

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

**Программист**

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:

Оснач И.Э., 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

 Л.М. Коновалова

от «08» 09 2022

## **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
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	68
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	68
в том числе:	
практические занятия	48
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
	<b>Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья населения</b>	<b>14</b>	<b>10пр</b>		
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.	Практическая работа №1 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.	Практическая работа №2 Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Режим дня, труда и отдыха Рациональное питание и его значение для здоровья	2	2пр	должен знать: - влияние биологических ритмов на здоровье человека - режим дня, труда и отдыха -рациональное питание и его значение для здоровья	1
5.	Практическая работа №3 Влияние двигательной активности на здоровье человека	2	2пр	должен знать: -влияние двигательной активности на здоровье человека	1
6.	Практическая работа №4 Правила личной гигиены и здоровья человека	2	2пр	должен знать: - правила личной гигиены и здоровья человека	1
7.	Практическая работа №5 ЗОЖ	2	2пр	должен уметь: - использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;	2
	<b>Раздел 2</b> <b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	<b>16</b>	10пр		
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.	Практическая работа №6 Гражданская оборона, основные понятия и	2	2пр	должен знать: - задачи и основные мероприятия гражданской обороны;	1

	определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления			способы защиты населения от оружия массового поражения; - меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;	
11.	Практическая работа №7 Современные средства поражения и их поражающие факторы.	2	2пр	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 №8 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.	Практическая работа №9-10 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника.	4	4пр	должен знать: - правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника.	1
15.					
	<b>Раздел 3</b> <b>Основы обороны государства и воинская обязанность</b>	<b>28</b>	18пр		
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 №11 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.	Практическая работа №12 Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение	2	2пр	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.	Практическая работа №13 Первоначальная постановка граждан на воинский учет.	2	2пр	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.	О Практическая работа №14 бязательная подготовка граждан к военной службе. Добровольная подготовка.	2	2пр	должен знать: - мероприятия по обязательной подготовке граждан к военной службе, по добровольной подготовке к военной службе.	1
24.	Практическая работа №15 Основные понятия о воинской обязанности	2	2пр	должен уметь: - оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;	2
25.	Практическая работа №16 Призыв на военную службу Прохождение ВС по призыву.	2	2пр	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.	Практическая работа №17 Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба.	2	2пр	должен знать: - прохождение военной службы по контракту. Особенности альтернативной гражданской службы.	1
27.	Практическая работа №18 Права и обязанности военнослужащего. Пребывание в запасе. Призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе	2	2пр	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 №19 Традиции и ритуала ВС РФ	2	2пр	должен уметь: - развивать в себе духовные и физические качества, необходимые для военной службы	2
	<b>Раздел 4</b> <b>Основы медицинских знаний</b>	<b>10</b>	10пр		
30.	Практическая работа №20 Особенности оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях. Первая помощь при ранениях и наружных кровотечениях.	2	2пр	должен знать: - порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим	1
31.	Практическая работа №21 Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания	2	2пр	должен знать: - порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим	1
32.	Практическая работа №22 Особенности оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях	2	2пр	должен уметь: - оказывать первую медицинскую помощь;	2
33.	Практическая работа №23 Первая медицинская помощь при ожогах и при отморожениях. Первая помощь при отравлении	2	2пр	должен знать: - порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим	1
34.	Практическая работа №24 Особенности оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях	2	2пр	должен уметь: - оказывать первую медицинскую помощь;	2
	Всего:	68			

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](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
<b>Освоенные умения:</b>	
– 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
<b>Усвоенные знания:</b>	
– 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

