

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

Специальности

09.02.07 Информационные системы и программирование

Квалификация выпускника

Администратор баз данных

Братск, 2022

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:

О.Н. Пахомова, преподаватель кафедры физического воспитания

Рассмотрена на заседании кафедры информационных систем, программирования и автоматизации

от «08» 09 20 г. Протокол № 01

Утверждена зам.директора по учебной работе

Монет Л.М. Коновалова

от «08» 09 2018

СОДЕРЖАНИЕ

1	ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15
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.

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:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен:
уметь:

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни, для ведения здорового образа жизни;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- развить в себе духовные и физические качества, необходимые для военной службы;
- обращаться за помощью в случае необходимости, в соответствующие службы экстренной помощи.

знать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.

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)	51
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	51
в том числе:	
практические работы	15
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, КП)		
1	2	3	4	5	6
	Раздел 1 Здоровье и здоровый образ жизни	4	2		
1.	Введение. Цели и задачи дисциплины. Здоровье и здоровый образ жизни.	2		должен знать: - общие понятия о здоровье - основные составляющие о здоровом образе жизни их влияние на безопасность жизнедеятельности - основы укрепления и сохранения личного здоровья. - факторы, способствующие укреплению здоровья	1
2.	Практическая работа №1 Вредные привычки и их профилактика.		2	должен знать: - вредные привычки и их профилактику. - влияние на здоровье человека алкоголя, табака, наркотиков.	1
3.	Биологические ритмы и рациональное питание, 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 - влияние двигательной активности на здоровье человека	1

	Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения	6	6		
4.	Практическая работа №2 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций. Краткая характеристика ЧС природного и техногенного характера.		2	<p>должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций; <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту. <p>должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; - пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; <p>должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания. 	1
					1
5.	РСЧС. Гражданская оборона.	2		<p>должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - историю создания РСЧС; - предназначение, структуру, задачи, решаемые по защите населения от ЧС; - основные понятия и определения ГО; - задачи гражданской обороны. Структуру и органы управления гражданской обороной. 	1

6.	Практическая работа №3 Современные средства поражения и их поражающие факторы. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС		2	должен уметь: - использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; должен знать: - мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях; - инженерные защитные сооружения, их виды; - основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны; - правила поведения в защитных сооружениях.	1
7.	Организация гражданской обороны в образовательном учреждении. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.	2		должен знать: - организацию гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение; - основные направления деятельности государственных организаций и ведомств РФ по защите населения и территорий от ЧС: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.	
8.	Практическая работа №4 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.		2	должен знать: - правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника; - меры безопасности для населения, оказавшегося на территории военных действий. - правила поведения при стрельбе в образовательном учреждении.	1
9.	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	2		должен знать: - государственные службы (МЧС, полиция, служба скорой медицинской помощи, Роспотребнадзор России и другие службы в области безопасности); - правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от ЧС.	1

	Раздел 3 Основы обороны государства и воинская обязанность	18	2		
10.	История создания Вооруженных Сил России.	2		должен знать: - историю создания Вооруженных Сил России; - создание советских Вооруженных Сил, их структуру и предназначение; - основные угрозы безопасности РФ в современное время.	1
11.	Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации.			должен знать: - основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе; - функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.	
12.	Практическая работа №5 Организационная структура и виды Вооруженных Сил РФ.		2	должен знать: - организационная структуру ВС РФ; - виды ВС РФ: историю создания, предназначение, структуру; - основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО	1
13.	Рода Вооруженных Сил Российской Федерации и другие войска их состав и предназначение.	2		должен знать: - рода войск РФ: историю создания, предназначение, структуру, их состав и предназначение. - основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении.	1

14.	Воинская обязанность. Воинский учет.	2		<p>должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основные понятия о воинской обязанности; - организацию воинского учета и его предназначение; - первоначальная постановка граждан на воинский учет; - обязанности граждан по воинскому учету. <p>должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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
15.	Обязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка.	2		<p>должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе; - мероприятия по обязательной подготовке граждан к военной службе; - основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе (обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования). 	1
16.	Призыв на военную службу. Служба по контракту. Альтернативная гражданская служба.	2		<p>должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - общие, должностные и специальные права и обязанности военнослужащих; - основные условия, требования, сроки, права и льготы предоставляемые военнослужащим. 	1
17.	Пребывание в запасе. Призыв на военные сборы	2		<p>должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - особенности пребывания военнослужащего в запасе; - призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе 	1

