</b>	

## 2.1.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины (заочная форма обучения)

Наименование разделов и тем	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем, ч. / в том числе в форме практической подготовки, ч.	Коды ОК, ПК, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени, организация защиты населения</b>		<b>22/-</b>	
<b>Тема 1.1. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6/-</b>	ОК 07 ПК 1.2.
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	<b>5/-</b>	
	Общая характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, источники их возникновения. Классификации чрезвычайных ситуаций: по масштабам их распространения, по тяжести последствий, по скорости распространения, по очагам возникновения		
	Чрезвычайные ситуации военного характера. Основные источники чрезвычайных ситуаций военного характера – современные средства поражения: химические, ядерные, бактериологические. Безопасное поведение человека при чрезвычайных ситуациях военного характера.		
	Прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Теоретические основы прогнозирования чрезвычайных ситуаций. Прогнозирование природных и техногенных катастроф. Порядок выявления и оценки обстановки.		
	Классификация природных чрезвычайных ситуаций: гидродинамические, метеорологические, геофизические, геотермальные. Уровни воздействия и сила катастроф.		
	Наводнения, оползни, эрозионные процессы, извержение вулканов, землетрясения, цунами, тайфуны и торнадо, водные нагоны, затопления, морозы и др.		
	<b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>	<b>1/-</b>	
<b>Практическое занятие 1.</b>	<b>1/-</b>		



	Характеристика чрезвычайных ситуаций различного происхождения. Безопасное поведение человека при чрезвычайных ситуациях природного характера.		
<b>Тема 1.2. Организация защиты населения и территорий в условиях чрезвычайных ситуаций</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>12/-</b>	ОК 07 ПК 1.2.
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	8/-	
	Единая государственная система по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основная цель создания и основные задачи РСЧС по защите населения от ЧС, силы и средства ликвидации ЧС.		
	МЧС РФ – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от ЧС. История возникновения и развития, структура МЧС РФ. Основные задачи, силы и средства ликвидации ЧС.		
	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		
	Гражданская оборона, её структура и задачи по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий. Инженерная защита от ЧС.		
	<b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>	<b>4/-</b>	
	<b>Практическое занятие 2.</b>	1/-	
	Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения		
	<b>Практическое занятие 3.</b>	1/-	
	Средства индивидуальной защиты. Использование средств индивидуальной защиты (противогазы, ОЗК)		
	<b>Практическое занятие 4.</b>	1/-	
Использование инженерных сооружений от оружия массового поражения			
<b>Практическое занятие 5.</b>	1/-		
Эвакуационные мероприятия. Отработка навыков эвакуации из здания			
<b>Тема 1.3. Устойчивость объектов экономики в условиях</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4/-</b>	ОК 07
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	4/-	
	Общие понятия об устойчивости объектов экономики в ЧС. Факторы, определяющие устойчивость работы объектов экономики. Основные		

<b>чрезвычайных ситуаций</b>	мероприятия, обеспечивающие и повышающие устойчивость объектов экономики в ЧС.		
	Обеспечение надёжной защиты рабочих и служащих, повышение надёжности инженерно-технического комплекса, обеспечение надёжности и оперативности управления производством, подготовка объектов к переводу на аварийный режим работы, подготовка к восстановлению нарушенного производства.		
	Расследование травм на производстве. Комиссия по расследованию, порядок действий.		
	Профилактические меры для снижения уровня опасностей различного рода и их последствий в быту.		
<b>Раздел 2. Основы военной службы и медицинской подготовки</b>		<b>50/4</b>	
<b>Модуль «Основы военной службы» (для юношей)</b>		<b>50/4</b>	
<b>Тема 2.1. Основы военной безопасности Российской Федерации</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10/1</b>	ОК 07
	<b>Самостоятельная работа</b>	9/-	
	Нормативно-правовая база обеспечения военной безопасности Российской Федерации, функционирования ее Вооруженных Сил и военной службы граждан.		
	Организация обороны Российской Федерации.		
	Виды Вооруженных Сил, рода войск, история их создания, их основные задачи		
	<b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>	<b>1/1</b>	
	<b>Практическое занятие 6. (практическая подготовка)</b>	1/1	
Общая физическая и строевая подготовка			
<b>Тема 2.2. Вооруженные Силы Российской Федерации</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>12/-</b>	ОК 07
	<b>Самостоятельная работа</b>	12/-	
	Русская военная сила – от княжеских дружин до ракетно-космических войск. Назначение и задачи Вооруженных Сил.		
	Состав Вооруженных Сил. Руководство и управление Вооруженными Силами.		
	Реформа Вооруженных Сил Российской Федерации 2008-2020 гг.		
	Виды Вооруженных Сил, рода войск, история их создания, их основные задачи.		
<b>Тема 2.3.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6/-</b>	ОК 07
	<b>Самостоятельная работа</b>	5/-	

