

Министерство физической культуры и спорта Свердловской области
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Свердловской области
«Училище олимпийского резерва № 1 (колледж)»

УТВЕРЖДЕНО:

Директор ГАПОУ СО «УОР № 1 (колледж)»

С.В. Степанов

Приказ № 12-10/17 от 02.09.2024 года

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
СГ.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

для специальности среднего профессионального образования

49.02.01 Физическая культура

/для студентов 2 курса на базе основного общего образования/

/для студентов 1 курса на базе среднего общего образования/

Екатеринбург

2024

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----|
| 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 3 |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 7 |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 16 |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 19 |

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ СГ.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «СГ.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 01, 02, 04, 07, а также ПК 2.3

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| ОК | Общие компетенции | Умения | Знания |
|-------|--|--|--|
| ОК 01 | Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам | <ul style="list-style-type: none"> • 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) | <ul style="list-style-type: none"> • 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 | <ul style="list-style-type: none"> • 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; | <ul style="list-style-type: none"> • номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; • приемы структурирования информации; • формат оформления результатов поиска информации, современные средства и устройства информатизации; |

| | | | |
|-------|---|---|---|
| | профессиональной деятельности | <ul style="list-style-type: none"> оформлять результаты поиска, применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение; использовать различные цифровые средства для решения профессиональных задач. | <ul style="list-style-type: none"> порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности в том числе с использованием цифровых средств. |
| ОК 04 | Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде | <ul style="list-style-type: none"> организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности | <ul style="list-style-type: none"> 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 | <ul style="list-style-type: none"> 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. | <ul style="list-style-type: none"> 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. |

| Профессиональные компетенции | Навыки | Умения | Знания |
|--|---|---|---|
| Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности | | | |
| ПК 2.3. Оформлять результаты методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов. | <ul style="list-style-type: none"> подготовки, оформления и презентации результатов методической и исследовательской деятельности в виде выступлений, докладов, отчетов, методических разработок и др. оформления портфолио профессиональных достижений | <ul style="list-style-type: none"> готовить, оформлять, представлять и защищать результаты методической, исследовательской и проектной деятельности представлять результаты собственной профессиональной деятельности | <ul style="list-style-type: none"> требования к оформлению результатов методической и исследовательской деятельности процедуры выступления и защиты результатов методической и исследовательской работы |

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 | 26 |
| В т. ч.: | |
| теоретическое обучение | 40 |
| практические занятия (включая дифференцированный зачет) | 24 |
| <i>Самостоятельная работа</i> | 8 |
| Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет) | 2 |

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».

| Наименование разделов и тем | № учебно-го занятия | Содержание и формы организации деятельности обучающихся | Объем, акад. часов | В форме практ. подготовки | В т. ч. в форме практических занятий и лаб. работ | В т. ч. в форме сам. работы | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|---|---------------------|---|--------------------|---------------------------|---|-----------------------------|---|
| | | Раздел 1. Теоретические основы, нормативно-правовое регулирование и органы обеспечения безопасности в Российской Федерации, предупреждение, предотвращение и ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций | 28 | 4 | 6 | 4 | |
| Тема 1.1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности | Содержание | | | | | | |
| | 1-2 | Опасности и их показатели. Разновидности опасностей современного мира. Защита человека и окружающей среды от опасностей. Сущность понятия «безопасность жизнедеятельности». Социальные и психологические аспекты безопасности. | 2 | | | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |
| | 3-4 | Возникновение и развитие научных представлений о человеко- и природозащитной деятельности. Представление о системе «человек – среда обитания», ее структуре и функциональных связях. Системы безопасности и их структура. Вред, ущерб – виды и характеристики. | 2 | | | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |
| | 5-6 | Нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности. Требования экологической безопасности. Нормативная база. Общие | 2 | | | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, |

