

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РСО-АЛАНИЯ**  
**ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ**  
**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**«СЕВЕРО-ОСЕТИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТОРГОВО-**  
**ЭКОНОМИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**

# **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебной дисциплины

## **ОУД. 07 Основы безопасности жизнедеятельности**

для специальностей СПО (ППССЗ)

**38.02.04 Коммерция (по отраслям)**

**38.02.05 Товароведение и экспертиза качества потребительских товаров**

**40.02.01 Право и организация социального обеспечения**

**43.02.10 Туризм**

базовой подготовки

Форма обучения: очная

## РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО

Предметно-цикловой комиссией  
математических и естественнонаучных  
дисциплин

Протокол № 10  
от «05» 07 2022 г.

Председатель ПЦК

И.С. Пархоменко И.С. Пархоменко

## УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по УВР

И.М. Дзуцева И.М. Дзуцева  
«05» 07 2022 г.

## СОГЛАСОВАНО

Методист

З.А. Дзантиева З.А. Дзантиева  
«05» 07 2022 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана в соответствии с ФГОС среднего общего образования, на основе примерной программы общобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной ФГАУ «ФИРО» для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования (протокол №3 от 21 июля 2015 года). Регистрационный номер рецензии 379 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО».

Разработчик: преподаватель ОБЖ, БЖД Астадунов Эдуард Григорьевич.

## СОДЕРЖАНИЕ

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

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» является частью основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (ППССЗ).

Программа разработана с учетом требований ФГОС по следующим специальностям СПО (ППССЗ): 38.02.05 Товароведение и экспертиза качества потребительских товаров, 38.02.04 Коммерция (по отраслям), входящих в состав укрупнённой группы специальностей **38.00.00 Экономика и управление**, 40.02.01 Право и организация социального обеспечения, входящей в состав укрупнённой группы специальностей **40.00.00 Юриспруденция**, 43.02.10 Туризм, входящей в состав укрупнённой группы специальностей **43.00.00 Сервис и туризм**.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в профессиональной подготовке преподавателей и сотрудников системы ГО и МЧС

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

Дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» включена в общеобразовательный цикл как базовая дисциплина.

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен уметь:**

- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- применять первичные средства пожаротушения;
- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
- оказывать первую помощь пострадавшим.

- В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен знать:**
- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;
  - основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
  - основы военной службы и обороны государства;
  - задачи и основные мероприятия гражданской обороны;
  - способы защиты населения от оружия массового поражения;
  - меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
  - организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;
  - основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;
  - область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
  - порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

### **Личностные результаты реализации программы воспитания**

<b>Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)</b>	<b>Код личностных результатов реализации программы воспитания</b>
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.	<b>ЛР 1</b>
Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.	<b>ЛР 2</b>
Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	<b>ЛР 3</b>
Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа».	<b>ЛР 4</b>
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.	<b>ЛР 5</b>

Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.	<b>ЛР 6</b>
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	<b>ЛР 7</b>
Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.	<b>ЛР 8</b>
Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимость от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.	<b>ЛР 9</b>
Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.	<b>ЛР 10</b>
Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры.	<b>ЛР 11</b>
Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.	<b>ЛР 12</b>

#### **1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося 105 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 70 часов;
- самостоятельной работы обучающегося 35 часов.

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

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

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>105</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>70</b>
в том числе:	
практические занятия	<b>48</b>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>35</b>
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

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

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1</b>		<b>20</b>	
<b>Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья человека</b>			
<b>Тема 1.1.</b> <b>Сущность и содержание здорового образа жизни. Негативные факторы окружающей среды и вредные привычки, разрушающие здоровье и личность</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	1. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как основа укрепления и сохранения личного здоровья.		
	2. Факторы, обеспечивающие укрепление здоровья и формирующие гармонично развитую личность.		
	3. Табакокурение и наркотики, вред от их употребления и их профилактика.		
	4. Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Социально-экономические последствия на личность и общество.		
	5. Индивидуальные и коллективные средства безопасности.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Основные инфекционные заболевания: причины и последствия. Значение физической культуры и спорта для укрепления здоровья. Общее и специальное образование как основа духовно-нравственного формирования личности. Формы и способы предотвращения наркотической и алкогольной зависимости.	4	3
<b>Тема 1.2.</b> <b>Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	1. Проблемы демографии на современном этапе и пути их преодоления.		
	2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.		
	<b>Практические занятия</b> Первая медицинская помощь при травмах и ранениях. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и	8	1,2

