

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАБАРДИНО-БАЛКАРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМ. Х.М. БЕРБЕКОВА»**

Педагогический колледж

УТВЕРЖДАЮ

Директор педагогического колледжа

/Ашабокова Ф.К./

2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГЦ.03 Безопасность жизнедеятельности

Программа подготовки специалистов среднего звена

49.02.01 - Физическая культура

Среднее профессиональное образование

Квалификация выпускника

Педагог по физической культуре и спорту

Очная форма обучения

Нальчик, 2023

Рабочая программа учебной дисциплины «**Безопасность жизнедеятельности**» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного приказом Минпросвещения России от 11.11.22 г. № 968, учебного плана по программе подготовки специалистов среднего звена Физическая культура.

Составитель: Тежаев М.А., преподаватель

Рабочая программа учебной дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании ПЦК общеобразовательных, гуманитарных и социально – экономических дисциплин

Протокол № 10 от «22» мая 2023 года.

Председатель ЦК


(подпись)

Таукова И.А.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«СГЦ.03 Безопасность жизнедеятельности»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «СГЦ.03 Безопасность жизнедеятельности» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 49.02.01 – Физическая культура

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составлять план действия; определять необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)	актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте; алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности
ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности	определять задачи для поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения	номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств.

	профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение; использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач.	
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности	психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности; основы проектной деятельности
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона.	правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; пути обеспечения ресурсосбережения; принципы бережливого производства; основные направления изменения климатических условий региона.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	72
в т.ч. в форме практической подготовки	18
в т. ч.:	
теоретическое обучение	54
практические занятия	18
<i>Самостоятельная работа</i>	-
Промежуточная аттестация	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч. / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени, организация защиты населения			
Тема 1. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времен	Содержание учебного материала		ОК 07
	Общая характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, источники их возникновения. Классификации чрезвычайных ситуаций: по масштабам их распространения, по тяжести последствий, по скорости распространения, по очагам возникновения	8	
	Чрезвычайные ситуации военного характера. Основные источники чрезвычайных ситуаций военного характера – современные средства поражения: химические, ядерные, бактериологические. Безопасное поведение человека при чрезвычайных ситуациях военного характера.		
	Прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Теоретические основы прогнозирования чрезвычайных ситуаций. Прогнозирование природных и техногенных катастроф. Порядок выявления и оценки обстановки.		
	Классификация природных чрезвычайных ситуаций: гидродинамические, метеорологические, геофизические, геотермальные. Уровни воздействия и сила катастроф.		
	Наводнения, оползни, эрозионные процессы, извержение вулканов, землетрясения, цунами, тайфуны и торнадо, водные нагоны, затопления, морозы и др. Безопасное поведение человека при чрезвычайных ситуациях природного характера.		
	В том числе практических работ	1	
	Практическое занятие 1. «Характеристика чрезвычайных ситуаций различного происхождения».	1	
	Тема 2. Организация защиты населения и территорий в	Содержание учебного материала	
Единая государственная система по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основная цель создания и основные задачи РСЧС по защите населения от ЧС, силы и средства ликвидации ЧС.		4	

условиях чрезвычайных ситуаций	МЧС РФ – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от ЧС. История возникновения и развития, структура МЧС РФ. Основные задачи, силы и средства ликвидации ЧС.		
	Гражданская оборона, её структура и задачи по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий. Инженерная защита от ЧС. Средства индивидуальной защиты. Эвакуационные мероприятия.		
	В том числе практических работ	2	
	Практическое занятие 2. «Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения».	2	
	Практическое занятие 3. «Использование средств индивидуальной защиты (противогазы, ОЗК)».		
	Практическое занятие 4. «Использование инженерных сооружений от оружия массового поражения».		
	Практическое занятие 5. «Отработка навыков эвакуации из здания». Рубежный контроль №1		
Тема 3. Устойчивость объектов экономики в условиях чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала		ОК 07
	Общие понятия об устойчивости объектов экономики в ЧС. Факторы, определяющие устойчивость работы объектов экономики. Основные мероприятия, обеспечивающие и повышающие устойчивость объектов экономики в ЧС.	4	
	Обеспечение надёжной защиты рабочих и служащих, повышение надёжности инженерно-технического комплекса, обеспечение надёжности и оперативности управления производством, подготовка объектов к переводу на аварийный режим работы, подготовка к восстановлению нарушенного производства.		
	Расследование травм на производстве. Комиссия по расследованию, порядок действий.		
	В том числе практических работ	1	
	Практическое занятие 6. «Разработка и составление профилактических мер для снижения уровня опасностей различного рода и их последствий в быту».	1	
Раздел 2. Основы военной службы и медицинской подготовки			
Модуль «Основы военной службы» (для юношей)			
Тема 2.1. Основы военной безопасности	Содержание учебного материала		ОК 07
	1. Нормативно-правовая база обеспечения военной безопасности Российской Федерации, функционирования ее Вооруженных Сил и военной службы граждан	4	