<b>Воинская обязанность в Российской Федерации</b>	Понятие и сущность воинской обязанности. Воинский учет граждан. Призыв граждан на военную службу.		
	Медицинское освидетельствование и обследование граждан при постановке их на воинский учет и при призыве на военную службу.		
	Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе.		
	<b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>	<b>1/-</b>	
	<b>Практическое занятие 7. (практическая подготовка)</b>	1/-	
	Обязательная подготовка граждан к военной службе. Самоподготовка будущего призывника к осуществлению военной деятельности		
<b>Тема 2.4. Символы воинской чести. Боевые традиции Вооруженных Сил России</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10/-</b>	ОК 07
	<b>Самостоятельная работа</b>	10/-	
	Боевое Знамя части – символ воинской чести, доблести и славы. Боевые традиции Вооруженных сил РФ.		
	Ордена – почетные награды за воинские отличия в бою и заслуги в военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.		
	Патриотизм и верность воинскому долгу. Дружба, войсковое товарищество.		
	Воинские звания и военная форма одежды военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации		
<b>Тема 2.5. Организационные и правовые основы военной службы в Российской Федерации</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8/1</b>	ОК 07
	<b>Самостоятельная работа</b>	7/-	
	Военная служба – особый вид государственной службы. Воинские должности и звания военнослужащих. Правовой статус военнослужащих.		
	Права и обязанности военнослужащих. Социальное обеспечение военнослужащих. Начало, срок и окончание военной службы. Увольнение с военной службы		
	Прохождение военной службы по призыву. Военная служба по контракту. Альтернативная гражданская служба		
	<b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>	<b>1/1</b>	
	<b>Практическое занятие 8. (практическая подготовка)</b>	1/1	
	Ответственность военнослужащих. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.		
<b>Тема 2.6.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4/2</b>	ОК 07
	<b>Самостоятельная работа</b>	2/-	

<b>Медико-санитарная подготовка военнослужащих</b>	Первая (доврачебная) помощь при ранениях, при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания. Первая (доврачебная) помощь при ожогах, при поражении электрическим током, при утоплении, при перегревании/переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании, при отравлениях. Реанимационные мероприятия.		
	<b>Практическое занятие 9. (практическая подготовка)</b>	1/1	
	Тренинг по оказанию первой (доврачебной) помощи при ранениях, при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания.		
	<b>Практическое занятие 10. (практическая подготовка)</b>	1/1	
	Тренинг по оказанию первой (доврачебной) помощи при ожогах, при поражении электрическим током, при утоплении, при перегревании/переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании, при отравлениях.		
<b>Модуль «Основы медицинских знаний» (для девушек)</b>		<b>50/4</b>	
<b>Тема 2.1. Общие правила оказания первой помощи</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>20/4</b>	ОК 07 ПК 1.2.
	<b>Самостоятельная работа</b>	16/-	
	Общая характеристика поражений организма человека от воздействия опасных факторов. Общие правила и порядок оказания первой медицинской помощи.		
	Первая помощь при различных повреждениях и состояниях организма.		
	Транспортная иммобилизация и транспортирование пострадавших при различных повреждениях.		
	Общие принципы оказания первой медицинской помощи. Оценка состояния пострадавшего.		
	<b>В том числе практические занятия и лабораторные работы</b>	<b>4/4</b>	
	<b>Практическое занятие 6. (практическая подготовка)</b>	1/1	
	Первая помощь при отсутствии сознания, при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца).		
	<b>Практическое занятие 7. (практическая подготовка)</b>	1/1	
Первая помощь при наружных кровотечениях, при травмах различных областей тела.			
<b>Практическое занятие 8. (практическая подготовка)</b>	1/1		