| | | | | | | | |
|--|-------------------|--|---|---|--|---|--------------------------------------|
| | | требования экологической безопасности в организации. Лицензирование деятельности | | | | | ОК 07. |
| | 7-8 | Алгоритмы поддержания безопасных условий жизнедеятельности на рабочем месте. Способы минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями норм безопасности жизнедеятельности на рабочем месте и опасность нарушения норм для реализации идеи бережливого производства. | 2 | 2 | | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |
| | 9-10 | Самостоятельная работа 1-2. Анализ опасностей и угроз. Виды и характеристики опасностей. Источники опасностей в вашем жилище. Какие меры защиты против данных опасностей можно использовать. | 2 | | | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |
| Тема 1.2. Безопасное поведение человека в чрезвычайных ситуациях и способы защиты населения от оружия массового поражения | Содержание | | | | | | |
| | 11-12 | Понятие и общая классификация чрезвычайных ситуаций. Терроризм как ЧС социального ЧС природного, техногенного и социального характера. Общие правила безопасного поведения в ЧС и особенности безопасного поведения в процессе выполнения профессиональных функций. Основы пожаробезопасности и электробезопасности на рабочем месте. | 2 | 2 | | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |
| | 13-14 | Современное оружие (ядерное, химическое, биологическое) и его поражающие факторы: ударная волна, избыточное давление, световое излучение, проникающая радиация, электромагнитный импульс. Характеристика очага ядерного поражения, его зоны. Типы и виды ядерных боеприпасов. Действия населения в зонах радиоактивного, химического поражения и в очаге биологического поражения | 2 | | | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |

| | | | | | | | |
|------------------|---|---|---|--|---|---|--|
| | 15-16 | Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС). Информационные системы, используемые в деятельности органов повседневного управления РСЧС, их возможности и перспективы развития. Порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях в процессе выполнения профессиональных функций. | 2 | | | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |
| | В т. ч. практические занятия и лабораторные работы | | | | | | |
| | 17-18 | Практическое занятие № 1-2. Правила поведения и порядок действий в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера (защита презентаций) | 2 | | 2 | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. ПК 2.3 |
| | 19-20 | Практическое занятие 3-4. Средства индивидуальной защиты от поражающих факторов современного оружия (ядерное, химическое и т. д): средства защиты органов дыхания (респираторы, противогазы, самоспасатели изготовленные из подручных средств, противопыльные тканевые маски и марлевые повязки), средства защиты кожного покрова (защитные костюмы, резиновые сапоги и др.), средства медицинской защиты (индивидуальная аптечка АИ-2, индивидуальный противохимический пакет, пакет перевязочный индивидуальный). Средства коллективной защиты населения. Характеристика защитных сооружений: убежища, противорадиационные укрытия (ПРУ) и простейшие укрытия. | 2 | | 2 | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. ПК 2.3 |
| | 21-22 | Самостоятельная работа 3-4. Действия в условиях ЧС. Характеристика ЧС природного и техногенного характера. (заполнение таблиц) | 2 | | | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |
| Тема 1.3. | Содержание | | | | | | |

| | | | | | | | |
|--|--|---|----|----|----|---|--|
| Организац ионные и правовые основы обеспечени я безопаснос ти жизнедеате льности в чрезвычай ных ситуациях | 23-24 | Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. Роль и место государственной обороны в противодействии терроризму. Понятие и основные задачи гражданской обороны. Организационная структура гражданской обороны. Основные мероприятия, проводимые ГО | 2 | | | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |
| | 25-26 | Деятельность государства при реальной террористической угрозе. Номенклатура информационн ых источников, применяемых в сфере безопасности жизн едеятельности: нормативно-правовые акты федерального, регионального, локального уровней, регулирующие деятельность в сфере безопасности жизнедеятельности, основы контроля и управления в сфере обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды. | 2 | | | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |
| | В т. ч. практические занятия и лабораторные работы | | | | | | |
| | 27 | Практическое занятие 5. Действия населения по сигналам РСЧС и ГО и особенности их выполнения в том случае, когда сигнал застал работника на рабочем месте. | 1 | | 1 | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. ПК 2.3 |
| | 28 | Практическое занятие 6. Проверочная работа «Понятие и обшая классификация чрезвычайных ситуаций». | 1 | | 1 | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |
| | | Раздел 2. Основы военной службы и медицинской подготовки | 44 | 22 | 16 | 4 | |
| Тема 2.1. Аксиологи я / праксиолог ия военной службы | Содержание | | | | | | |
| | 29-30 | Аксиология военной службы как система представлений о ценностях профессиональной служебной деятельности в военной сфере. Военная безопасность страны, защита граждан Российской Федерации от военных угроз, обеспечение условий для обороноспособности государства | 2 | | | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |

