

Ассоциация научно-технических организаций "Уральский профессиональный форум"  
Автономная некоммерческая профессиональная образовательная организация "Современный  
цифровой колледж при Западно-уральском институте экономики и права" (АНПО "СЦК при  
ЗУИЭП")

**УТВЕРЖДАЮ**



/Лобанова И.И.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**  
**«БД.06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

по специальности  
40.02.03 Право и судебное администрирование  
квалификация «Специалист по судебному администрированию»  
форма обучения: очно-заочная

Пермь, 2022

*РАССМОТРЕНО*

*на заседании Педагогического совета  
протокол от «21» июля 2022 г. № 4*

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного Приказом Министерства и науки Российской Федерации от 17.05.2012 №413 (в действующей редакции, далее по тексту – ФГОС СОО), предъявляемым к структуре, содержанию и результатам освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», и является частью образовательной программы среднего профессионального образования - программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 40.02.03 Право и судебное администрирование.

Разработчик: АНПОО "СЦК при ЗУИЭП"

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА</b>	<b>12</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА</b>	<b>21</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА</b>	<b>23</b>

# **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

## **1.1. Место предмета в структуре образовательной программы СПО:**

Общеобразовательный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается на базовом уровне и является обязательной частью общеобразовательного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 40.02.03 Право и судебное администрирование.

## **1.2. Цели и планируемые результаты освоения предмета:**

Содержание программы общеобразовательного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих целей: формирование компетенций, обеспечивающих повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК и ПК: ОК 1, ОК 2, ОК 3, ОК 4, ОК 6, ОК 7, ОК 8, ПК 1.1.

Планируемые результаты освоения общеобразовательного предмета в соответствии с ФГОС СПО и на основе ФГОС СОО:

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые образовательные результаты обучения	
	Общие	Предметные (дисциплинарные)
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	<p>В части трудового воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие;</li> <li>- готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;</li> <li>- интерес к различным сферам профессиональной деятельности,</li> </ul> <p>Овладение универсальными учебными познавательными действиями:</p> <p>а) базовые логические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне;</li> <li>- устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения;</li> <li>- определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;</li> <li>- выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях;</li> <li>- вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;</li> <li>- развивать креативное мышление при решении жизненных проблем</li> </ul> <p>б) базовые исследовательские действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем;</li> <li>- выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;</li> <li>- анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях;</li> <li>- уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;</li> <li>- уметь интегрировать знания из разных предметных областей;</li> <li>- выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения;</li> <li>- способность их использования в познавательной и социальной практике</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций;</li> <li>- знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях</li> </ul>

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые образовательные результаты обучения	
	Общие	Предметные (дисциплинарные)
<p>ОК 2.</p> <p>Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.</p>	<p>В области ценности научного познания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, способствующего осознанию своего места в поликультурном мире;</li> <li>- совершенствование языковой и читательской культуры как средства взаимодействия между людьми и познания мира;</li> <li>- осознание ценности научной деятельности, готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе;</li> </ul> <p>Овладение универсальными учебными познавательными действиями:</p> <p>в) работа с информацией:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления;</li> <li>- создавать тексты в различных форматах с учетом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации;</li> <li>- оценивать достоверность, легитимность информации, ее соответствие правовым и морально-этическим нормам;</li> <li>- использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;</li> <li>- владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проявить нетерпимость к проявлениям насилия в социальном взаимодействии;</li> <li>- знать о способах безопасного поведения в цифровой среде;</li> <li>- уметь применять их на практике;</li> <li>- уметь распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им</li> </ul>
<p>ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.</p>	<p>В области духовно-нравственного воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность нравственного сознания, этического поведения;</li> <li>- способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности;</li> <li>- осознание личного вклада в построение устойчивого будущего;</li> <li>- ответственное отношение к своим родителям и (или) другим членам семьи, созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни в соответствии с традициями народов России;</li> </ul> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>а) самоорганизация:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать представления о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;</li> <li>- владеть основами медицинских знаний: владеть приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знать меры профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения</li> </ul>