	Первая помощь при ожогах и воздействии высоких температур, при воздействии низких температур.		
	<b>Практическое занятие 9. (практическая подготовка)</b>	1/1	
	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, при отравлениях.		
<b>Тема 2.2. Профилактика инфекционных заболеваний</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>14/-</b>	ОК 07 ПК 1.2.
	<b>Самостоятельная работа</b>	14/-	
	Из истории инфекционных болезней. Классификация инфекционных заболеваний. Общие признаки инфекционных заболеваний.		
	Воздушно-капельные инфекции. Желудочно-кишечные инфекции. Пищевые отравления бактериальными токсинами.		
	Общие принципы профилактики инфекционных заболеваний. Правила госпитализации инфекционных больных.		
<b>Тема 2.3. Обеспечение здорового образа жизни</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>16/-</b>	ОК 07 ПК 1.2.
	<b>Самостоятельная работа</b>	15/-	
	Здоровье и факторы его формирования. Здоровый образ жизни и его составляющие.		
	Двигательная активность и здоровье. Питание и здоровье. Вредные привычки. Факторы риска. Понятие об иммунитете и его видах		
	Показатели здоровья и факторы, их определяющие. Оценка физического состояния.		
	<b>Практическое занятие 10.</b>	1/-	
	Составление индивидуальных карт здоровья с режимом дня, графиком питания с возможностью отслеживать свои показания.		
Дифференцированный зачет*		2	
<b>Всего</b>		<b>74/ 4</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Безопасность жизнедеятельности».

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

- стенды,
- плакаты,
- макеты.

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

- телевизор,
- персональный компьютер,
- видеоплеер.

##### **Оборудование рабочих мест:**

- противогазы,
- респираторы,
- медицинские принадлежности для оказания первой медицинской помощи.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

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

##### Основные печатные издания

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студ. учреждений сред проф. образования / Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко, Г. В. Гуськов. – 18-е изд., испр. и доп. – Москва : Академия, 2020. – 208 с. - (Серия: Профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-8930-3. – Текст: непосредственный.

2. Буянский, С.Г. Безопасность жизнедеятельности (для бакалавров) / С.Г. Буянский, Н.А. Кабанова, Н.Н. Чаленко. - М: КноРус, 2018. - 132 с.

3. Варющенко, С.Б. Безопасность жизнедеятельности для медицинских колледжей и училищ (для спо) / С.Б. Варющенко, С.В. Косырев, В.А. Кулганов. - М.: КноРус, 2018. - 352 с.

4. Вишняков, Я.Д. Безопасность жизнедеятельности. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях / Я.Д. Вишняков. - М.: Academia, 2018. - 192 с.

5. Вишняков, Я.Д. Безопасность жизнедеятельности. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях: Учебное пособие / Я.Д. Вишняков. - М.: Академия, 2019. - 256 с.

6. Данилина, М.В. Безопасность жизнедеятельности. практикум / М.В. Данилина. - М.: Русайнс, 2018. - 231 с.

7. Сапронов, Ю. Г. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студ. учреждений сред проф. образования / Ю. Г. Сапронов, И. А. Занина. – 5-е изд., испр. и доп. - Москва : Академия, 2021. – 352 с. - (Серия: Профессиональное образование. ТОП-50). - ISBN 978-5-4468-9739-1. - Текст: непосредственный.

#### Основные электронные издания

1. Безопасность в техносфере: Всероссийский научно-методический и информационный журнал [Электронный ресурс]. URL: <http://www.magbvt.ru>.

2. 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 PROФобразование: [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/93574>

2. Сапронов Ю.Г., Занина И.А. Безопасность жизнедеятельности: электронный учебно-методический комплект. – Москва: Издательский центр «Академия».

#### 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»).

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

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

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

#### Дополнительные источники

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 21.03.2013) // 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. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2013.

25. Справочники, энциклопедии Изотова М.А., Царева Т.Б. Полная энциклопедия орденов и медалей России. — М., 2008.

### **3.3. Методическое обеспечение**

1. Мультимедийные презентации по каждой теме: содержание учебного материала, практикумы.

2. Раздаточный материал – информационные листы по изучению нового материала.

