

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

СГ.03 Безопасность жизнедеятельности

для студентов, обучающихся по специальности

49.02.02 Адаптивная физическая культура

Курган 2026

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)», утвержденным Приказом Минтруда России от 18.10.2013 г. № 544н, с учетом примерной рабочей программы дисциплины «Безопасность жизнедеятельности», рабочей программы воспитания и на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования, утвержденного Приказом Минпросвещения России от 28 августа 2023 г. № 640 по специальности

код

49.02.02

наименование специальности

Адаптивная физическая культура

(программа подготовки специалистов среднего звена)

Разработчики:

| | Фамилия, имя, отчество | Ученая степень (звание) [квалификационная категория] | Должность |
|---|-------------------------------|---|------------------|
| 1 | Суханов Р.Н. | высшая | преподаватель |

Рассмотрено на заседании МО

| | Фамилия, имя, отчество руководителя МО | Дата заседания ПЦК | № протокола |
|--|---|---------------------------|--------------------|
| | Байбатыров А. Ж. | 05.06.2026 | 11 |

Согласовано на заседании научно-методического совета

| | Дата заседания НМС | № протокола |
|--|---------------------------|--------------------|
| | 08.06.2026 | 10 |

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----|
| 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ..... | 4 |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ..... | 6 |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ..... | 13 |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 18 |

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

СГ.03 Безопасность жизнедеятельности

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена

по специальности 49.02.02 Адаптивная физическая культура

укрупненной группы специальностей 49.00.00 Физическая культура и спорт

1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Данная учебная дисциплина входит:

в обязательную часть циклов ППССЗ Социально-гуманитарный цикл

в вариативную часть циклов ППССЗ -

Учебная дисциплина связана с дисциплиной БД.11 Основы безопасности и защиты Родины, цикл общеобразовательные учебные дисциплины.

1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ОК, ПК | Умения | Знания |
|---|---|--|
| ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно К различным контекстам | Соблюдать нормы экологической безопасности на рабочем месте; использовать на рабочем месте средства индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС | актуальный профессиональный и социальный контекст поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы |
| ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности | выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС | порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды в процессе решения задач социальной и профессиональной деятельности |
| ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде | Участвовать в работе коллектива, команды, взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами для создания человека - и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности. | Психологические аспекты деятельности трудового коллектива и личности для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте. |

| | | |
|--|---|---|
| <p>ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени</p> | <p>действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени; соблюдать правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны владеть общей физической и строевой подготовкой, навыками обязательной подготовки к военной службе; выполнять мероприятия доврачебной помощи пострадавшим; демонстрировать основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим; осуществлять профилактику инфекционных заболеваний; определять показатели здоровья и оценивать физическое состояние</p> | <p>нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основы военной безопасности и обороны государства; организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке; основы строевой, огневой и тактической подготовки; боевые традиции Вооруженных Сил России; характеристики поражений организма человека от воздействий опасных факторов; классификацию и общие признаки инфекционных заболеваний; факторы формирования здорового образа жизни</p> |
|--|---|---|

Освоение дисциплины направлено на развитие общих, профессиональных, **цифровых** компетенций:

| Код | Компетенции |
|---------------|---|
| ОК 1 | Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам. |
| ОК 2 | Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности |
| ОК 4 | Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде |
| ОК 7 | Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях |
| КК. 1. | Коммуникация и кооперация в цифровой среде |
| КК. 2. | Саморазвитие в условиях неопределенности |
| КК. 4. | Управление информацией и данными |
| КК. 5. | Критическое мышление в цифровой среде |

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.: | |
| теоретическое обучение | 36 |
| практические занятия | 34 |
| Промежуточная аттестация дифференцированный зачет в 4 семестре | 2 |

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины СГ.03 Безопасность жизнедеятельности