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые образовательные результаты обучения	
	Общие	Предметные (дисциплинарные)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;</li> <li>- самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;</li> <li>- давать оценку новым ситуациям;</li> </ul> <p>способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень;</p> <p>б) самоконтроль:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>использовать приемы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения;</li> <li>- уметь оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению;</li> </ul> <p>в) эмоциональный интеллект, предполагающий сформированность:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать, исходя из своих возможностей;</li> <li>- эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других, учитывать его при осуществлении коммуникации, способность к сочувствию и сопереживанию;</li> <li>- социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и разрешать конфликты</li> </ul>	<p>психического здоровья; сформировать представления о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знать о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать представления о роли России в современном мире;</li> <li>угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знать основы обороны государства и воинской службы;</li> <li>прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны</li> </ul>
<p>ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;</li> <li>- овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;</li> </ul> <p>Овладение универсальными коммуникативными действиями:</p> <p>б) совместная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;</li> <li>- принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы;</li> <li>- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- знать основы безопасного, конструктивного общения,</li> <li>- уметь различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера;</li> <li>- уметь предупреждать опасные явления и противодействовать им</li> </ul>

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые образовательные результаты обучения	
	Общие	Предметные (дисциплинарные)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным</li> <li>Овладение универсальными регулятивными действиями:</li> <li>г) принятие себя и других людей:</li> <li>- принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности;</li> <li>- признавать свое право и право других людей на ошибки;</li> <li>- развивать способность понимать мир с позиции другого человека</li> </ul>	
<p>ОК 6.</p> <p>Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- осознание обучающимися российской гражданской идентичности;</li> <li>- целенаправленное развитие внутренней позиции личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций, формирование системы значимых ценностно-смысловых установок, антикоррупционного мировоззрения, правосознания, экологической культуры, способности ставить цели и строить жизненные планы;</li> <li>В части гражданского воспитания:</li> <li>- осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка;</li> <li>- принятие традиционных национальных, общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей;</li> <li>- готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;</li> <li>- готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в общеобразовательной организации и детско-юношеских организациях;</li> <li>- умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением;</li> <li>- готовность к гуманитарной и волонтерской деятельности;</li> <li>патриотического воспитания:</li> <li>- сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать представления о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;</li> <li>- знать основы безопасного, конструктивного общения, уметь различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;</li> <li>- сформировать представления об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знать роль государства в противодействии терроризму; уметь различать приемы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знать порядок действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знать порядок действий при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции;</li> </ul>

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые образовательные результаты обучения	
	Общие	Предметные (дисциплинарные)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях и труде;</li> <li>- идейная убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу;</li> <li>освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные);</li> <li>- способность их использования в познавательной и социальной практике, готовность к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности, организации учебного сотрудничества с педагогическими работниками и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории;</li> <li>- овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать представления о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знать основы обороны государства и воинской службы; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны;</li> <li>- знать основы государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области;</li> <li>- знать основы государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформировать представления о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности</li> </ul>
<p>ОК 7. Ориентироваться в условиях постоянного обновления технологий в профессиональной деятельности.</p>	<p>В области экологического воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознание глобального характера экологических проблем;</li> <li>- планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества;</li> <li>активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;</li> <li>- умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их;</li> <li>- расширение опыта деятельности экологической направленности;</li> <li>- овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владеть основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- сформировать представления о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте. Знать правила безопасного поведения на транспорте, уметь применять их на практике,</li> </ul>

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые образовательные результаты обучения	
	Общие	Предметные (дисциплинарные)
		<p>знать о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;</p> <p>- знать о способах безопасного поведения в природной среде; уметь применять их на практике; знать порядок действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформировать представления об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;</p> <p>- знать основы пожарной безопасности; уметь применять их на практике для предупреждения пожаров; знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности</p>
<p>ОК 8. Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.</p>	<p>- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;</p> <p>- наличие мотивации к обучению и личностному развитию;</p> <p>В части физического воспитания:</p> <p>- сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;</p> <p>- потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;</p> <p>- активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;</p> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>а) самоорганизация:</p> <p>- самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;</p> <p>- давать оценку новым ситуациям;</p> <p>- расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений;</p>	<p>- владеть основами медицинских знаний: владеть приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знать меры профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформировать представления о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знать о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера</p>