Российской Федерации	2. Организация обороны Российской Федерации		
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 7. Виды Вооруженных Сил, рода войск, история их создания, их основные задачи	1	
	Практическое занятие 8. Общая физическая и строевая подготовка		
Тема 2.2. Вооруженные Силы Российской Федерации	Содержание учебного материала		ОК 07
	1. Русская военная сила – от княжеских дружин до ракетно-космических войск. Назначение и задачи Вооруженных Сил	4	
	2. Состав Вооруженных Сил. Руководство и управление Вооруженными Силами		
	3. Реформа Вооруженных Сил Российской Федерации 2008-2020 гг		
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 9. Виды Вооруженных Сил, рода войск, история их создания, их основные задачи	1	
	Практическое занятие 10. Общая физическая и строевая подготовка		
Тема 2.3. Воинская обязанность в Российской Федерации	Содержание учебного материала		ОК 07
	1. Понятие и сущность воинской обязанности. Воинский учет граждан. Призыв граждан на военную службу	4	
	2. Медицинское освидетельствование и обследование граждан при постановке их на воинский учет и при призыве на военную службу		
	3. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе		
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 11. Обязательная подготовка граждан к военной службе	1	
	Тема 2.4. Символы воинской чести. Боевые традиции Вооруженных Сил России	Содержание учебного материала	
1. Боевое Знамя части – символ воинской чести, доблести и славы. Боевые традиции Вооруженных сил РФ		4	
2. Ордена – почетные награды за воинские отличия в бою и заслуги в военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации			
3. Патриотизм и верность воинскому долгу. Дружба, войсковое товарищество			
В том числе практических занятий		1	
Практическое занятие 12. Воинские звания и военная форма одежды военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации		1	
Практическое занятие 13. Общая физическая и строевая подготовка			
Тема 2.5. Организационные	Содержание учебного материала		ОК 07
	1. Военная служба – особый вид государственной службы. Воинские	8	

и правовые основы военной службы в Российской Федерации	должности и звания военнослужащих. Правовой статус военнослужащих		
	2. Права и обязанности военнослужащих. Социальное обеспечение военнослужащих. Начало, срок и окончание военной службы. Увольнение с военной службы		
	3. Прохождение военной службы по призыву. Военная служба по контракту. Альтернативная гражданская служба		
	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 14. Ответственность военнослужащих. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации	1	
	Практическое занятие 15. Общая физическая и строевая подготовка		
Модуль «Основы медицинских знаний» (для девушек)		48/12	
Тема 2.1. Общие правила оказания первой помощи	Содержание учебного материала	24/6	ОК 07
	1. Оценка состояния пострадавшего. Общая характеристика поражений организма человека от воздействия опасных факторов. Общие правила и порядок оказания первой медицинской помощи	6	
	2. Первая помощь при различных повреждениях и состояниях организма		
	3. Транспортная иммобилизация и транспортирование пострадавших при различных повреждениях		
	В том числе практических занятий	5	
	Практическое занятие 7. Общие принципы оказания первой медицинской помощи	5	
	Практическое занятие 8. Первая помощь при отсутствии сознания, при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца)		
	Практическое занятие 9. Первая помощь при наружных кровотечениях, при травмах различных областей тела		
	Практическое занятие 10. Первая помощь при ожогах и воздействии высоких температур, при воздействии низких температур		
	Практическое занятие 11. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, при отравлениях		
Тема 2.2. Профилактика инфекционных заболеваний	Содержание учебного материала	12/2	ОК 07
	1. Из истории инфекционных болезней. Классификация инфекционных заболеваний. Общие признаки инфекционных заболеваний	4	
	2. Воздушно-капельные инфекции. Желудочно-кишечные инфекции. Пищевые отравления бактериальными токсинами		
	3. Общие принципы профилактики инфекционных заболеваний		