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<b>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины «СГ.03. Безопасность жизнедеятельности»:</b>		
<p>- актуальный профессиональный и социальный контекст поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; 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;</p> <p>- физиологические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов; алгоритмы и приемы защиты человека и среды обитания от негативного воздействия при ЧС; алгоритмы и приемы действий по гражданской обороне и в ЧС; основы обеспечения военной безопасности государства (для юношей); основы медицинских знаний (для девушек);</p> <p>- номенклатуру информационных источников, применяемых в сфере</p>	<p>В решении учебных задач поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС, демонстрирует знание понятий: безопасность жизнедеятельности, человеко-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. Для юношей: военная служба, военная деятельность, ценности военной службы, строевая подготовка, огневая подготовка, физическая подготовка военнослужащего. Для девушек: дезинфекция, дератация, первая (доврачебная) помощь, здоровый образ жизни; использует</p>	<p>экспертное наблюдение и оценивание знаний на теоретических занятиях;</p> <p>оценивание выполнения индивидуальных и групповых заданий;</p> <p>контрольная работа;</p> <p>практическая работа;</p> <p>доклад;</p> <p>устный опрос;</p> <p>письменные ответы на задания;</p> <p>внеаудиторная самостоятельная работа;</p> <p>дифференцированный зачёт.</p>

<p>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; 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>- 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 профессиональной деятельности;</p>	<p>принципы, правила, требования безопасного поведения, защиты от опасностей при осуществлении профессиональной деятельности и в ЧС; пользуется номенклатурой информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности; применяет приемы структурирования и разнообразные форматы представления информации, содержащей актуальные научные сведения о безопасности жизнедеятельности, применяет знания 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 для минимизации опасностей и управлению рисками ЧС на рабочем месте;</p> <p>демонстрирует знание правил дезинфекции, дезинсекции, дератации, оказания первой (доврачебной) помощи, ведения здорового образа жизни; грамотно применяет знание алгоритмов действий</p>	
--	---	--

<p>- порядок действий в чрезвычайных ситуациях, правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; способы минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями правил безопасности жизнедеятельности на рабочем месте и опасность нарушения правил безопасности жизнедеятельности для реализации идеи бережливого производства;</p> <p>- применение физических упражнений для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте в режиме рабочего дня и (или) после работы;</p> <p>- вовлечение детей и подростков в занятие, развитие интереса к физическим упражнениям, стимулирование их двигательной активности;</p> <p>- инструктирование занимающихся перед проведением занятий;</p> <p>- соблюдение техники безопасности, выявление источников возможного травматизма;</p> <p>- выявление первых признаков утомления занимающихся;</p> <p>- использование методики контроля за физическим состоянием, физической подготовленностью и воздействием нагрузок на занимающихся;</p>	<p>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; пользуется актуальными для обеспечения безопасности жизнедеятельности рекомендациями по учету особенностей личности в сфере трудовой деятельности; демонстрирует знание возможностей применения ИКТ и цифровых инструментов для поиска актуальных сведений о безопасности жизнедеятельности; демонстрирует знание возможностей применения приемов минимизации опасности нарушения правил безопасности жизнедеятельности для реализации идеи бережливого производства; выполняет физические упражнения для восстановления работоспособности занимающихся на рабочем месте; стимулирует детей и подростков к физической активности; соблюдает технику безопасности и проводит инструктажи; выявляет источники возможного травматизма и</p>	
--	---	--

<p>- использование технологий воспитательной работы для формирования у населения навыков ЗОЖ, неприятия вредных привычек</p>	<p>признаки утомления занимающихся; контролирует физическое состояние занимающихся; формирует у населения навыки ЗОЖ, неприятие вредных привычек.</p>	
<p><b>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины «СГ.03. Безопасность жизнедеятельности»:</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; анализировать задачу и и/или проблемы, относящиеся к предметной области безопасности жизнедеятельности, и выделять составные части подобных задач и/или проблем; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; составлять план действий, определять ресурсы, прогнозировать результаты реализации составленного плана поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; владеть способностью принимать решения по целесообразным действиям в ЧС; владеть методами защиты</p>	<p>В ходе выполнения практических заданий демонстрирует умение 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; демонстрирует грамотное применение правил использования средств защиты от оружия массового поражения; грамотно осуществляет анализ задачи и и/или проблемы, относящиеся к предметной области безопасности жизнедеятельности, выделяя составные части подобных задач и/или проблем; корректно определяет задачи для поиска информации,</p>	<p>подготовка выступлений с проблемно-тематическими сообщениями (докладами, презентациями); практическая работа; устный опрос; письменные ответы на задания; доклад; внеаудиторная самостоятельная работа; дифференцированный зачёт.</p>

