

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**БРАТСКИЙ ЦЕЛЛЮЛОЗНО-БУМАЖНЫЙ КОЛЛЕДЖ
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БРАТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы безопасности жизнедеятельности

Специальность

09.02.07 Информационные системы и программирование

Квалификация выпускника

Администратор баз данных

Братск, 2021

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности (специальностям) среднего профессионального образования (далее – СПО) 09.02.07 Информационные системы и программирование от 09.12.2016г. № 1547

Организация-разработчик: Братский Целлюлозно-бумажный колледж ФГБОУ ВО «БрГУ»

Разработчик:

Оснач И.Э., преподаватель кафедры физического воспитания

Рассмотрена на заседании кафедры информационных систем, программирования и автоматизации от «08» 09 2021 г. Протокол № 01

Утверждена зам. директора по учебной работе

Жконова Л.М. Коновалова

от «08» 09 2021 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1	ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14
4	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы безопасности жизнедеятельности

1.1 Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование (уровень подготовки базовый).

1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Базовая учебная дисциплина общеобразовательного цикла.

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

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

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

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

личностных:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз; готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности; исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

метапредметных:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях,

выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение; формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников; развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения; развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях; освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации; формирование установки на здоровый образ жизни;

- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

предметных:

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

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

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

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

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

- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;

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

- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	78
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	78
в том числе:	
практические занятия	14
Промежуточная аттестация: в форме дифференцированного зачета.	

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности

№ занятия	Наименование занятий, лабораторные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Количество часов		Требование к результатам освоения дисциплины	Уровень освоения
		всего	в т.ч. по видам занятий (лабораторных, практических, КР)		
1	2	3	4	5	6
	Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения	16			
1.	Введение. Цели и задачи дисциплины. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья.	2		должен знать: - основные составляющие о здоровом образе жизни их влияние на безопасность жизнедеятельности - основы укрепления и сохранения личного здоровья. - факторы, способствующие укреплению здоровья	1
2.	Вредные привычки и их профилактика.	2		должен знать: -вредные привычки и их профилактику. -алкоголь и его влияние на здоровье человека	1
3.	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	2		должен знать: -репродуктивное здоровье как составляющую часть здоровья человека и общества -основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	1

4.	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Режим дня, труда и отдыха Рациональное питание и его значение для здоровья	2		должен знать: - влияние биологических ритмов на здоровье человека - режим дня, труда и отдыха -рациональное питание и его значение для здоровья	1
5.	Влияние двигательной активности на здоровье человека	2		должен знать: -влияние двигательной активности на здоровье человека	1
6.	Правила личной гигиены и здоровья человека	2		должен знать: - правила личной гигиены и здоровья человека	1
7.	Практическая работа №1 ЗОЖ	2	2ПР	должен уметь: - использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;	2
	Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения	20			
8.	Краткая характеристика ЧС природного и техногенного характера. Правила поведения про ЧС природного и техногенного характера.	2		должен уметь: - организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций; - предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;	1
9.	РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от ЧС ситуаций	2		должен знать: - задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения; - меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;	1
10.	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.	2		должен знать: - задачи и основные мероприятия гражданской обороны;	1

	Структура и органы управления			способы защиты населения от оружия массового поражения; - меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;	
11.	Современные средства поражения и их поражающие факторы.	2		должен уметь: - использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; - применять первичные средства пожаротушения	1
12.	Мероприятия по защите населения от ЧС военного характера. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	2		должен уметь: - организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций; - предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;	1
13.	Практическая работа №2 Организация защиты населения от ЧС военного времени	2	2ПР	должен уметь: - использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; - применять первичные средства пожаротушения	2
14.	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника.	4		должен знать: - правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника.	1
15.					
	Раздел 3 Основы обороны государства и воинская обязанность	26			
16.	Родина и ее национальная безопасность	2		должен знать: - основные угрозы безопасности РФ в современное время.	1

17.	Создание Вооруженных сил, их структура и предназначение. Предпосылки поведения военной реформы.	2		должен знать: - основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;	1
18.	Виды вооруженных сил РФ. Рода Вооруженных Сил Российской Федерации	2		должен знать: - основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО; -Рода Вооруженных Сил Российской Федерации	1
19.	Практическая работа №3 Виды и рода ВС РФ	2	2ПР	должен уметь: - оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;	2
20.	Другие войска их состав и предназначение	2		должен знать: - основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;	1
21.	Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение	2		должен уметь: - применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью; - ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;	1

22.	Первоначальная постановка граждан на воинский учет.	2		должен уметь: - применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью; - ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;	1
23.	Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка.	2		должен знать: - мероприятия по обязательной подготовке граждан к военной службе, по добровольной подготовке к военной службе.	1
24.	Практическая работа №4 Основные понятия о воинской обязанности	2	2ПР	должен уметь: - оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;	2
25.	Призыв на военную службу Прохождение ВС по призыву.	2		должен знать: - организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке; - область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;	1
26.	Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.	2		должен знать: - прохождение военной службы по контракту. Особенности альтернативной гражданской службы.	1
27.	Права и обязанности военнослужащего. Пребывание в запасе. Призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе	2		должен знать: - общие и специальные права и обязанности военнослужащего. - особенности пребывания военнослужащего в запасе.	1