| Наименование разделов и тем | Содержание и формы организации деятельности обучающихся | Объем часов | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|--|--|-------------------|---|
| 1 | 2 | 3 | |
| | 4 семестр | 72 (36/36) | |
| Раздел 1. | Безопасность жизнедеятельности: теоретические основы, нормативно-правовое регулирование и органы обеспечения безопасности в Российской Федерации, предупреждение, предотвращение и ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций | 20 (14/6) | |
| Тема 1.1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности | Содержание учебного материала | 4 (4/0) | ОК 01, 02, 04, 07. КК 1, 2, 4, 5 |
| | Цели и задачи изучения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности». Опасности и их показатели. Разновидности опасностей современного мира. Защита человека и окружающей среды от опасностей. Сущность понятия «безопасность жизнедеятельности». Социальные и психологические аспекты безопасности. 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. Нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности. Способы минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями норм безопасности жизнедеятельности на рабочем месте и опасность нарушения норм для реализации идеи бережливого производства. Алгоритмы поддержания безопасных условий жизнедеятельности на рабочем месте педагога по физической культуре и спорту. Возможности применения ИКТ и цифровых инструментов для поиска актуальных сведений о безопасности жизнедеятельности для принятия обоснованных решений, связанных с профессиональным контекстом обеспечения безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды | 4 | |
| Тема 1.2. Безопасное поведение человека в чрезвычайных ситуациях и способы защиты населения от оружия массового поражения | Содержание учебного материала | 10 (6/4) | ОК 01, 02, 04, 07. КК 1, 2, 4, 5 |
| | Понятие и общая классификация чрезвычайных ситуаций. ЧС природного, техногенного и социального характера. Общие правила безопасного поведения в ЧС и особенности безопасного поведения в процессе выполнения профессиональных функций. Действия населения по сигналам гражданской обороны. Основы пожаробезопасности и электробезопасности на рабочем месте. Порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях в процессе выполнения профессиональных функций. | 6 | |
| | | | |

| | | | | | | | | | |
|--|---|----------------------------------|---|---|----------------------------------|--|---|--|--|
| | <p>Ядерное оружие и его поражающие факторы. Химическое оружие и его характеристика. Биологическое оружие и его характеристика. Средства индивидуальной и коллективной защиты населения от оружия массового поражения. Действия населения в очаге ядерного, химического и биологического поражения.</p> <p>Основы проектной деятельности в коллективе и команде по решению задач минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте. Применение принципов эффективного взаимодействия по созданию человека - и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности в процессе разработки проектных продуктов</p> | | | | | | | | |
| | <table border="1"> <tr> <td>Практическое занятие № 1.</td> <td>Правила поведения и порядок действий в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>Практическое занятие № 2.</td> <td>Использование на рабочем месте средств индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС</td> <td>2</td> </tr> </table> | Практическое занятие № 1. | Правила поведения и порядок действий в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера | 2 | Практическое занятие № 2. | Использование на рабочем месте средств индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС | 2 | | |
| Практическое занятие № 1. | Правила поведения и порядок действий в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера | 2 | | | | | | | |
| Практическое занятие № 2. | Использование на рабочем месте средств индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС | 2 | | | | | | | |
| <p>Тема 1.3. Организационные и правовые основы обеспечения безопасности жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях</p> | <p>Содержание учебного материала</p> | 4 (4/2) | <p>ОК 01, 02, 04, 07. КК 5</p> | | | | | | |
| | <p>Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. Понятие и основные задачи гражданской обороны. Организационная структура гражданской обороны. Основные мероприятия, проводимые ГО. Действия населения по сигналам гражданской обороны и особенности их выполнения в том случае, когда сигнал застал работника на рабочем месте.</p> | 4 | | | | | | | |
| | <p>Номенклатура информационных источников, применяемых в сфере безопасности жизнедеятельности: 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</p> | | | | | | | | |
| | <table border="1"> <tr> <td>Практическое занятие № 3.</td> <td>Особенности выполнения работником правил поведения и действий по сигналам гражданской обороны</td> <td>2</td> </tr> </table> | Практическое занятие № 3. | | Особенности выполнения работником правил поведения и действий по сигналам гражданской обороны | 2 | 2 | | | |
| Практическое занятие № 3. | Особенности выполнения работником правил поведения и действий по сигналам гражданской обороны | 2 | | | | | | | |
| <p>Раздел 2. Основы военной службы и медицинской подготовки</p> | | 50 (22/28) | | | | | | | |
| <p>Модуль «Основы военной службы» (для юношей)</p> | | 50 (22/28) | | | | | | | |
| <p>Тема 2.1. Исторический генезис военной службы в России</p> | <p>Содержание учебного материала</p> | 4 (2/2) | <p>ОК 01, 02, 04, 07.</p> | | | | | | |
| | <p>Содержание этапов институционального развития отечественной воинской службы: этап вечаго самообложения (вторая половина IX – XV вв.); этап ратной повинности (середина XV – XVII вв.); этап рекрутской повинности (1699 – 1873 гг.); этап всеобщей воинской обязанности и его три периода: имперский (1874 – 1917 гг.); советский (1918 – 1991 гг.); современной (с 1992 г.</p> | 2 | | | | | | | |
| | <table border="1"> <tr> <td>Практическое занятие № 4.</td> <td>Военная служба в исторической ретроспективе и перспективе</td> <td>2</td> </tr> </table> | Практическое занятие № 4. | | Военная служба в исторической ретроспективе и перспективе | 2 | 2 | | | |
| Практическое занятие № 4. | Военная служба в исторической ретроспективе и перспективе | 2 | | | | | | | |
| <p>Тема 2.2. Аксиология военной</p> | <p>Содержание учебного материала</p> | 4 (2/2) | <p>ОК 01, 02, 04, 07.</p> | | | | | | |
| | <p>Аксиология военной службы как система представлений о ценностях профессиональной</p> | 2 | | | | | | | |