18.	Боевые традиции Вооруженных Сил России	2		должен знать: - что такое Воинский долг и верность воинскому долгу, патриотизм; - дни воинской славы России; - значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.	1
19.	Ритуалы Вооруженных сил РФ	2		должен знать: - ритуал приведения к военной присяге; - ритуал вручения боевого знамени воинской части; - символы воинской чести; - ордена и почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1
	Раздел 4 Основы медицинских знаний	10	3		
20.	Понятие первой помощи.	2		должен знать: - перечень состояний, при которых оказывается первая помощь; - признаки жизни, общие правила оказания первой помощи.	1
21.	Практическая работа №6 Понятие и виды кровотечений.		2	должен знать: - виды кровотечений; - оказание первой помощи при наружном, капиллярном, артериальном кровотечениях; - правила наложения жгута и закрутки.	1
22.	Понятие травм и их виды. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания	2		должен знать: - правила оказания первой помощи при ранениях; - правила наложения повязок различных типов; - первую помощь при травмах различных областей тела; - первую помощь при синдроме длительного сдавливания; - понятие травматического токсикоза.	1

23.	Первая помощь при ожогах. Первая помощь при воздействии низких температур.	2		должен знать: - понятие, основные виды и степени ожогов; - оказание первой помощи при термических и химических ожогах; - основные признаки теплового удара; - основные степени отморожений; - последствия воздействия низких температур на организм человека; - правила оказания первой помощи при отморожениях.	1
24.	Первая помощь при отравлении	2		должен знать: - что такое острое и хроническое отравление; - правила оказания первой помощи при отравлении.	1
25.	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.	2		должен знать: - правила и порядок оказания первой помощи при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути; - основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.	1
26.	Практическая работа №7 Первая помощь при отсутствии сознания.		1	должен знать: - признаки обморока; - правила и порядок оказания первой помощи при отсутствии кровообращения (остановке сердца); - правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания; - основные причины остановки сердца и признаки расстройства кровообращения и клинической смерти.	1
	Всего:	51 (36Т+15СР)			

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;
- комплект учебно-методической документации;
- комплект видеоматериалов;

Технические средства обучения:

- мультимедиа оборудование.

3.2 Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник / В. О. Евсеев, В. В. Кастерин, Т. А. Коржинек [и др.] ; под ред. Е. И. Холостовой, О. Г. Прохоровой. – 4-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2022. – 452 с. : ил., табл. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684378>

Дополнительные источники:

2. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Э. А. Арустамов, А. Е. Волощенко, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко ; под ред. Э. А. Арустамова. – 23-е изд., пересмотр. – Москва : Дашков и К°, 2021. – 446 с. : ил., табл. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=621846>

Интернет-ресурсы:

3. www.mchs.gov.ru (сайт МЧС РФ).
4. www.mvd.ru (сайт МВД РФ).
5. www.mil.ru (сайт Минобороны).
6. www.fsb.ru (сайт ФСБ РФ).
7. www.dic.academi.ru (Академик. Словари и энциклопедии).
8. www.booksgid.com (Books Gid. Электронная библиотека).
9. www.globalteka.ru/index.html (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов).
10. www.window.edu.ru (Единое окно доступа к образовательным ресурсам).
11. www.iprbookshop.ru (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
12. www.school.edu.ru/default.asp (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).
13. www.ru/book (Электронная библиотечная система).
14. www.pobediteli.ru (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»).
15. www.monino.ru (Музей Военно-Воздушных Сил).
16. www.simvolika.rsl.ru (Государственные символы России. История и реальность).
17. www.militera.lib.ru (Военная литература).

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, практических работ.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обуче- ния
Освоенные умения:	
– владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;	Оценка за практическую работу
– пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;	Оценка за 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 и для ведения здорового образа жизни;	Оценка за устный, ответ
– оказывать первую медицинскую помощь;	Оценка за практическую работу
– развить в себе духовные и физические качества, необходимые для военной службы;	Оценка за устный, письменный ответ
– обращаться за помощью в случае необходимости, в соответствующие службы экстренной помощи.	Оценка за устный, ответ
Освоенные знания:	
– основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;	Оценка за, практическую работу
– потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;	Оценка за практическую работу
– 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 практическую работу
– 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 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, письменный ответ
– предназначение, структуру и задачи РСЧС;	Оценка за письменный ответ
– предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.	Оценка за практическую работу