	инсульте. Первая медицинская помощь при остановке сердца. Проведение реанимационных мероприятий на тренажере (типа «Гоша»). Первая доврачебная помощь при ожогах. Первая доврачебная помощь при отравлении аварийно-химическими отравляющими веществами.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Проблемы рождаемости и смертности в республике РСО-Алания. Негативные факторы окружающей среды и их воздействие на организм человека.	4	3
<b>Раздел 2</b> <b>Государственная система безопасности населения</b>		<b>40</b>	
<b>Тема 2.1.</b> <b>Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	1. Общая характеристика вероятных чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера в РСО-Алания.		
	2. Отработка правил поведения при получении сигнала о ЧС по плану образовательного учреждения.		
	3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации последствий ЧС (РСЧС).		
	<b>Практические занятия</b> Способы и приёмы оповещения, эвакуация людей при землетрясении, наводнении. Основные способы и средства пожаротушения. Главные направления и задачи предотвращения ДТП.	6	2
<b>Тема 2.2.</b> <b>Гражданская оборона составная часть обороноспособности страны</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	1. Задачи и назначение гражданской обороны страны.		
	2. Структура и органы управления гражданской обороны		
	3. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций.		



	<p><b>Практические занятия</b> Отработка навыков подбора размера противогаза и его одевания. Способы определения уровня радиационного загрязнения (назначение и конструкция прибора ДП-5В). Способы одевания (комбинезон и плащ-накидка), общевойскового защитного комплекта (ОЗК).</p>	8	2
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Основные задачи гражданской обороны в мирное и военное время. Основные задачи подразделений ГО объекта (предприятия и учреждения).</p>	4	3
<p><b>Тема 2.3.</b> <b>Организация коллективной и индивидуальной защиты населения</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p>	2	1
	1. Защитные сооружения ГО.		
	2. Индивидуальные средства защиты граждан. ОТ ОМП.		
	3. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.		
	<p><b>Практические занятия</b> Структура бомбоубежищ, их виды и назначение. Организационные мероприятия на объекте при эвакуации людей в ЧС.</p>	6	2
<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Оказание первой помощи пострадавшим при проведении аварийно-спасательных работ на объекте (предприятия и учреждения).</p>	4	3	
<p><b>Тема 2.4.</b> <b>Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p>	2	1
	1. МЧС России – федеральный орган управления защиты населения от ЧС.		
	2. Другие государственные службы защиты населения от опасности: полиция, скорая медицинская помощь.		
<p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Российский красный крест, его задачи по оказанию помощи населению в ЧС на современном этапе.</p>	4	3	
<p><b>Раздел 3</b> <b>Основы обороны государства и воинская обязанность</b></p>		<b>23</b>	

<b>Тема 3.1.</b> <b>История создания Вооружённых Сил России. Боевые традиции Вооружённых Сил России</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	1. Организационная структура ВС.		
	2. Военная обязанность – почетный долг гражданина России.		
	3. Патриотизм и верность воинскому долгу		
	4. Символы воинской чести – Боевое знамя и Ордена.		
5. Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации.			
	<b>Практические занятия</b> Историческое значение Великой Отечественной Войны. Великие военачальники Советской Армии и их роль в победе над фашизмом.	6	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Историческое значение Отечественной войны 1812 года.	3	3
<b>Тема 3.2.</b> <b>Военнослужащий – защитник отечества. Как стать офицером Российской армии</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	1. Виды воинской деятельности и их особенности в видах Вооружённых Сил и родах войск.		
	2. Единоначалие – принцип строительства ВС РФ.		
	3. Основные виды военных образовательных учреждений профессиональной подготовки.		
	4. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения.		
	<b>Практические занятия</b> Основные задачи и назначение войск ПВО. Уставы внутренней службы РА.	6	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Порядок призыва и сроки службы в Вооружённых Силах РФ. Устав караульной службы подразделения РА.	4	3
<b>Раздел 4</b> <b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>		<b>22</b>	
<b>Тема 4.1.</b> <b>Здоровый образ жизни –</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	1. Здоровый образ жизни и его составляющие.		