| | | | | | | | |
|--|---|---|---|--|---|--|--|
| | | как ценности-цели, определяющие поведение человека в военной сфере, его отношение к военной службе и защите Отечества. Влияние ценностных ориентаций человека на его трудовую деятельность в секторе военного производства, участие в военно-патриотическом воспитании молодежи и т. п. | | | | | |
| | 31-32 | Праксиология военной деятельности как совокупность теоретических представлений об эффективной организации практической деятельности людей в военной сфере жизни общества. Системная характеристика военной деятельности: цель, предмет, объект, субъект, содержание, способы, результат и подсистема управления. Культура военной службы и культурологические аспекты совершенствования деятельности военнослужащих на современном этапе развития военной сферы жизни общества | 2 | | | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |
| | В т. ч. практические занятия и лабораторные работы | | | | | | |
| | 33-34 | Практическое занятие 7-8. Военная безопасность страны, защита граждан Российской Федерации от военных и террористических угроз. Ценности-цели, определяющие поведение человека в военной сфере, его отношение к военной службе и защите Отечества. Влияние ценностных ориентаций человека на его трудовую деятельность в секторе военного производства, участие в военно-патриотическом воспитании молодежи и т. п. | 2 | | 2 | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. ПК 2.3 |
| | 35-36 | Практическое занятие 9-10. Самоподготовка будущего призывника к осуществлению военной деятельности. Военная служба как вид федеральной государственной службы и разновидность профессиональной служебной деятельности: особенности и предназначение. | 2 | | 2 | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. ПК 2.3 |

| | | | | | | | |
|--|---|--|---|---|---|---|--|
| | 37-38 | <i>Самостоятельная работа 5-6. Подготовка рефератов. Вооруженные Силы Российской Федерации их состав и задачи. Права военнослужащих. Общие обязанности военнослужащих.</i> | 2 | | | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |
| Тема 2.2. Введение в микробиологию, иммунологию и эпидемиологию | | Содержание | | | | | |
| | 39-40 | Определение содержания наук микробиологии, иммунологии, эпидемиологии. История развития микробиологии. Естественный микробный фон кожи. Патогенные микроорганизмы. Бессимптомная латентная инфекция. Инфекционные заболевания и бациллоносительство. Периоды протекания инфекционных заболеваний. | 2 | | | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |
| | 41-42 | Иммунитет. Определение понятия «иммунитет». Виды и подвиды иммунитета. Антигены и антитела. Формы приобретенного иммунитета. Иммунитет и восприимчивость к инфекционным заболеваниям. Методы иммунопрофилактики | 2 | | | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |
| | В т. ч. практические занятия и лабораторные работы | | | | | | |
| | 43-44 | Практическое занятие 11-12. Общие принципы профилактики инфекционных заболеваний. Конспект. Дезинфекция, ее виды и способы. Дезинсекция, ее виды и способы. Дератизация, ее виды и способы. Правила проведения плановых мероприятий по дезинфекции, дезинсекции и дератизации. | 2 | | 2 | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. ПК 2.3 |
| Тема 2.3 Оказание первой (доврачебной) | | Содержание | | | | | |
| | 45-48 | Понятие о неотложных состояниях, причины и факторы их вызывающие. Оказание первой доврачебной помощи при неотложных состояниях: ожогах, электротравмах, поражении молнией, инсульте, утоплении, при | 4 | 4 | | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|--|---|
| помощи при неотложны х состояниях и травматизм е | | перегревании/переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании, при отравлениях. Методы доврачебной реанимации. | | | | | |
| | 49-50 | Первая(доврачебная) помощь при травматизме: при ранениях, при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания | 2 | 2 | | | ОК 01, ОК 02, ОК 04,ОК 07. |
| | В т.ч. практические занятия и лабораторные работы | | | | | | |
| | 51-52 | <i>Практическое занятие 13-14. Отработка навыков оказания первой (доврачебной) помощи при неотложных состояниях</i> | 2 | 2 | 2 | | ОК 01, ОК 02, ОК 04,ОК 07. ПК 2.3 |
| | 53-54 | <i>Практическое занятие 15-16. Отработка навыков оказания первой (доврачебной) помощи при травматизме</i> | 2 | 2 | 2 | | ОК 01, ОК 02, ОК 04,ОК 07. ПК 2.3 |
| Тема 2.4 Обеспечен ие здорового образа жизни | Содержание | | | | | | |
| | 55-58 | Здоровье и его основные показатели. Факторы формирования здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие. Факторы риска для здоровья. | 4 | 4 | | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |
| | 59-62 | Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни. Двигательная активность и здоровье. Питание и здоровье. Вредные привычки и их профилактика | 4 | 4 | | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |
| | В т. ч. практические занятия и лабораторные работы | | | | | | |
| | 63-64 | Практическое занятие 17-18. Составление правильного рациона питания с учетом индивидуальных особенностей. Разработка индивидуальных карт питания с учетом правильного распределения БЖУ. Их заполнение | 2 | 2 | 2 | | ОК 01, ОК 02, ОК 04,ОК 07. ПК 2.3 |
| | 65-66 | Практическое занятие 19-20. Вредные привычки и их профилактика (курение, наркомания, алкогольная зависимость, игровая зависимость) | 2 | | 2 | | ОК 01, ОК 02, ОК 04,ОК 07. ПК 2.3 |