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые образовательные результаты обучения	
	Общие	Предметные (дисциплинарные)
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;</li> <li>- оценивать приобретенный опыт;</li> <li>- способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень</li> </ul>	
<p>ПК 1.1. Осуществлять работу с заявлениями, жалобами и иными обращениями граждан и организаций, вести прием посетителей в суде.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- познавательные универсальные учебные действия: владеть навыками самостоятельного поиска, сбора, обобщения и анализа различных видов информации из источников разных типов при обеспечении условий информационной безопасности личности;</li> <li>создавать информационные блоки в различных форматах с учетом характера решаемой учебной задачи; самостоятельно выбирать оптимальную форму их представления;</li> <li>оценивать достоверность, легитимность информации, ее соответствие правовым и морально-этическим нормам;</li> <li>владеть навыками по предотвращению рисков, профилактике угроз и защите от опасностей цифровой среды;</li> <li>использовать средства информационных и коммуникационных технологий в учебном процессе с соблюдением требований эргономики, техники безопасности и гигиены.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- знать способы безопасного поведения в цифровой среде, умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;</li> </ul>

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы**

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебного предмета, в том числе профессионально-ориентированное содержание:	72
теоретическое обучение	10
практические занятия	10
самостоятельная работа	52
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачёт)	