28.	Традиции Вооруженных сил РФ. Ритуалы Вооруженных сил РФ	2		должен знать: - традиции Вооруженных сил РФ -ритуалы Вооруженных сил РФ	1
29.	Практическая работа №5 Традиции и ритуала ВС РФ	2	2ПР	должен уметь: - развивать в себе духовные и физические качества, необходимые для военной службы	2
	Раздел 4 Основы медицинских знаний	21			
30.	Особенности оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях. Первая помощь при ранениях и наружных кровотечениях.	2		должен знать: - порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим	1
31.	Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания	2		должен знать: - порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим	1
32.	Практическая работа №6 Особенности оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях	2	2ПР	должен уметь: - оказывать первую медицинскую помощь;	2
33.	Первая медицинская помощь при ожогах и при отморожениях. Первая помощь при отравлении	2		должен знать: - порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим	1
34.	Практическая работа №7 Особенности оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях	2	2ПР	должен уметь: - оказывать первую медицинскую помощь;	2
35.	Первая помощь при отсутствии сознания. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.	2		должен знать: - порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим	1
36.	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности, приступе стенокардии, инфаркте миокарда, гипертоническом кризе и инсульте.	2		должен знать: - порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим	1

37.	Брак и семья. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка	2		должен знать: - здоровье родителей и здоровье будущего ребенка	1
38.	Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем.	2		должен знать: -о беременности - гигиене во время беременности -об уходе за младенцем	1
39.	Зачетное занятие.	2			
	Всего:	78			

Для характеристики уровня освоения учебного материала использованы обозначения:

1 – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);

2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);

3 – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета Основ безопасности жизнедеятельности

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- классная доска;
- наглядные пособия (плакаты);
- комплект учебно-методической документации;
- комплект видеоматериалов;
- комплект плакатов «Военные звания»;
- комплект плакатов «Военные награды»;
- комплект плакатов «Военная техника»;
- комплект плакатов «Выдающиеся военачальники».

Технические средства обучения:

- мультимедиа оборудование.

3.2 Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Хван, Т.А. Основы безопасности жизнедеятельности : учебное пособие / Т.А. Хван, П.А. Хван. - Изд. 9-е. - Ростов-на-Дону : Издательство «Феникс», 2015. - 416 с. : ил. - (Среднее профессиональное образование). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-222-21938-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256257>.

Дополнительные источники:

2. Прудников, С.П. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций : учебник / С.П. Прудников, О.В. Шереметова, О.А. Скрипниченко. - Минск : РИПО, 2016. - 267 с. : схем., табл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-985-503-597-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=463327>.

3. Жизнь без опасностей: здоровье, профилактика, долголетие : журнал / изд. Издательский Дом «ВЕЛТ», Национальный союз «Медико-биологическая защита» ; ред. В.И. Покровский ; учред. Научно-производственное объединение «ВЕЛТ» - Москва : Издательский Дом "ВЕЛТ", 2010. - № 3. - 177 с.: ил. - ISSN 1995-5317 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=98794> (17.06.2019).

Интернет-ресурсы:

4. Официальный сайт МЧС России: <http://www.mchs.gov.ru/>

5. Официальный сайт Министерства обороны Российской Федерации: <http://mil.ru/>

6. Портал «Радиационная, химическая и биологическая защита»: <http://www.rhbz.ru/main.html>.

7. Электронный каталог библиотеки БрГУ [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://irbis.brstu.ru/CGI/irbis64r_15/cgiirbis_64.exe?LNG=&C21COM=F&I21DBN=BOOK&P21DBN=BOOK&S21CNR=&Z21ID

8. Электронная библиотека БрГУ [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://ecat.brstu.ru/catalog>

9. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека online» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru>

10. Электронно-библиотечная система «Издательство «Лань» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://e.lanbook.com>
11. Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://window.edu.ru>
12. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://elibrary.ru>
13. Университетская информационная система РОССИЯ (УИС РОССИЯ) [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://uisrussia.msu.ru/>
14. Национальная электронная библиотека НЭБ [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://xn--90ax2c.xn--p1ai/how-to-search> /договор №101/НЭБ/2318 от 03.07.2017

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения устных опросов, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения:	
– владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	Оценка за устный, письменный ответ
– пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;	Оценка за устный, письменный ответ
– оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;	Оценка за устный, письменный ответ
– использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:	Оценка за устный, письменный ответ
– для ведения здорового образа жизни;	Оценка за устный, письменный ответ
– оказания первой медицинской помощи;	Оценка за устный, письменный ответ
– развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;	Оценка за устный, письменный ответ
– вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи.	Оценка за устный, письменный ответ
Усвоенные знания:	
– основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;	Оценка за устный, письменный ответ
– потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;	Оценка за устный, письменный ответ
– основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	Оценка за устный, письменный ответ
– основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;	Оценка за устный, письменный ответ
– порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;	Оценка за устный, письменный ответ
– состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;	Оценка за устный, письменный ответ
– основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;	Оценка за устный, письменный ответ
– основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;	Оценка за устный, письменный ответ
– требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;	Оценка за устный, письменный ответ
– предназначение, структуру и задачи РСЧС;	Оценка за устный, письменный ответ
– предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.	Оценка за устный, письменный ответ