| | | | | | | | |
|--|-------|--|---|---|---|---|--|
| | 67 | Практическое занятие 21. Режим дня для различных возрастных категорий (особенности) | 1 | | 1 | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. ПК 2.3 |
| | 68 | <i>Практическое занятие 22. Проверочная работа «Первая доврачебная помощь»</i> | 1 | | 1 | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |
| | 69-70 | Самостоятельная работа 7-8. Составление памяток, буклетов или плакатов. Доврачебная помощь при неотложных состояниях и травматизме. | 2 | 2 | | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. |
| | 71-72 | Дифференцированный зачет | 2 | | 2 | | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07. ПК 2.3 |

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Кабинет «Безопасность жизнедеятельности», оснащенный в соответствии с п. 6.1.2.1 образовательной программы по специальности.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе.

3.2.1. Основные печатные издания

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва: Юрайт, 2022. – 399 с.

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 :Юрайт, 2020. – 350 с.

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 :Юрайт, 2022. – 362 с.

4. Карякин, В.И. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования/В.И.Карякин, И.М.Никулина, – 3 е изд., перераб. и доп. – Москва: Юрайт, 2022 – 313 с.

3.2.2. Основные электронные издания

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва :Юрайт, 2022. – 399 с. – (Профессиональное образование). Текст: электронный // Электронная библиотечная система Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/469524>.

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 :Юрайт, 2020. – 350 с. – (Профессиональное образование). – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/453161>.

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: Юрайт, 2022. – 362 с. – (Профессиональное образование). – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/492045>.

3.2.3. Дополнительные источники

1.Безопасность в техносфере: Всероссийский научно-методический и информационный журнал [Электронный ресурс]. URL: <http://www.magbvt.ru>.

2.Официальный сайт МЧС РФ [Электронный ресурс]. URL: <http://www.mchs.gov.ru>.

3.Суворова, Г. М. Методика обучения безопасности жизнедеятельности : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. М. Суворова, В. Д. Горичева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва :Юрайт, 2020. – 212 с. – (Профессиональное образование). – Текст: электронный // Электронная библиотечная система Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/452850>.

4. Суворова, Г.М. Психологические основы безопасности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Г.М. Суворова. – 2-е изд., испр. и доп.– Москва: Юрайт,2022 – 182 с. – (Профессиональное образование). – Текст: непосредственный. 5. Энциклопедия безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]. URL: <http://bzhde.ru>.

5. Косолапова, Н.В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебное пособие / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – Москва: КноРус, 2021. – 156 с.