## 2.2. Тематический план и содержание учебного предмета

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Лекц	Практ.	Сам.раб.	Коды общих компетенций (указанных в разделе 1.2) и личностных метапредметных, предметных результатов, формированию которых способствует элемент программы
	Основное содержание				
Раздел 1	Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья Самостоятельная работа № 1 Составление опорного конспекта, ответы на вопросы по теме	0	0	0	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Тема 1.2 Психологическое здоровье	Угроза снижения психологического здоровья населения, роста психических расстройств и заболеваний. Рост преступлений на основе психических отклонений, в том числе в молодежной среде. Инфантилизм молодого поколения. Требования к психическим и морально-этическим качествам человека. Основные понятия о психологической совместимости членов группы, бригады, коллектива. Диагностика и доврачебная помощь при истерии, шоке, панической атаке. Влияние психоактивных веществ на здоровье человека. Профилактика употребления психоактивных веществ. Влияние двигательной активности на эмоциональное состояние человека. Личная гигиена и ее значение для психологического здоровья человека. Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции. Самостоятельная работа № 2 Составление опорного конспекта, ответы на вопросы по теме	0,5	0	1	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Тема 1.3 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов	Окружающая среда: природная, техногенная, социальная, производственная. Виды негативных факторов по происхождению: природные, биологические, экологические, техногенные, социальные и антропогенные. Воздействие негативных факторов на человека и среду обитания. Глобальное и региональное загрязнение среды (водной, воздушной, почв) объектами экономики (энергетики, промышленности, транспорта, сельского хозяйства). Биологические опасности. Техногенные аварии. Социальные и антропогенные факторы техногенных аварий. Глобальная инфантилизация, низкий профессионализм персонала как фактор ЧС разного происхождения Самостоятельная работа № 3 Составление опорного конспекта, ответы на вопросы по теме	0,5	0	1	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Тема 1.4 Правила и безопасность дорожного движения.	Правила содержания и эксплуатации техники. Техника безопасности. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешехода, велосипедиста, пассажира и водителя транспортного средства при организации дорожного движения. Отработка моделей поведения при ЧС на транспорте, на производстве, в цеху, при	0,5	0	1	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Лекц	Практ.	Сам.раб.	Коды общих компетенций (указанных в разделе 1.2) и личностных метапредметных, предметных результатов, формированию которых способствует элемент программы
Безопасное пользование всеми средствами передвижения	транспортировке и настройке инфокоммуникационных сетей. Средства и методы самообороны. Отработка навыков самообороны при нападении в подъезде, в лифте, в замкнутом пространстве, на улице.				
	Практическое занятие № 1. Отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. Практическое занятие № 2. Отработка навыков самообороны при нападении в подъезде, в лифте, в замкнутом пространстве, на улице Самостоятельная работа № 4 Составление опорного конспекта, ответы на вопросы по теме	0	2	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Раздел 2	Государственная система обеспечения безопасности населения	0	0	0	
Тема 2.1 Изучение и отработка моделей поведения при ЧС	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характер, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайной ситуации. Отработка поведения при ЧС. Умение организовать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии: ЧС или катастрофа. Вынос пострадавшего из задымленного помещения Самостоятельная работа № 5 Составление опорного конспекта, ответы на вопросы по теме	1	0	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Тема 2.2 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	История создания единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС: ее предназначение, структура, задачи. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Структура и органы управления гражданской обороны. Изучение первичных средств пожаротушения. Отработка навыков оказания помощи пострадавшим при асфиксии, ожогах. Отработка порядка и правил действий при пожаре с использованием первичных средств пожаротушения Самостоятельная работа № 6 Составление опорного конспекта, ответы на вопросы по теме	1	0	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Лекц	Практ.	Сам.раб.	Коды общих компетенций (указанных в разделе 1.2) и личностных метапредметных, предметных результатов, формированию которых способствует элемент программы
Тема 2.3 Современные средства поражения и их поражающие факторы	Классификация средств поражения. Химическое, ядерное, бактериологическое оружие. Средства коллективной и индивидуальной защиты: порядок и правила их использования. Виды защитных сооружений. Эвакуация населения. Умение определять количество необходимого оборудования для защиты коллектива от поражающих факторов. Отработка навыков пользования СИЗ. Сдача нормативов по надеванию противогаза, общевойскового защитного костюма, средств индивидуальной защиты Практическое занятие № 3. Отработка навыков пользования СИЗ: противогаз (ватно-марлевая повязка, респиратор). Сдача нормативов по надеванию противогаза, общего защитного костюма, средств индивидуальной защиты при работе с животными Самостоятельная работа № 7 Составление опорного конспекта, ответы на вопросы по теме	1	1	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Тема 2.4 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта	Понятие о терроре, террористическом акте. Опасности террористического акта. Психология террористов. Модели поведения при стрельбе, при захвате в качестве заложника. Практическое занятие № 4. Отработка навыков поведения при стрельбе, при захвате в качестве заложника Самостоятельная работа № 8 Составление опорного конспекта, ответы на вопросы по теме	1	1	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Тема 2.5 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Структура и порядок работы МЧС, МВД, Росгвардии, службы скорой медицинской помощи, службы медицины катастроф. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор). Правовые основы взаимодействия граждан с органами защиты населения Самостоятельная работа № 9 Составление опорного конспекта, ответы на вопросы по теме	0	0	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Раздел 3	Основы обороны государства и воинская обязанность	0	0	0	
Тема 3.1 История создания Вооруженных Сил России	Организация вооруженных сил Московского государства. Военные реформы: Ивана Грозного; Петра I; Реформа 19 века. Советские вооруженные силы их структура и предназначение. Современная военная реформа. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации: виды ВС РФ (сухопутные войска, воздушно-космические силы, военно-морской флот); рода войск (ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска). Их предназначение. Воинские звания. Знаки отличия Самостоятельная работа № 10 Составление опорного конспекта, ответы на вопросы по теме	0,5	0	1	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Лекц	Практ.	Сам.раб.	Коды общих компетенций (указанных в разделе 1.2) и личностных метапредметных, предметных результатов, формированию которых способствует элемент программы
Тема 3.2 Военная обязанность и воинский учет	Основные понятия военной обязанности и воинского учета. Постановка граждан на воинский учет. Категории годности. Медицинское освидетельствование граждан при первоначальной постановке на воинский учет. Альтернативная гражданская служба. Служба по контракту Самостоятельная работа № 11 Составление опорного конспекта, ответы на вопросы по теме	0,5	0	1	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Раздел 4.	Основы медицинских знаний	0	0	0	