<b>необходимое условие гармонично развитой личности. Вредные привычки и их профилактика. Наркотики и влияние на организм человека.</b>	2.Факторы, разрушающие здоровье.		
	3.Охрана труда на предприятиях и производственная безопасность.		
	4.Алкоголь и его влияние на человека.		
	5.Табакокурение – его влияние на нервную, кровеносную и другие системы.		
	6.Социальные последствия пристрастия к наркотикам.		
	7.Наркомания и токсикомания.		
	<b>Практические занятия</b> Сквернословие, табакокурение – пороки личности. Самообразование, занятие хобби, как основа избавления от вредных привычек.	8	2
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> СПИД – заболевание века. Вирусный гепатит (А, В, С,) как следствие беспорядочных отношений и нездорового образа жизни. Как не начать курить и употреблять алкоголь? Наркотическая зависимость: сущность и содержание. Виды наркотиков и их воздействия на организм.	8	3	
<b>Тема 4.2.</b> <b>Правила личной жизни и здоровья человека</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	1
	1. Правовые аспекты взаимоотношений полов. Брак и семья.		
	2. Основные функции семьи.		
	3. Права и обязанности родителей.		
<b>Дифференцированный зачет</b>		2	3
<b>Всего:</b>		<b>105</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
3. продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Безопасность жизнедеятельности».

Оборудование учебного кабинета:

- шкафы, стенды, стеллажи;
- комплект плакатов;
- приборы дозиметрического контроля;
- газоизмерительные приборы;
- индивидуальные средства защиты органов дыхания и кожи;
- самоспасатели;
- медицинские средства защиты, санитарная сумка;
- первичные средства пожаротушения (в т. ч. все виды огнетушителей);
- робот тренажер (типа «Гоша»).

Технические средства обучения:

- аудио-, видео-, проекционная аппаратура;
- экран настенный;
- учебные видеофильмы;
- средства программного обеспечения и контроля знаний.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

##### Основные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности. Учебник под ред. Арустамова Э.А. М.: ВИНТИ, 2008.
2. Безопасность жизнедеятельности. Учебник под ред. Белова СВ. М.: Высшая школа, 2008.г.
3. Безопасность жизнедеятельности. Учебник Белов СВ., Ильницкая А.В., Козьяков А.Ф. М.: Высшая школа, 2007.
4. Основы военной службы. Учебное пособие под ред. Смирнова А.Т. М.: АСАДЕМА, 2007.
5. Дополнительные источники:
6. Учения и тренировки по гражданской обороне, предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Методическое пособие под ред. Фалеева М.И. М.: Институт риска и безопасности, 2008.
7. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.
8. Журналы: «Основы безопасности жизнедеятельности», «Военные знания».

**Нормативные правовые документы:**

1. Федеральный закон от 21.12.1994г. № 68-ФЗ (ред. от 25.11.09) «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»
2. Федеральный закон от 10.01.2002г. № 7-ФЗ (ред. от 14.03.09) «Об охране окружающей среды»
3. Федеральный закон от 22.07.2008г. № 123-ФЗ «Технический регламент о требованиях пожарной безопасности»
4. Федеральный закон от 28.03.1998г. № 53-ФЗ (ред. 21.12.09) «О воинской обязанности и воинской службе»
5. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003г. № 794 (ред. от 16.07.09)
6. «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций»
7. Постановление Правительства РФ от 11.11.2006г. № 663 «Об утверждении положения о призыве на военную службу граждан Российской Федерации»
8. Постановление Правительства РФ от 31.12.1999г. № 1441 (ред. 15.06.09) «Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе»

Справочная правовая система «Консультант Плюс», «Гарант»

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Умения:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;</li> <li>– предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;</li> <li>– использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;</li> <li>– применять первичные средства пожаротушения;</li> <li>– ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;</li> <li>– применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;</li> <li>– владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;</li> <li>– оказывать первую помощь пострадавшим.</li> </ul>	Проверка практических навыков, тестирование, внеаудиторная самостоятельная работа.
<b>Знания:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>– принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;</li> <li>– основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;</li> <li>– основы военной службы и обороны государства;</li> <li>– задачи и основные мероприятия гражданской обороны;</li> </ul>	Опрос, проверка практических навыков, тестирование, внеаудиторная самостоятельная работа.

- |  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>– способы защиты населения от оружия массового поражения;</li><li>– меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;</li><li>– организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;</li><li>– основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;</li><li>– область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;</li><li>– порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</li></ul> |  |
|--|--|