	В том числе практических занятий	1	
	Практическое занятие 12. Правила госпитализации инфекционных больных	1	
Тема 2.3. Обеспечение здорового образа жизни	Содержание учебного материала	12/4	ОК 07
	1. Здоровье и факторы его формирования. Здоровый образ жизни и его составляющие	4	
	2. Двигательная активность и здоровье. Питание и здоровье. Вредные привычки. Факторы риска. Понятие об иммунитете и его видах		
	В том числе практических занятий	3	
	Практическое занятие 13. Показатели здоровья и факторы, их определяющие	3	
	Практическое занятие 14. Оценка физического состояния		
	Практическое занятие 15. Составление индивидуальных карт здоровья с режимом дня, графиком питания с возможностью отслеживать свои показания Рубежный контроль №2		
Промежуточная аттестация			
ВСЕГО		72	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «Безопасность жизнедеятельности», оснащенный оборудованием: рабочие места обучающихся, оснащенный в соответствии с п. 6.1.2.1 примерной образовательной программы по данной специальности.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

3.2.1. Основные печатные издания

1. Безопасность жизнедеятельности/ Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко, Г. В. Гуськов – 18-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2020. - 173 с.
2. Сапронов Ю.Г., Занина И.А. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений СПО. – 5-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2021.

1.2.1. Основные электронные издания

1. Курбатов, В. А. Безопасность жизнедеятельности. Основы чрезвычайных ситуаций : учебное пособие для СПО / В. А. Курбатов, Ю. С. Рысин, С. Л. Яблочников. — Саратов : Профобразование, 2020. — 121 с. — ISBN 978-5-4488-0820-3. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО PROФобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/93574>
2. Сапронов Ю.Г., Занина И.А. Безопасность жизнедеятельности: электронный учебно-методический комплект. – М.: Издательский центр «Академия».

3.2.3. Дополнительные источники

1. Конституция Российской Федерации. Принята Всенародным голосованием 12 декабря 1993 г.
2. Уголовный кодекс Российской Федерации: федеральный закон от 13.06.1996 №63-ФЗ (принят ГД ФС РФ 24.05.1996)
3. Федеральный закон "О статусе военнослужащих" от 27.05.1998 N 76-ФЗ
4. Федеральный закон "О воинской обязанности и военной службе" от 28.03.1998 N 53-ФЗ
5. Федеральный закон "Об альтернативной гражданской службе" от 25.07.2002 N 113-ФЗ
6. Федеральный закон "О противодействии терроризму" от 06.03.2006 N 35-ФЗ
7. Указ Президента РФ от 10.11.2007 N 1495 (ред. от 22.01.2018) "Об утверждении общевоинских уставов Вооруженных Сил Российской Федерации" (вместе с "Уставом внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации", "Дисциплинарным уставом Вооруженных Сил Российской Федерации", "Уставом гарнизонной и караульной служб Вооруженных Сил Российской Федерации")