Тема 4.1 Понятие первой помощи	Самостоятельная работа № 12 Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации»	0,5	0	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Тема 4.2 Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственная вентиляция легких	Самостоятельная работа № 13 Составление опорного конспекта, ответы на вопросы по теме Порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим. Алгоритм оказания первой помощи при остановке сердца и асфиксии	0,5	0	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
	Практическое занятие № 5. Оказание первой помощи при остановке сердца, искусственной вентиляции легких Самостоятельная работа № 14. Составление опорного конспекта	0,5	2	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Тема 4.3 Понятие травм и их виды	Самостоятельная работа № 15 Отработка навыков наложения повязок. Оказание помощи при ранениях. Работа в группах. Наложение шин. Первая помощь при проникающих ранениях грудной клетки, брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах, травматизме на производстве. Помощь при электротравмах и ударах молнией.	0,5	0	1	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Тема 4.4 Понятие и виды кровотечений	Самостоятельная работа № 16 Отработка навыков оказания первой помощи при кровотечении. Наложение повязок, жгута, закрутки. Правила оказания помощи при кровотечениях. Личная безопасность при оказании помощи. Оказание помощи при венозном, капиллярном, артериальном, смешанном и внутреннем кровотечении.	0,5	0	1	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Тема 4.5 Первая помощь при ожогах, при воздействии низких температур	Самостоятельная работа № 17 Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах, при химических ожогах. Основные признаки теплового удара. Основные степени отморожений. Порядок оказания помощи	0,5	0	1	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Тема 4.6 Первая помощь при попадании инородного тела в	Самостоятельная работа № 18 Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей. Отработка навыков выполнения приема Геймлиха. Оказание помощи при удушье детей. Отработка мероприятий по оказанию помощи при отравлении. Острое и хроническое отравление	0	0	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Лекц	Практ.	Сам.раб.	Коды общих компетенций (указанных в разделе 1.2) и личностных метапредметных, предметных результатов, формированию которых способствует элемент программы
верхние дыхательные пути	Практическое занятие № 6. Отработка основных приемов удаления инородных тел из верхних дыхательных путей Самостоятельная работа № 19 Составление опорного конспекта	0	2	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Тема 4.7 Первая помощь при инсульте, инфаркте, эпилепсии	Самостоятельная работа № 20 Первая помощь при отсутствии сознания. Алгоритм оказания помощи при инсульте. Диагностика инсульта. Виды инсультов. Помощь при предынфарктном состоянии, алгоритм помощи пострадавшему. Виды эпилепсии, оказание помощи при эпилептическом припадке	0	0	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Тема 4.8 Первая помощь на воде. Помощь при утоплении	Самостоятельная работа № 21 Помощь пострадавшему на воде, правила транспортировки пострадавшего. Оказание помощи при утоплении	0,5	0	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
	Профессионально ориентированное содержание	0	0	0	
Раздел №1	Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья	0	0	0	
Тема 1.1 Здоровье и здоровый образ жизни	Продолжение жизни как закон и смысл человека и общества (бинарное теоретическое занятие). Смысл Живого мира – не прекращение процесса Жизни. Прогресс и регресс: условия и признаки процессов. Смысл жизни Человека как части Живого мира. Определение смысла жизни в мировых религиях. Понимание смысла жизни человека в философии и психологии. Понятия о реализации и самореализации Человека (А. Маслоу, пирамида Дилтса и др.) Важнейшие аспекты самореализации: жизненные Цели, Мечта. Творчество, раскрытие способностей. Любовь к Делу. Профессиональная самореализация. Примеры из жизни известных людей, преодолевших массу преград на пути к Мечте и самореализации в своем Деле. Смысл и реальность ограничивающих факторов в самореализации: Время и жизненная энергия. Понятие «Тайминга» - все вовремя. Понятие жизненного норматива как сбережения ресурса времени. Характеристики и отличие Взрослого человека и Ребенка. Характеристики подросткового и периода. Нарушения и сбои в развитии. Глубокое планирование собственной жизни как признак взрослого человека. Разветвленное, комбинированное планирование, допуск худших сценариев и понимание подготовки к ним	0	0	1	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Лекц	Практ.	Сам.раб.	Коды общих компетенций (указанных в разделе 1.2) и личностных метапредметных, предметных результатов, формированию которых способствует элемент программы
	Общие понятия о здоровье. Значение здоровья при допуске к профессиональным работам. Медицинский осмотр. Особенности и профилактика профессиональных заболеваний. Риск профессиональных заболеваний и способы их профилактики. Рациональное питание и его значение для здоровья. Забота о жизни и здоровье специалистов при проведении работ на производственных участках. Региональные условия для занятия спортом и оздоровления граждан. Влияние вредных привычек на профессиональное долголетие	0	0	1	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
	Практическое занятие № 7. Планирование действий на ближайшие 5-10 лет Практическое занятие № 8. Составление научно обоснованного пищевого рациона для работника по специальности/профессии Самостоятельная работа № 22 Составление опорного конспекта	0	0,5	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Тема 1.3 Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техносфера как источник негативных факторов	Практическое занятие № 9. Изучение комплекса опасностей на рабочем месте специалиста (мастерской, учебном полигоне, производстве)  Самостоятельная работа № 23 Составление опорного конспекта	0	0,5	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Раздел 2	Государственная система обеспечения безопасности населения	0	0	0	
Тема 2.1 Изучение и отработка моделей поведения при ЧС	Практическое занятие № 10. Изучение и отработка моделей поведения при ЧС на учебном полигоне, производственном участке проведения профессиональных работ Самостоятельная работа № 24 Составление опорного конспекта	0	1	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Тема 2.2 Единая государственная система предупреждения и	Самостоятельная работа № 25. Отработка порядка и правил действий при пожаре с использованием первичных средств пожаротушения в условиях профессиональной деятельности специалиста	0	0	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Лекц	Практ.	Сам.раб.	Коды общих компетенций (указанных в разделе 1.2) и личностных метапредметных, предметных результатов, формированию которых способствует элемент программы
ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)					
Тема 2.5 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	Самостоятельная работа № 26 (экскурсия). Ознакомление с работой службы по охране здоровья и безопасности граждан в регионе (по выбору педагога с учетом получаемой специальности/профессии).	0	0	4	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Раздел 4	Основы медицинских знаний	0	0	0	
Тема 4.3 Понятие травм и их виды	Самостоятельная работа № 27. Оказание первой помощи при электротравмах в работе специалиста	0	0	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Тема 4.4 Понятие и виды кровотечений	Самостоятельная работа №28 Решение ситуационных задач	0	0	2	ОК 1-4, ОК 6-8, ПК 1.1
Всего за семестр		10	10	52	
Промежуточная аттестация (дифференцированный зачёт)					
Всего по предмету		72 часа			