6. Мисюк, М.Н. Основы медицинских знаний: учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Н. Мисюк. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2022. – 499 с. – (Профессиональное образование). – ISBN 978-5-534-00398-7.

7. Основы военной службы: учебник / В.Ю. Микрюков, В.Г. Шамаев. – 2 –изд., перераб. и доп. – Москва: КНОРУС, 2021. – 506 с.

8. Основы медицинских знаний (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях): учебное пособие ; под ред. И. В. Гайворонского / И. В. Гайворонский, Г. И. Ничипорук, А. И. Гайворонский, С. В. Виноградов – 3-е изд., испр. и доп. – Санкт-Петербург : СпецЛит, 2021. – 311 с.

9.Резчиков, Е.А. Безопасность жизнедеятельности: учебник для среднего профессионального образования/Е.А. Резчиков, А.В. Рязанцева. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Юрайт, 2022–639с. (Профессиональное образование).

10. Суворова, Г.М. Психологические основы безопасности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Г.М.Суворова. – 2-е изд., испр. и доп.– Москва: Юрайт, 2022 – 182 с.

11. Безопасность жизнедеятельности. Практикум : учебное пособие / В. А. Бондаренко, С. И. Евтушенко, В. А. Лепихова – Москва : ИЦ РИОР, НИЦ ИНФРА-М, 2019. – 150 с. – Текст: электронный. – URL: <https://znanium.com/catalog/product/995045>.

12. Микрюков, В.Ю., Основы военной службы : учебник / В.Ю. Микрюков, В.Г. Шамаев. – Москва: КноРус, 2021. – 505 с. –URL:<https://book.ru/book/941500>.

13. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний : учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Н. Мисюк. – 3-е изд., перераб. и доп. – Москва :Юрайт, 2022. – 499 с. – (Профессиональное образование). – Текст : электронный // Электронная библиотечная система Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/433458>.

14. Михаиллиди, А. М. Безопасность жизнедеятельности и охрана труда на производстве: учебное пособие для СПО / А. М. Михаиллиди. – Саратов, Москва : Профобразование, Ай Пи Ар Медиа, 2021. – 111 с. – ISBN 978-5-4488-0964-4, 978-5-4497-0809-0. – Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. –

URL: <http://www.iprbookshop.ru/100492.html> (дата обращения: 10.08.2021). – Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/100492>.

15. Родионова, О. М. Медико-биологические основы безопасности. Охрана труда : учебник для среднего профессионального образования / О. М. Родионова, Д. А. Семенов. – Москва :Юрайт, 2022. – 441 с. – (Профессиональное образование). – Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/491234>.

16. Долгов, В. С. Основы безопасности жизнедеятельности / В. С. Долгов. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 188 с. — ISBN 978-5-507-45851-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/288905>.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| Результаты обучения | Критерии оценки | Методы оценки |
|--|---|--|
| Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины | | |
| <p>Знать:</p> <p>актуальный профессиональный и социальный контекст поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; основные источники информации и ресурсы для решения задач обеспечения безопасности жизнедеятельности в профессиональном и социальном контекстах: принципы, правила и требования безопасного поведения, защиты от опасностей при осуществлении профессиональной деятельности и в ЧС; физиологические последствия воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов; алгоритмы и приемы защиты человека и среды обитания от негативного воздействия при ЧС; алгоритмы и приемы действий по гражданской обороне и в ЧС; основы обеспечения военной безопасности государства (для юношей). основы медицинских знаний (для девушек)</p> <p>номенклатуру информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности: нормативно-правовые акты федерального, регионального, локального уровней, регулирующие деятельность в сфере</p> | <p>В решении учебных задач поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС, демонстрирует знание понятий: безопасность жизнедеятельности, человеко- и природозащитная деятельность, военная опасность, чрезвычайная ситуация, пожаробезопасность, электробезопасность, оружие массового поражения, средства индивидуальной и коллективной защиты населения от оружия массового поражения, минимизация опасностей, управление рисками ЧС, экологическая безопасность осуществления профессиональной деятельности. Для юношей: военная служба, военная деятельность, ценности военной службы, строевая подготовка, огневая подготовка, физическая подготовка военнотружущего. Для девушек: дезинфекция, дезинсекция, дератация, первая (доврачебная) помощь, здоровый образ жизни; использует принципы, правила,</p> | <p>Письменный и устный опрос. Портфолио учебных достижений. Тестирование. Кейс-методы. оценивания решений. Защита проектов. Защита электронных контентов. Графические программные задания (графический диктант, цифровой диктант) Работа с ключами. Задания тезисного характера. Метод «Квант». Метод внеконтекстных операций с базовыми понятиями. Контрольно-измерительные методы оценки продуктов учебно-познавательной деятельности, практикуемые в рамках технологии развития критического мышления. Оценка решений ситуационных задач. Наблюдение за активностью и</p> |

