



**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«КОЛЛЕДЖ АДМИНИСТРИРОВАНИЯ И СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
*ОУД.07 «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»***

**ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ**

***09.02.07 ИНФОРМАЦИОННЫЕ СИСТЕМЫ И ПРОГРАММИРОВАНИЕ***

**Форма обучения – очная**

**Москва 2024**

Рабочая программа учебной дисциплины ОУД 07 Основы безопасности жизнедеятельности разработана на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования (далее – ФГОС СОО) от 17.05.2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (в ред. Приказа Министерства Просвещения от 12.08.2022 N 732-ФЗ)

Одобрена Предметной (цикловой) комиссией  
общеобразовательных дисциплин  
Протокол № 2-28/03  
« 20 » мая 2024 г.

Председатель  
Предметной цикловой комиссии  

---

З.А. Сысоева

**УТВЕРЖДАЮ**

Заместитель директора по учебно-методической работе

---

С.Н.Рябцева  
« 20 » мая 2024 г.

**Составитель: Соловьев Александр Петрович, преподаватель.**

**Рецензент: Рузанов Петр Никитович, проректор по учебной работе ЧУ ВО «ИГА»**

±

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>стр. 4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>12</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>14</b>

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

## 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности среднего профессионального образования базовой подготовки по специальностям СПО экономического профиля.

Программа составлена на основе примерной программы учебной дисциплины «*Основы безопасности жизнедеятельности*» для специальностей среднего профессионального образования экономического профиля.

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

Учебная дисциплина «*Основы безопасности жизнедеятельности*» относится к циклу общеобразовательной подготовки.

"Основы безопасности жизнедеятельности" (базовый уровень) - требования к предметным результатам освоения базового курса основ безопасности жизнедеятельности должны отражать:

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

2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

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

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

5) знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

8) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

9) умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

10) знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;

11) знание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

12) владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

### **1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины**

Рабочая программа ориентирована на достижение следующих целей:

**освоение** знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;

**воспитание** ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества;

**развитие** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;

**овладение** умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

В результате изучения учебной дисциплины обучающийся должен:

***уметь:***

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

- предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

- применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях

- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

- применять основы медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений);

**знать:**

- основы государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз

- 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;

- факторы, пагубно влияющие на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

- основные меры защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

- основы обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;

- основные виды военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

- основные инфекционные заболевания и их профилактику;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.

## **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины**

максимальной учебной нагрузки обучающегося **72** часа, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **72** часа.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>78</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>78</b>
в том числе:	
лабораторные занятия	-
практические занятия	40
контрольные работы	
курсовая работа (проект)	-
<b>Консультации</b>	
<b>Итоговая аттестация в форме зачета и контрольной работы</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
Введение в дисциплину	Введение. Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности.	2	1
<b>Раздел I.</b>		<b>16</b>	
Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.	Тема № 1. Здоровый образ жизни, основные понятия и определения. Критерии здоровья человека.	2	2
	Тема № 2. Режим труда и отдыха. Значение двигательной активности и закаливание организма для здоровья человека.	2	2
	Тема № 3. Вредные привычки и их профилактика.	2	2
	Тема № 4. Репродуктивное здоровье - составляющая часть здоровья человека и общества.	2	2
	Тема № 5. Классификация и профилактика основных инфекционных болезней.	2	2
	Тема № 6. Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при травмах и ранениях.	2	2
	Тема № 7. Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте.	2	2
	Тема № 8. Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при остановке сердца.	2	2
<b>Раздел 2</b>		<b>30</b>	
Государственная система обеспечения безопасности населения.	Тема № 9. Общая характеристика опасных и чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	2	2
	Тема № 10. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.	2	2
	Тема № 11. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации природного характера.	2	2

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
	<b>Тема № 12.</b> Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	2	1
	<b>Тема № 13.</b> Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации техногенного характера.	2	2
	<b>Тема № 14.</b> Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	2	2
	<b>Тема № 15.</b> Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.	2	2
	<b>Тема № 16.</b> Отработка порядка получения и использования средств индивидуальной защиты органов дыхания.	2	2
	<b>Тема № 17.</b> Защитные сооружения гражданской обороны, их виды.	2	2
	<b>Тема № 18.</b> Отработка правил поведения в защитных сооружениях.	2	2
	<b>Тема № 19.</b> Аварийно-спасательные работы в зонах чрезвычайных ситуаций.	2	2
	<b>Тема № 20.</b> Организация гражданской обороны в колледже.	2	2
	<b>Тема № 21.</b> Деятельность государственных организаций и ведомств РФ по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.	2	2
	<b>Тема № 22.</b> Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.	1	2
	<b>Тема № 23.</b> Отработка правил безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника.	1	2
	<b>Тема № 24.</b> Правовые основы организации защиты населения РФ от чрезвычайных ситуаций мирного времени.	1	2
	<b>Тема № 25.</b> Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	1	2
<b>Раздел 3.</b>		<b>12</b>	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
<b>Основы обороны государства и воинская обязанность.</b>	<b>Тема № 26.</b> История создания Вооруженных Сил России.	2	2
	<b>Тема № 27.</b> Организационная структура Вооруженных Сил.	2	2
	<b>Тема № 28.</b> Воинская обязанность.	2	2
	<b>Тема № 29.</b> Военнослужащий - защитник своего Отечества.	2	2
	<b>Тема № 30.</b> Как стать офицером Российской армии.	1	2
	<b>Тема № 31.</b> Боевые традиции Вооруженных Сил России.	1	2
	<b>Тема № 32.</b> Символы воинской чести.	1	2
	<b>Тема № 33.</b> Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	2
<b>Раздел 4.</b>		<b>6</b>	
<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>	<b>Тема № 34.</b> Рациональное питание и его значение для здоровья. Гигиена питания.	2	2
	<b>Тема № 35.</b> Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.	2	2
	<b>Тема № 36.</b> Нравственность и здоровье, формирование правильного взаимоотношения полов.	2	2
<b>Контрольная работа</b>		<b>1 семестр (2 часа)</b>	
<b>Зачет</b>		<b>2 семестр (2 часа)</b>	
<b>Итого</b>		<b>78 (78)</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие 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 ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета Безопасности жизнедеятельности.

##### Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- классная доска;
- комплект наглядных пособий по предмету «ОБЖ» (учебники, словари разных типов, опорные конспекты-плакаты, стенды, карточки, тексты разных типов и стилей речи, художественная литература).

##### Технические средства обучения:

- мультимедийная установка,
- телевизор,
- комплект слайдов по темам курса дисциплины.

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

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

##### *Основные источники:*

1. Акимова, Л. А. Здоровьесберегающие технологии в школе: методика обучения и воспитания БЖД : учебник для среднего профессионального образования / Л. А. Акимова, Е. Е. Лутовина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 336 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11987-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/446612>.

2. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 1 : учебник для среднего профессионального образования / С. В. Белов. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 350 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-9962-4. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/4379>.

3. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 2 : учебник для среднего профессионального образования / С. В. Белов. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 362 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-9964-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/437964>.

#### *Дополнительные источники:*

4. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Э.А. Арустамов, А.Е. Волощенко, Г.В. Гуськов и др. ; под ред. Э.А. Арустамов. — 19-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательско-торговая корпорация «Дашков и К<sup>о</sup>», 2015. — 448 с. : табл., ил., граф., схемы — (Учебные издания для бакалавров). — Библиогр. в кн. — ISBN 978-5-394-02494-8 ; То же [Электронный ресурс]. — URL: <http://biblioclub.ru>.

5. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / под ред. Л.А. Муравей. — 2-е изд., перераб. и доп. — М. : Юнити-Дана, 2015. — 431 с. — ISBN 5-238-00352-8 ; То же [Электронный ресурс]. — URL: <http://biblioclub.ru>.

6. Маслова, Л.Ф. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Л.Ф. Маслова ; ФГБОУ ВПО «Ставропольский государственный аграрный университет». — Ставрополь : Ставропольский государственный аграрный университет, 2014. — 87 с. — Библиогр. в кн. ; То же [Электронный ресурс]. — URL: <http://biblioclub.ru>.

7. Танашев, В.Р. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / В.Р. Танашев. — М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. — 314 с. : ил. — Библиогр. в кн. — ISBN 978-5-4475-4558-1 ; То же [Электронный ресурс]. — URL: <http://biblioclub.ru/>.

8. Цепелев, В.С. Безопасность жизнедеятельности в техносфере : в 2 ч. / В.С. Цепелев, Г.В. Тягунов, И.Н. Фетисов. — Изд. 3-е, испр. — Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2014. — Ч. 1. Основные сведения о БЖД. — 119 с. : ил., схем., табл. — Библиогр.: с. 110. — ISBN 978-5-7996-1116-3 ; То же [Электронный ресурс]. — URL: <http://biblioclub.ru>.

### Интернет-ресурсы

<http://www.aPegd.ru/edu/saf.htm>— Интернет-ресурсы. Безопасность жизнедеятельности

<http://www.bezopasnost.edu66.ru/> – Интернет-ресурсы. Безопасность. Образование. Человек.

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Коды формируемых компетенций	Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
ОК 1-9	<i>Студент умеет:</i> владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них	Оценка работы с карточками. Оценка тестирования. Оценка контрольных работ.

	<p>признакам, а также использовать различные информационные источники;</p> <p>применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях</p> <p>пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;</p> <p>применять основы медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений);</p>	<p>Оценка результатов внеаудиторной самостоятельной работы: докладов и рефератов.</p>
<p><b>ОК 1-9</b></p>	<p><i>Студент знает:</i></p> <p>основы государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз</p> <p>основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;</p> <p>потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;</p> <p>факторы, пагубно влияющие на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);</p> <p>основные меры защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</p> <p>основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</p> <p>основы обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;</p> <p>основные виды военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;</p> <p>основные инфекционные заболевания и их профилактику;</p> <p>предназначение, структуру и задачи РСЧС;</p> <p>предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.</p>	<p>- оценка индивидуальных устных ответов;</p> <p>- оценка результатов письменного опроса в форме тестирования;</p> <p>- оценка результатов выполнения проблемных и логических заданий;</p> <p>- оценка результатов внеаудиторной самостоятельной работы: сообщений, рефератов.</p>