### 2.3. Темы индивидуальных проектов:

1. Алгоритмы оказания первой помощи при бытовых травмах.
2. Алгоритмы оказания помощи в офисе при неотложном состоянии (потере сознания, инсульте)
3. Анализ [законов](#) и иных нормативно правовых актов, содержащих государственные нормативные требования по охране труда, распространяющиеся на вид деятельности для профессии оператора информационных систем и ресурсов.
4. Анализ картины опасностей современной молодежи.
5. Анализ связи вредных факторов на конкретном рабочем месте и заболеваний работников IT-сферы.
6. Влияние соли на жизнедеятельность человека.
7. Влияние стресса на здоровье человека. Организация режима дня для студента.
8. Города-герои Российской Федерации.
9. Изображение стихийных бедствий в живописи великих художников.
10. Книга памяти «Бессмертный полк». Как воевали деды и прадеды моих друзей.
11. Новые вакцины - надежды человечества.
12. Ордена и медали ВОВ
13. Ордена и медали России.
14. Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности.
15. Правила поведения и действия населения ЧС с выходом из строя систем коммунального хозяйства.
16. Роль физической культуры в сохранении здоровья
17. Снеки в питании современных подростков.
18. Создание презентации/видеоролика об историях травматизма/развития профессиональных заболеваний работников IT-сферы.
19. Этапы развития вооруженных сил России.

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

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

Реализация программы осуществляется с применением дистанционных образовательных технологий с учетом требований федерального законодательства.

В колледже создана единая электронная информационно - образовательная среда (ЭИОС), представляющая собой совокупность электронных информационных и образовательных ресурсов, информационных и телекоммуникационных технологий, соответствующих технических и технологических средств, обеспечивающая освоение обучающимися образовательных программ или их частей, а также взаимодействие всех субъектов образовательного процесса. Самый большой элемент в этой системе – система управления обучением (LMS) «MOODLE», в котором внедрены личный кабинет студента и личный кабинет преподавателя.

Возможность проведения всех видов занятий, оценки результатов обучения по образовательным программам, реализация которых предусмотрена с применением дистанционных образовательных технологий, непосредственное взаимодействие преподавателей с обучающимися обеспечивается посредством информационной-коммуникационной платформы «Сферум».

Преподавателям и студентам Колледжа предоставлен доступ к электронной библиотечной системе BOOK.ru. Доступ осуществляется без ограничений из любой точки сети Интернет.