| | | |
|---|---|---|
| <p>безопасности жизнедеятельности, основы контроля и управления в сфере обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды; приемы структурирования информации, содержащей актуальные научные сведения о безопасности жизнедеятельности, и форматы оформления (устное сообщение, письменное сообщение, электронный контент и т.п.) данной информации;</p> | <p>требования безопасного поведения, защиты от опасностей при осуществлении профессиональной деятельности и в ЧС; пользуется номенклатурой информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности; применяет приемы структурирования и разнообразные форматы представления информации, содержащей актуальные научные сведения о безопасности жизнедеятельности, применяет знания о правилах экологической безопасности, о принципах эффективного взаимодействия по созданию человеко- и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности, о психологических рекомендациях по организации деятельности трудового коллектива и личности в для минимизации опасностей и управлению рисками ЧС на рабочем месте; демонстрирует знание правил дезинфекции, дератации, оказания первой (доврачебной) помощи, ведения здорового образа жизни; грамотно применяет знание алгоритмов</p> | <p>результативностью участия в деловых играх. Критериально-оценочные листы сформированности практических умений Шкалы самооценки сформированности практических умений</p> |
| <p>психологические основы деятельности трудового коллектива, психологические особенности личности в сфере трудовой деятельности, актуальные для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте; основы проектной деятельности в коллективе и команде по решению задач минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте на основе принципов эффективного взаимодействия по созданию человеко-и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности</p> | | |
| <p>порядок действий в чрезвычайных ситуациях, правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; способы минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями правил безопасности жизнедеятельности на рабочем месте и опасность нарушения правил безопасности</p> | | |

| | | |
|--|---|---|
| жизнедеятельности для реализации идеи бережливого производства | действий по гражданской обороне и в ЧС, защите человека и среды обитания от негативного воздействия при ЧС; использования современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды; пользуется актуальными для обеспечения безопасности жизнедеятельности рекомендациями по учету особенностей личности в сфере трудовой деятельности; демонстрирует знание возможностей применения ИКТ и цифровых инструментов для поиска актуальных сведений о безопасности жизнедеятельности; демонстрирует знание возможностей применения приемов минимизации опасности нарушения правил безопасности жизнедеятельности для реализации идеи бережливого производства | |
| Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины | | |
| распознавать в профессиональном и социальном контексте задачи и/или проблемы, относящиеся к кругу задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; анализировать задачу и и/или проблемы, относящиеся к | В ходе выполнения практических заданий демонстрирует умение распознавать в профессиональном и социальном контексте задачи и/или проблемы, относящиеся к кругу задач и/или проблем поддержания безопасных условий | Наблюдение за процессом учебно-познавательной деятельности обучающихся в ходе лекций и практических занятий. Анализ и оценка продуктивных результатов |