| | | | | | |
|---|---|----------------------------------|---|---|---|
| службы | <p>служебной деятельности в военной сфере. Типология ценностей военной службы по различным основаниям: по отношению к военной деятельности (ценности-цели, ценности- средства, предметные и субъектные ценности); по отношению к сфере взаимодействия субъектов военной службы (военно-корпоративные и военно-профессиональные ценности); по отношению к личности военнослужащего в сфере военной деятельности (духовные, прагматические, витальные ценности).</p> <p>Россия в современном мире, оборона страны как обязательное условие мирного социально-экономического развития Российской Федерации и обеспечение её военной безопасности. Военная безопасность страны, защита граждан Российской Федерации от военных угроз, обеспечение условий для обороноспособности государства 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.</p> | | | | |
| | <table border="1"> <tr> <td>Практическое занятие № 5.</td> <td>Военная служба как личностно-значимая и общественная ценность</td> <td>2</td> </tr> </table> | Практическое занятие № 5. | Военная служба как личностно-значимая и общественная ценность | 2 | |
| Практическое занятие № 5. | Военная служба как личностно-значимая и общественная ценность | 2 | | | |
| Тема 2.3. Праксиология воинской службы | Содержание учебного материала | 4 (2/2) | ОК 01, 02, 04, 07. КК 5 | | |
| | <p>Праксиология военной деятельности как совокупность теоретических представлений об эффективной организации практической деятельности людей в военной сфере жизни общества. Военная служба как вид федеральной государственной службы и разновидность профессиональной служебной деятельности: особенности и предназначение. 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. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск, история их создания, их основные задачи. Руководство и управление Вооруженными Силами. Организация обороны Российской Федерации. Правовой статус военнослужащих. Права и обязанности военнослужащих. Социальное обеспечение военнослужащих. Понятие и сущность воинской обязанности. Воинский учет граждан. Призыв граждан на военную службу. Медицинское освидетельствование и обследование граждан при постановке их на воинский учет и при призыве на военную службу. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе. Начало, срок и окончание военной службы. Увольнение с военной службы. Прохождение военной службы по призыву, по контракту. Альтернативная гражданская служба. Ответственность военнослужащих. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации</p> | 2 | | | |
| | <table border="1"> <tr> <td>Практическое занятие № 6.</td> <td>Самоподготовка будущего призывника к осуществлению военной деятельности</td> <td>2</td> </tr> </table> | Практическое занятие № 6. | | Самоподготовка будущего призывника к осуществлению военной деятельности | 2 |
| Практическое занятие № 6. | Самоподготовка будущего призывника к осуществлению военной деятельности | 2 | | | |
| Тема 2.4. Основы строевой и | Содержание учебного материала | 8 (2/6) | ОК 01, 02, 04, 07. | | |
| | Строевая подготовка: строи и управление ими, строевые приемы и движение без оружия, | 2 | | | |