При обучении инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья дистанционные образовательные технологии предусматривают возможность приема-передачи информации в доступных для них формах. Образовательная платформа Moodle поддерживает функцию голосового чтения с экрана, экранную лупу и клавиатуру.

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

Студентам для реализации программы Колледжем предоставлен доступ к электронной библиотечной системе BOOK.ru - <https://book.ru/>.

##### **Основные источники:**

1. Микрюков, В. Ю., Основы безопасности жизнедеятельности + eПриложение : учебник / В. Ю. Микрюков. — Москва : КноРус, 2022. — 290 с. — ISBN 978-5-406-08825-8. — URL: <https://book.ru/book/941147>. — Текст : электронный.

##### **Дополнительные источники:**

2. Косолапова, Н. В., Безопасность жизнедеятельности. Практикум : учебное пособие / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — Москва : КноРус, 2022. — 155 с. — ISBN 978-5-406-10156-8. — URL: <https://book.ru/book/944663>. — Текст : электронный.
3. Шимановская, Я. В., Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф : учебник / Я. В. Шимановская, А. С. Сарычев, К. А. Шимановская. — Москва : КноРус, 2021. — 477 с. — ISBN 978-5-406-08014-6. — URL: <https://book.ru/book/938872>. — Текст : электронный.

#### Нормативно - правовые акты:

1. Конституция Российской Федерации.
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе».
4. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
5. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов».
6. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе».
7. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне».
8. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды».
9. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
10. "Военная доктрина Российской Федерации" (утв. Президентом РФ 25.12.2014 N Пр-2976).
11. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций».
12. Приказ Министра обороны РФ от 09.10.2020 N 525 "Об утверждении Правил ношения военной формы одежды, знаков различия военнослужащих, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков в Вооруженных Силах Российской Федерации и Порядка смешения предметов существующей и новой военной формы одежды в Вооруженных Силах Российской Федерации".
13. 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».

#### Интернет-ресурсы:

1. Электронно-библиотечная система ВООК.ru - <https://book.ru/>;
2. <http://www.hsea.ru> - первая медицинская помощь.
3. <http://www.meduhod.ru> - портал детской безопасности.
4. <http://www.spas-extreme.ru> - Россия без наркотиков.
5. <http://www.obzh.info> - информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).
6. <http://www.school-obz.org/> - информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности.
7. Министерство науки и высшего образования РФ - <https://minobrnauki.gov.ru/>;
8. Министерство просвещения РФ - <https://edu.gov.ru/>;
9. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки - <http://www.obrnadzor.gov.ru/>;
10. ФГБОУ ДПО «Институт развития профессионального образования» - <https://firpo.ru/>;
11. Федеральный портал "Российское образование" - <https://www.edu.ru/>;
12. Национальная электронная библиотека (НЭБ) - <https://rusneb.ru/>;
13. СПС Консультант Плюс - <https://www.consultant.ru/edu/student/study/>;
14. Информационно-правовой портал "Гарант" <https://www.garant.ru/>

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

**Контроль и оценка** результатов освоения учебного предмета осуществляется преподавателем в процессе проведения тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Общая/профессиональная компетенция	Раздел/Тема	Тип оценочных мероприятий
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Раздел № 1 – Раздел № 4	
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	Раздел № 1 – Раздел № 4	
ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.	Раздел № 1 – Раздел № 4	
ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Раздел № 1 – Раздел № 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Кейс-задание;</li> <li>- Задание исследование;</li> <li>- Задание-эксперимент;</li> <li>- Фронтальный опрос;</li> <li>- Защита алгоритма</li> </ul>
ОК 6. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Раздел № 1 – Раздел № 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>оказания первой помощи;</li> <li>- Защита презентаций;</li> <li>- Тестирование;</li> <li>- Выполнение заданий на дифференцирова</li> </ul>
ОК 7. Ориентироваться в условиях постоянного обновления технологий в профессиональной деятельности.	Раздел № 1 – Раздел № 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>нном зачете</li> </ul>
ОК 8. Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.	Раздел № 1 – Раздел № 4	
ПК 1.1. Осуществлять работу с заявлениями, жалобами и иными обращениями граждан и организаций, вести прием посетителей в суде.	Прикладные модули	