<p>от вредных и опасных факторов ЧС, защиты человека и среды обитания от негативного воздействия при ЧС; приемы действий по гражданской обороне и в ЧС. оценивать результат и последствия своих действий по решению задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС.</p> <p>- Владеть знаниями основ обеспечения военной безопасности государства (для юношей). Владеть знаниями основ медицинских (для девушек);</p> <p>- определять задачи для поиска информации, содержащей актуальные сведения о безопасности жизнедеятельности; определять необходимые источники информации согласно номенклатуре информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности; применять приемы структурирования информации для создания устных и письменных сообщений, электронного контента и т.п. в процессе освоения информации о безопасности жизнедеятельности; применять ИКТ и цифровые инструменты для решения задач, связанных с профессиональным контекстом обеспечения</p>	<p>содержащей актуальные сведения о безопасности жизнедеятельности и необходимые источники информации согласно номенклатуре информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности; результативно выполняет информационный поиск сведений, необходимых для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; создает качественные устные и письменные сообщения, электронные контенты и т.п., грамотно применяя приемы структурирования информации; демонстрирует ИКТ компетентность в решения задач, связанных с профессиональным контекстом обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды; использует 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. правильно составляет план действий, определяют ресурсы,</p>	
---	--	--

<p>безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды; использовать современное программное обеспечение, различные цифровые средства для получения информации, позволяющей:</p> <p>идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации; принимать решения по целесообразным действиям в ЧС; распознавать жизненные нарушения при неотложных состояниях и травмах;</p> <p>- организовывать работу коллектива и команды и взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами для создания человеко- и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности; применять правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях, соблюдать нормы экологической безопасности содействовать практическому осуществлению идеи бережливого производства за счет минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями правил безопасности жизнедеятельности на рабочем месте;</p> <p>- выбор оптимальных средств и методов коммуникации для</p>	<p>прогнозирует результаты реализации составленного плана поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; корректно осуществляет оценку 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 результативно организует работу коллектива и команды и эффективно взаимодействует с коллегами, руководством, клиентами на основе правил бесконфликтного поведения; демонстрирует грамотное применение норм экологической безопасности на рабочем месте; демонстрирует умение разрабатывать систему мер по минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями правил безопасности жизнедеятельности на рабочем месте. Для девушек: демонстрирует применение алгоритма распознавания жизненных нарушений при неотложных состояниях и травмах. Демонстрирует умение проводить</p>	
---	---	--



<p>вовлечения населения в занятия фитнесом, пропаганды ЗОЖ и физической активности среди населения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ведение контента, пропагандирующего ЗОЖ и физическую активность среди различных групп населения;</li> <li>- формирование и развитие мотивации к занятиям физической культурой и спортом, к ведению здорового и активного образа жизни;</li> <li>- знание принципов и составляющих ЗОЖ и активного долголетия, физкультурно-оздоровительных технологий ЗОЖ.</li> </ul>	<p>мероприятия по дезинфекции, дезинсекции, дератации составлять индивидуальные карты здоровья с режимом дня, графиком питания с возможностью отслеживать свои показания; оказывать первую (доврачебную) помощь при неотложных состояниях и травматизме. Для юношей: выполнять упражнения и команды по физической, строевой подготовке; разрабатывать и осуществлять программу самоподготовки будущего призывника к осуществлению военной деятельности; оказывать первую (доврачебную) помощь пострадавшим. Знает принципы и составляющие ЗОЖ и активного долголетия, пропагандирует ЗОЖ и физическую активность среди населения. Формирует и развивает мотивацию к занятиям физической культурой и спортом, к ведению здорового и активного образа жизни.</p>	
--	--	--

**Лист согласования рабочей программы  
СГ.03. Безопасность жизнедеятельности**

**ОДОБРЕНА**  
Методическим объединением  
преподавателей  
естественнонаучного цикла

протокол № 2  
от 09.09 2024 г.

Руководитель МО

Маткова Е.В.  
Ф.И.О.

ЕВ  
(подпись)

Составитель(и):

Сергеев  
(подпись)

Сергеев М.А.  
Ф.И.О.

\_\_\_\_\_  
(подпись)

\_\_\_\_\_  
Ф.И.О.

Эксперт(ы):

ЕВМ методист  
(подпись) (должность)

Робушкина А.О.  
Ф.И.О.

\_\_\_\_\_  
(подпись) (должность)

\_\_\_\_\_  
Ф.И.О.