| | | | |
|---|--|-----------------|--------------------|
| физической подготовки | строевые приемы и движение с оружием, выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него, строи отделения, действия военнослужащих у автомобилей и на автомобилях. Цель и задачи физической подготовки, содержание, средства физической подготовки. Этапы проведения физической подготовки военнослужащих. Техника выполнения физических упражнений и формирования двигательных навыков. Основные формы проведения физической подготовки: учебные занятия, утренняя физическая зарядка, попутные физические тренировки | | |
| | Практическое занятие № 7. Тренинг умений строевой и физической подготовки | 6 | |
| Тема 2.5. Основы огневой подготовки | Содержание учебного материала | 6 (2/4) | |
| | Понятие «огневая подготовка». Требования к организации, порядку и мерам безопасности во время стрельб и тренировок. Правила безопасного обращения с оружием. Изучение условий выполнения упражнения начальных стрельб из стрелкового оружия. Способы удержания оружия и правильность прицеливания. Материальная часть автомата Калашникова, разборка, сборка, чистка, смазка и хранение автомата, осмотр и подготовка автомата к стрельбе, ведение огня из автомата, ручные осколочные гранаты | 2 | ОК 01, 02, 04, 07. |
| | Практическое занятие № 8. Отработка начальных навыков обращения с оружием | 4 | |
| Тема 2.6. Основы тактической подготовки | Содержание учебного материала | 2/0 | |
| | Основы общевойскового боя. Основные понятия общевойскового боя (бой, удар, огонь, маневр). Виды маневра. Походный, предбоевой и боевой порядок действия подразделений. Оборона, ее задачи и принципы. Наступление, задачи и способы | 2 | ОК 01, 02, 04, 07. |
| Тема 2.7. Основы военной топографии | Содержание учебного материала | 2/0 | |
| | Местность как элемент боевой обстановки. Тактические свойства местности, основные её разновидности и влияние на боевые действия войск. Сезонные изменения тактических свойств местности. Типы укрытий на разных типах местности (горная, степь, лес и т.д.) | 2 | ОК 01, 02, 04, 07. |
| Тема 2.8. Основы инженерной подготовки | Содержание учебного материала | 2/0 | |
| | Порядок оборудования позиции отделения. Назначение, размеры и последовательность оборудования окопа для стрелка. Шанцевый инструмент, его назначение, применение и сбережение | 2 | ОК 01, 02, 04, 07. |
| Тема 2.9. Основы военно-медицинской подготовки. Тактическая медицина | Содержание учебного материала | 16(4/12) | ОК 01, 02, 04, 07. |
| | Виды боевых ранений и опасность их получения. Состав и назначение штатных и подручных средств первой помощи. Алгоритм оказания первой помощи при различных состояниях, в т.ч. боевых ранений. | 4 | |
| | Условные зоны оказания первой помощи: характеристика особенностей «красной», «желтой» и «зеленой» зон. Объем мероприятий первой помощи в каждой зоне. Порядок выполнения мероприятий первой помощи в каждой зоне. | | |
| | Первая(доврачебная) помощь при ранениях, при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания | | |
| Первая(доврачебная) помощь при ожогах, при поражении электрическим током, при утоплении, при перегревании/переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании, при отравлениях. Реанимационные мероприятия | | | |

| | | | | |
|--|---|---|-------------------|--------------------|
| | Практическое занятие № 9. | Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации. Тренинг. Умений оказания первой (доврачебной) помощи пострадавшим | 12 | |
| Тема 2.10. Символы воинской чести. Боевые традиции Вооруженных Сил России | Содержание учебного материала | | 2/0 | |
| | Боевое Знамя части – символ воинской чести, доблести и славы. Боевые традиции Вооруженных сил РФ. Ордена – почетные награды за воинские отличия в бою и заслуги в военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Патриотизм и верность воинскому долгу. Дружба, войсковое товарищество. | | 2 | ОК 01, 02, 04, 07. |
| Модуль «Основы медицинских знаний» (для девушек) | | | 50 (22/28) | |
| Тема 2.1. Введение в микробиологию, иммунологию и эпидемиологию | Содержание учебного материала | | 12 (6/6) | ОК 01, 02, 04, 07. |
| | Определение содержания наук микробиологии, иммунологии, эпидемиологии. История развития микробиологии. Естественный микробный фон кожи. Патогенные микроорганизмы. Из истории инфекционных болезней. Классификация инфекционных заболеваний. Общие признаки инфекционных заболеваний. Бессимптомная латентная инфекция. Инфекционные заболевания и бактерионосительство. Периоды протекания инфекционных заболеваний. Воздушно-капельные инфекции. Желудочно-кишечные инфекции. Пищевые отравления бактериальными токсинами. Определение понятия «иммунитет». Виды и подвиды иммунитета. Антигены и антитела. Формы приобретенного иммунитета. Иммунитет и восприимчивость к инфекционным заболеваниям. Методы иммунопрофилактики | | 6 | |
| | Общие принципы профилактики инфекционных заболеваний. Дезинфекция, ее виды и способы. Дезинсекция, ее виды и способы. Дератизация, ее виды и способы | | | |
| | Практическое занятие № 4. | Правила госпитализации инфекционных больных | 2 | |
| | Практическое занятие № 5. | Иммунитет и методы иммунопрофилактики | 2 | |
| | Практическое занятие № 6. | Правила проведения плановых мероприятий по дезинфекции, дезинсекции и дератизации | 2 | |
| | | | | |
| Тема 2.3. Оказание первой (доврачебной) помощи при неотложных состояниях и травматизме | Содержание учебного материала | | 20 (14/16) | ОК 01, 02, 04, 07. |
| | Оценка состояния пострадавшего. Общая характеристика поражений организма человека от воздействия опасных факторов. Общие правила и порядок оказания первой медицинской помощи. Первая доврачебная помощь при различных повреждениях и состояниях организма. Транспортная иммобилизация и транспортирование пострадавших при различных повреждениях | | 6 | |
| | Понятие о неотложных состояниях, причины и факторы их вызывающие. Оказание первой доврачебной помощи при неотложных состояниях: ожогах, электротравмах, поражении молнией, отморожении, тепловом ударе, утоплении, отравлении, инсульте, мигрени. Методы доврачебной реанимации | | 8 | |
| Проблема травматизма. Понятие травмы. Виды травматических повреждений. Меры профилактики травматизма. Оказание первой (доврачебной) помощи при травмах | | | | |
| | Практическое занятие № 7. | Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации | 2 | |