| | | |
|--|--|---------------------------------------|
| <p>предметной области безопасности жизнедеятельности, и выделять составные части подобных задач и/или проблем; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; составлять план действий, определять ресурсы, прогнозировать результаты реализации составленного плана поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; владеть способностью принимать решения по целесообразным действиям в ЧС; владеть методами защиты от вредных и опасных факторов ЧС, защиты человека и среды обитания от негативного воздействия при ЧС; приемы действий по гражданской обороне и в ЧС. оценивать результат и последствия своих действий по решению задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС. Владеть знаниями основ обеспечения военной безопасности государства (для юношей). Владеть знаниями основ медицинских знаний (для девушек)</p> | <p>жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС и выполнять правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, а также действия по сигналам гражданской обороны и применению средств индивидуальной защиты от поражающих факторов и ЧС; демонстрирует грамотное применение правил использования средств защиты от оружия массового поражения; грамотно осуществляет анализ задачи и и/или проблемы, относящиеся к предметной области безопасности жизнедеятельности, выделяя составные части подобных задач и/или проблем; корректно определяет задачи для поиска информации, содержащей актуальные сведения о безопасности жизнедеятельности и необходимые источники информации согласно номенклатуре информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности; результативно выполняет информационный поиск сведений, необходимых для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС ; создает качественные устные и письменные</p> | <p>выполнения практической работы</p> |
| <p>определять задачи для поиска информации, содержащей актуальные сведения о безопасности жизнедеятельности; определять</p> | <p>устные и письменные</p> | |

| | |
|---|--|
| <p>необходимые источники информации согласно номенклатуре информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности; применять приемы структурирования информации для создания устных и письменных сообщений, электронного контента и т.п. в процессе освоения информации о безопасности жизнедеятельности; применять ИКТ и цифровые инструменты для решения задач, связанных с профессиональным контекстом обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды; использовать современное программное обеспечение, различные цифровые средства для получения информации, позволяющей:</p> <p>идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации; принимать решения по целесообразным действиям в ЧС; распознавать жизненные нарушения при неотложных состояниях и травмах</p> | <p>сообщения, электронные контенты и т.п., грамотно применяя приемы структурирования информации; демонстрирует ИКТ компетентность в решения задач, связанных с профессиональным контекстом обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды; использует современное программное обеспечение, различные цифровые средства для получения информации, позволяющей:</p> <p>идентифицировать основные опасности среды обитания человека, оценивать риск их реализации; принимать решения по целесообразным действиям в ЧС . правильно составляет план действий, определяют ресурсы, прогнозирует результаты реализации составленного плана поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; корректно осуществляет оценку результата и последствий своих действий по решению задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС . В ситуациях деловых игр, имитирующих деятельность по созданию человека - и природозащитной среды на рабочем месте результативно организует</p> |
| <p>организовывать работу коллектива и команды и взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами для создания человека - и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности; применять правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера</p> | |

| | | |
|---|--|--|
| <p>эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях, соблюдать нормы экологической безопасности содействовать практическому осуществлению идеи бережливого производства за счет минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями правил безопасности жизнедеятельности на рабочем месте</p> | <p>работу коллектива и команды и эффективно взаимодействует с коллегами, руководством, клиентами на основе правил бесконфликтного поведения ; демонстрирует грамотное применение норм экологической безопасности на рабочем месте; демонстрирует умение разрабатывать систему мер по минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями правил безопасности жизнедеятельности на рабочем месте Для девушек: демонстрирует применение алгоритма распознавания жизненных нарушений при неотложных состояниях и травмах. демонстрирует умение проводить мероприятия по дезинфекции, дезинсекции, дератации составлять индивидуальные карты здоровья с режимом дня, графиком питания с возможностью отслеживать свои показания; оказывать первую (доврачебную) помощь при неотложных состояниях и травматизме. Для юношей: выполнять упражнения и команды по физической, строевой подготовке; разрабатывать и осуществлять программу самоподготовки будущего призывника к осуществлению военной деятельности; оказывать</p> | |
|---|--|--|

| | | |
|--|--|--|
| | первую (доврачебную) помощь пострадавшим. | |
|--|--|--|

Настоящая рабочая программа учебной дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 11 ноября 2022 г. N 968.

Рабочая программа является приложением к образовательной программе подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.01 Физическая культура. Программа содержит общую характеристику учебной дисциплины, определяет структуру, содержание, условия реализации учебной дисциплины, контроль и оценку результатов освоения учебной дисциплины.

Разработчик(и) рабочей программы:

Бородулин А. А. - преподаватель социально-гуманитарного цикла