8. Искусство выживания. [Электронный ресурс], - <http://goodlife.narod.ru/index.htm>
9. Первая медицинская помощь [Электронный ресурс], - <https://lifehacker.ru/2013/12/24/first-aid/>
3. Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности» [Электронный ресурс], - <http://www.school-obz.org>
10. Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс], - <http://0bj.ru/>
11. Все о пожарной безопасности [Электронный ресурс], - <http://www.0-1.ru>
12. Первая медицинская помощь [Электронный ресурс], - <http://www.meduhod.ru>
13. Портал детской безопасности [Электронный ресурс], - <http://www.spas-extreme.ru>
14. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека [Электронный ресурс], - <http://www.rospotrebnadzor.ru>
15. Федеральная служба по экологическому, технологическому и атомному надзору [Электронный ресурс], - <http://www.gosnadzor.ru>
16. МЧС России. [Электронный ресурс], - <http://www.mchs.gov.ru/>
17. Безопасность жизнедеятельности в дошкольном образовательном учреждении. [Электронный ресурс], - <https://moluch.ru/archive/145/40616/>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Результаты обучения</i>	<i>Критерии оценки</i>	<i>Методы оценки</i>
<ul style="list-style-type: none"> – о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, при возникновении угроз военного характера; – о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; – об организации защиты и жизнеобеспечения населения в чрезвычайных ситуациях; – предназначение, структуру, задачи гражданской обороны; – о первой помощи при травмах и несчастных случаях; – о здоровье и здоровом образе жизни; – истории создания Вооружённых Сил Российской Федерации; – организационной структуры Вооружённых Сил РФ; – понятий воинской обязанности (виды службы, подготовка к службе, воинская дисциплина, качества личности военнослужащего и других); – боевых традиций, символов, ритуалов Вооружённых Сил России. 	<ul style="list-style-type: none"> – в соответствии с установленными называют правила безопасного поведения человека в опасных ЧС различного характера (поведение при пожаре, наводнении, сильных морозах, вооружённых конфликтах); – правильно перечисляют задачи ГО, называют примерную схему структуры ГО для объекта экономики (учебное заведение); – поясняют задачи РСЧС, определяют действия по сигналу «Внимание всем», «Радиационная опасность», «Химическая и биологическая опасность»; – правильно определяют предназначение, структуру, задачи гражданской обороны; – правильно, в соответствии с принятыми, перечисляют приемы оказания первой (доврачебной) помощи; – дают точные определения понятиям; – правильно перечисляют этапы создания ВС РФ; – дают описание организационной структуры ВС РФ; – показывают знания основных понятий воинской обязанности; – при устном опросе рассказывают о боевых традициях, ритуалах, символах ВС РФ. 	<ul style="list-style-type: none"> – анализ и оценка решения тестовых заданий; – анализ и оценка решения устного опроса; – анализ и оценка решения письменного опроса.
<ul style="list-style-type: none"> – составлять алгоритм действий по защите от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций природного и техногенного 	<ul style="list-style-type: none"> – при выполнении практической работы составляют алгоритм поведения, обучающегося при возникновении чрезвычайной ситуации природного или 	<ul style="list-style-type: none"> – оценка выполнения практических заданий (работ).

<p>характера;</p> <ul style="list-style-type: none"> – разрабатывать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного рода и их последствий в быту; – составлять структуру гражданской обороны для объекта экономики; – использовать приёмы учебной эвакуации; алгоритм поведения в коллективных средствах защиты населения от оружия массового поражения (бомбоубежище, подвал, чердак); – применять использование СИЗ; – использовать приемы первичного пожаротушения (подручные средства, профессиональные огнетушители); – оказывать первую (доврачебную) помощь при кровотечениях и ранах, травмах опорно-двигательного аппарата, при отравлениях; – выполнять строевые приёмы в соответствии со Строевым уставом ВС РФ 	<p>техногенного характера, которая возникла в момент проведения тренировочного (другого учебного) занятия;</p> <ul style="list-style-type: none"> – при выполнении практической работы точно и верно составляют алгоритм действий при ЧС (пожар, обрушение зданий); – при выполнении практической работы точно и верно составляют перечень мер по профилактике опасностей различного рода в быту (в лифте, на улице, при встрече с собакой, при использовании пиротехники, при пожаре и прочее); – при выполнении практической работы составляют структуру гражданской обороны для образовательной организации исходя из общих принципов организации ГО; – при выполнении практической работы использует СИЗОД (противогаз, самоспасатель, респиратор, маску) согласно правилам их использования, определяют алгоритм поведения в СКЗ; – при выполнении практической работы точно определяют виды огнетушителей и перечисляют алгоритм их использования; – при выполнении практической работы в соответствии с принятыми правилами накладывают повязки, шины, жгут, проводят сердечно-лёгочную реанимацию; – при выполнении практической работы умеют ходить строевым шагом, выполнять повороты на месте и в движении; умеют выходить из строя и возвращаться обратно, знают форму доклада при обращении к командиру (начальнику). 	
--	---	--