| | | | | |
|--|--|---|----------------|--------------------|
| | Практическое занятие № 8. | Тренинг умений оказания первой (доврачебной) помощи при отсутствии сознания, при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца) | 4 | |
| | Практическое занятие № 9. | Тренинг умений оказания первой (доврачебной) помощи при наружных кровотечениях, при травмах различных областей тела | 2 | |
| | Практическое занятие № 10. | Тренинг умений оказания первой (доврачебной) помощи при ожогах и воздействии высоких температур, при воздействии низких температур | 2 | |
| | Практическое занятие № 11. | Тренинг умений оказания первой (доврачебной) помощи при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, при отравлениях | 2 | |
| | Практическое занятие №12. | Тренинг умений оказания первой (доврачебной) помощи при травматизме | 4 | |
| Тема 2.4. Обеспечение здорового образа жизни | Содержание учебного материала | | 8 (2/6) | ОК 01, 02, 04, 07. |
| | Здоровье и факторы его формирования. Здоровый образ жизни и его составляющие. | | | |
| | Медико-гигиенические аспекты здорового образа жизни. Двигательная активность и здоровье. Питание и здоровье. Факторы риска для здоровья. Вредные привычки и их профилактика. Понятие об иммунитете и его видах | | 2 | |
| | Практическое занятие № 13. | Показатели здоровья и факторы, их определяющие | 2 | |
| | Практическое занятие № 14. | Оценка физического состояния. | 2 | |
| | Практическое занятие № 15. | Составление индивидуальных карт здоровья с режимом дня, графиком питания с возможностью отслеживать свои показания | 2 | |
| Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета | | | 2 | |
| | | | Всего | 72 (36/36) |

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Материально-техническое обеспечение

Реализация программы дисциплины предполагает наличие

| | | |
|-------|-------------------|--|
| 3.1.1 | учебного кабинета | Безопасность жизнедеятельности |
| 3.1.2 | лаборатории | |
| 3.1.3 | зала | Библиотека Читальный зал с выходом в Интернет |
| 3.1.4 | мастерских | |

3.1.5 Оборудование учебного кабинета (лаборатории, мастерской, студии) и рабочих мест:

| № | Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения | Примечания |
|--|---|------------|
| Кабинет 30. Теории и методики физического воспитания; методики физического воспитания; теории и истории физической культуры; теории и истории физической культуры и спорта; безопасности жизнедеятельности; теории и методики организации физкультурно-спортивной работы; методического обеспечения физкультурной и спортивной деятельности; методики преподавания физической культуры по основным общеобразовательным программам; лабораторией физической и функциональной диагностики | | |
| 1. | рабочие места по количеству обучающихся | К |
| 2. | рабочее место преподавателя | 1 |
| I. | Технические средства обучения | |
| 1. | ноутбук | 1 |
| 2. | интерактивная доска | 1 |
| II. | Экранно-звуковые пособия (могут быть в цифровом виде) | |
| 1. | Видеофильмы: видеотека мультимедийных учебных программ (мультимедийные обучающие программы и электронные учебники по основным разделам БЖ, видеофильмы по разделам курса БЖ, презентации по темам безопасности жизнедеятельности) | Д |
| 2. | Слайды (диапозитивы) по разделам курса: | |
| 3. | Аудиозаписи и фонохрестоматии: | |
| III. | Печатные пособия | |
| 1. | Набор плакатов (таблиц) или электронные издания | Д |
| 2. | Схемы по разделам курсов: | |
| IV | Учебно-методические материалы по дисциплине | |
| 1 | Материалы по теоретической части дисциплины- учебно-наглядные пособия по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» | Д |
| 2 | Материалы к практическим занятиям по дисциплине | К |
| 3 | Комплекты контрольно-оценочных средств | К |
| V. | Лабораторное оборудование | |
| VI. | Демонстрационное оборудование | П |
| | <ul style="list-style-type: none"> - различные приборы (войсковой прибор химической разведки (ВПХР), дозиметры) - индивидуальные средства защиты (респираторы, противогазы, ватно- марлевые повязки) - общевойсковой защитный комплект - противохимический пакет - сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой медицинской, доврачебной помощи (сумка СМС) - перевязочные средства (бинты, лейкопластыри, вата медицинская компрессная, косынка медицинская (перевязочная), повязка медицинская большая стерильная, повязка медицинская малая стерильная) - медицинские предметы расходные (булавка безопасная, шина проволочная, шина фанерная) - грелка - жгут кровоостанавливающий | |

| | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - индивидуальный перевязочный пакет - шприц-тюбик одноразового пользования - носилки санитарные - макет простейшего укрытия в разрезе - макет убежища в разрезе - тренажер для оказания первой помощи - массогабаритный макет автомата Калашникова | |
|--|--|

Условные обозначения

Д – демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);

К – полный комплект (исходя из реальной наполняемости группы);

Ф – комплект для фронтальной работы (примерно в два раза меньше, чем полный комплект, то есть не менее 1 экз. на двух обучающихся);

П – комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих по несколько обучающихся (6-7 экз.).

2.2 Информационное обеспечение обучения

Перечень используемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 399 с.
2. Безопасность жизнедеятельности / Э. А. Арустамов [и др.] – 21-е изд., испр. и доп. – Москва: Академия, 2023. – 173 с.
3. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность): учебник для среднего профессионального образования / С. В. Белов. — 6-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024.
4. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 313 с.
5. 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, 2024. – 313 с.
6. Косолапова, Н.В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебное пособие / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – Москва: КноРус, 2021. – 156 с.
7. Косолапова, Н. В., Безопасность жизнедеятельности : учебник / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — Москва : КноРус, 2024. — 222 с.
8. Основы военной службы: учебник / В.Ю. Микрюков, В.Г. Шамаев. – 2 –изд., перераб. и доп. – Москва: КНОРУС, 2021. – 506 с.
9. Основы медицинских знаний (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях): учебное пособие ; под ред. И. В. Гайворонского. – 3-е изд., испр. и доп. – Санкт-Петербург : СпецЛит, 2021. – 311 с.
10. Сапронов, Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений СПО / Ю.Г. Сапронов, И.А. Занина. – 6-е изд., стер. – Москва: Издательский центр Академия, 2023. - 336 с.
11. Сычев, Ю. Н. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Ю.Н. Сычев. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 225 с.

Дополнительные источники

1. Константинов, Ю. С. Безопасность жизнедеятельности. Ориентирование : учебное пособие для среднего профессионального образования / Ю. С. Константинов, О. Л. Глаголева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 329 с. <https://urait.ru/bcode/539311> (дата обращения: 21.08.2024).

2. Конституция Российской Федерации с поправками 2020 года. Официальный текст. – Москва: Рольф; Айрис-Пресс, 2020. – 96с.
3. Мисюк, М.Н. Основы медицинских знаний: учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Н. Мисюк. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва : Юрайт, 2024. – 379 с.
4. Микрюков, В.Ю., Основы военной службы : учебник / В.Ю. Микрюков, В.Г. Шамаев. – Москва: КноРус, 2023. – 505 с.
5. Михаилиди, А. М. Безопасность жизнедеятельности и охрана труда на производстве : учебное пособие для СПО / А. М. Михаилиди. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, 2024. — 120 с.
6. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности : учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 639 с.
7. Родионова, О. М. Медико-биологические основы безопасности. Охрана труда : учебник для среднего профессионального образования / О. М. Родионова, Е. В. Аникина, Б. И. Лавер, Д. А. Семенов. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 599 с.
8. 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 : Издательство Юрайт, 2024.
9. Суворова, Г. М. Психологические основы безопасности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Г. М. Суворова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 183 с.
10. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе», «Федеральный закон «О статусе военнослужащего»: тексты с изменениями и дополнениями на 2009 год. Москва: Эксмо, 2009. - 176с. - (Российское законодательство)
11. Федеральный закон «Об обороне», Федеральный закон «О мобилизационной подготовке и мобилизации в Российской Федерации» (по состоянию на 20 сентября 2008 года). Новосибирск: Сибирский университет, 2008. - 43. (Военная служба)
12. Федеральный закон "О статусе военнослужащих" от 27.05.1998 N 76-ФЗ
13. Федеральный закон "О воинской обязанности и военной службе" от 28.03.1998 N 53-ФЗ
14. Федеральный закон "Об альтернативной гражданской службе" от 25.07.2002 N 113-ФЗ
15. Федеральный закон "О противодействии терроризму" от 06.03.2006 N 35-ФЗ
16. 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").

Интернет – ресурсы:

1. Безопасность в техносфере: Всероссийский научно-методический и информационный журнал. - URL: <http://www.magbvt.ru>. (дата обращения: 21.08.2024).
2. Все о пожарной безопасности. - URL: <http://www.0-1.ru> (дата обращения: 26.08.2024).

3. Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности». - URL: [<http://www.school-obz.org>] (дата обращения: 25.08.2024).

4. Безопасность жизнедеятельности : практикум для СПО / составители С. М. Гребенкин, В. А. Майнингер. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2023. — 87 с. — ISBN 978-5-4497-2205-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/131103.html>.

5. Косолапова Н.В. Безопасность жизнедеятельности: ЭУМК: учебное издание / Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е. Л. - Москва : Академия, 2023. - (Профессии среднего профессионального образования). - Текст : электронный. - URL: <https://academia-moscow.ru/catalogue/5540/692259>.

6. Основы безопасности жизнедеятельности. - URL: <http://0bj.ru/> (дата обращения: 22.08.2024).

7. Официальный сайт МЧС России. - URL: <http://www.mchs.gov.ru/> (дата обращения: 23.08.2024).

8. Первая медицинская помощь. - URL: <https://lifehacker.ru/2013/12/24/first-aid/> (дата обращения: 21.08.2024).

9. Первая медицинская помощь. - URL: <http://www.meduhod.ru> (дата обращения: 23.08.2024).

10. Портал детской безопасности. - URL: <http://www.spas-extreme.ru> (дата обращения: 23.08.2024).

11. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека. - URL: <http://www.rospotrebnadzor.ru> (дата обращения: 25.08.2024).

12. Федеральная служба по экологическому, технологическому и атомному надзору. - URL: <http://www.gosnadzor.ru> (дата обращения: 23.08.2024).

3.3 Организация образовательного процесса

Учебная дисциплина с целью обеспечения доступности образования, повышения его качества может быть реализована с применением технологий дистанционного, электронного и смешанного обучения (далее - ДОТ, ЭО, СО).

Электронное обучение и дистанционные образовательные технологии используются в дополнение к основному учебному процессу для:

- организации самостоятельной работы обучающихся (предоставление материалов в электронной форме для самоподготовки; обеспечение подготовки к практическим и лабораторным занятиям, организация возможности самотестирования и др.);

- проведения консультаций с использованием различных средств онлайн-взаимодействия в электронно-информационной образовательной среде колледжа (далее – ЭИОС), например, вебинаров, форумов, чатов;

- организации текущего и промежуточного контроля обучающихся и др.

Смешанное обучение реализуется посредством:

- организации сквозной связи аудиторной работы с работой в ЭИОС колледжа;

- регулярного взаимодействия преподавателя с обучающимися с использованием технологий ЭО и ДОТ;

- организации групповой учебной деятельности обучающихся в ЭИОС колледжа.

Основными средствами, используемыми для реализации данных технологий, являются:

- Система поддержки учебного процесса ГБПОУ "Курганский педагогический колледж", функционирующая на платформе Moodle, режим доступа: do.kpk.kss45.ru.

- Образовательная платформа «Юрайт».

- Безопасное пространство для общения по учебе «Сферум» в национальном мессенджере МАХ.

При проведении индивидуальных дистанционных занятий и занятий в малых группах используются ноутбуки с сенсорным экраном, позволяющие выполнять любые записи на экране с помощью стилуса. Для проведения онлайн-занятий с большой аудиторией обучающихся оборудованы кабинет онлайн-обучения и конференц-зал.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| <i>Результаты обучения</i> | <i>Критерии оценки</i> | <i>Методы оценки</i> |
|---|---|--|
| Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины | | |
| <p><u>Знать:</u> актуальный профессиональный и социальный контекст поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды в процессе решения задач социальной и профессиональной деятельности; психологические аспекты деятельности трудового коллектива и личности для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте; нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности</p> | <p>владеет знаниями о безопасных условиях жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; знает порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды в процессе решения задач социальной и профессиональной деятельности ориентируется в психологических аспектах деятельности трудового коллектива и личности для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте. знает нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности;</p> | <p>Письменный и устный опрос. Тестирование. Оценка результатов выполнения практических работ Промежуточная аттестация</p> |
| Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины | | |
| <p><u>Уметь:</u> выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; участвовать в работе коллектива, команды, взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами для создания человеко - и природо-защитной среды осуществления профессиональной деятельности; действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени; соблюдать нормы экологической безопасности на рабочем месте; использовать на рабочем месте средства индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС; соблюдать правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны</p> | <p>демонстрирует умение выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; эффективно участвует в работе коллектива, команды, взаимодействует с коллегами, руководством, клиентами для создания человеко - и природо-защитной среды осуществления профессиональной деятельности; соблюдает нормы экологической безопасности на рабочем месте; правильно использует на рабочем месте средства индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС правильно соблюдает правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны</p> | <p>Экспертное наблюдение за ходом выполнения практических работ. Оценка результатов выполнения практических работ</p> |
| Перечень знаний, осваиваемых в рамках модуля «Основы военной службы» (юноши) | | |
| <p><u>Знать:</u> основы военной безопасности и обороны государства; организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке; основы строевой, огневой и тактической подготовки; область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы; боевые традиции Вооруженных Сил</p> | <p>демонстрирует знания об основах военной безопасности и обороны государства; не уклоняется от службы в рядах ВС РФ; демонстрирует владение основами строевой, огневой и тактической подготовки; применяет профессиональные знания при исполнении обязанностей военной службы; демонстрирует знания боевых традиций Вооруженных Сил России</p> | <p>Письменный и устный опрос. Тестирование. Оценка результатов выполнения практических работ Промежуточная аттестация</p> |

| | | |
|---|--|---|
| России | | |
| Перечень умений, осваиваемых в рамках модуля «Основы военной службы» (юноши) | | |
| <u>Уметь:</u> владеть общей физической и строевой подготовкой, навыками обязательной подготовки к военной службе; выполнять мероприятия доврачебной помощи пострадавшим | демонстрирует общую физическую и строевую подготовку, навыки обязательной подготовки к военной службе; быстро и правильно выполняет мероприятия первой доврачебной помощи пострадавшим | Экспертное наблюдение за ходом выполнения практических работ. Оценка результатов выполнения практических работ |
| Перечень знаний, осваиваемых в рамках модуля «Основы медицинских знаний» (для девушек) | | |
| <u>Знать:</u> характеристики поражений организма человека от воздействий опасных факторов; классификацию и общие признаки инфекционных заболеваний; факторы формирования здорового образа жизни | владеет знаниями о последствиях поражений организма человека от воздействий опасных факторов; демонстрирует приемы оказания первой медико-санитарной помощи, владеет методами доврачебной реанимации; правильно классифицирует инфекционные заболевания демонстрирует знания основ здорового образа жизни | Письменный и устный опрос. Оценка результатов выполнения практических работ |
| Перечень умений, осваиваемых в рамках модуля «Основы медицинских знаний» (для девушек) | | |
| <u>Уметь:</u> демонстрировать основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим осуществлять профилактику инфекционных заболеваний; определять показатели здоровья и оценивать физическое состояние | демонстрирует основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим владеет принципами профилактики инфекционных заболеваний; определяет показатели здоровья и оценивает физическое состояние | Экспертное наблюдение за ходом выполнения практических работ. Оценка результатов выполнения практических работ |