

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Костромской государственный университет»  
(КГУ)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
**ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Специальность 39.02.01 Социальная работа  
Квалификация выпускника: специалист по социальной работе  
Кафедра социальная работа

**Кострома  
2024**

Разработал:

Шапкина И.М.

доцент кафедры техносферной  
безопасности, к.э.н.

Рабочая программа дисциплины «*Основы безопасности жизнедеятельности*» разработана на основании федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 39.02.01 Социальная работа, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 26.08.2022 г. № 773.

В соответствии учебным планом по специальности 39.02.01 Социальная работа, одобренным Ученым советом КГУ 01.04.2024 г. протокол заседания №10, год начала подготовки 2025.

УТВЕРЖДЕНО:

На заседании кафедры социальной работы

Протокол заседания №7 от 25.03.2024 г.

Заведующий кафедрой Социальной работы

к.пед.н., доцент Веричева О.Н.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1.</b>	<b>41.1.Область применения рабочей программы.</b>	<b>4</b>
<b>1.2.</b>	<b>Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы.....</b>	<b>4</b>
<b>1.4.</b>	<b>Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:</b>	<b>5</b>
<b>2.2</b>	<b>Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»</b>	<b>7</b>
<b>3.</b>	<b>УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>21</b>
<b>3.1.</b>	<b>Наличие специально оборудованной аудитории:</b>	<b>21</b>
<b>3.2.</b>	<b>Информационное обеспечение обучения:</b>	<b>21</b>
<b>4.</b>	<b>КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>22</b>

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

### 1.1. Область применения рабочей программы.

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования. В учебных планах ППССЗ учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в состав общих учебных дисциплин из обязательных предметных областей ФГОС среднего общего образования.

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

Дисциплина входит в блок ОП Общеобразовательная подготовка, среднее (полное) общее образование СО, общеобразовательные дисциплины, ОУД-10, изучается в 1 и 2 семестре очной формы обучения; 1 курс.

### 1.3. Цели и задачи дисциплины, требования к результатам освоения дисциплины:

**Целью** изучения учебного предмета ОБЖ на уровне среднего общего образования является достижение выпускниками базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с актуальными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

способность применять принципы и правила безопасного поведения в повседневной жизни на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин и механизмов возникновения и развития различных опасных и чрезвычайных ситуаций, готовности к применению необходимых средств и действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций;

сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного и группового безопасного поведения в интересах благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства;

знание и понимание роли личности, общества и государства в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

По учебному предмету "Основы безопасности жизнедеятельности" (базовый уровень) требования к предметным результатам освоения базового курса по основам безопасности жизнедеятельности должны отражать:

Код и наименование формируемых компетенций	Планируемые образовательные результаты обучения	
	Общие	Дисциплинарные
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	В части трудового воспитания: - готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие; - готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность; - интерес к различным сферам профессиональной деятельности,	- сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами

	<p>Овладение универсальными учебными познавательными действиями:</p> <p>а) базовые логические действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать ее всесторонне;</li> <li>- устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения;</li> <li>- определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;</li> <li>- выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях;</li> <li>- вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;</li> <li>- развивать креативное мышление при решении жизненных проблем</li> </ul> <p>б) базовые исследовательские действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем;</li> <li>- выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу ее решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;</li> <li>- анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях;</li> <li>- уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;</li> <li>- уметь интегрировать знания из разных предметных областей;</li> <li>- выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения;</li> <li>- способность их использования в познавательной и социальной практике</li> </ul>	<p>предупреждения опасных и экстремальных ситуаций;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях</li> </ul>
<p>ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности</p>	<p>В области ценности научного познания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, способствующего осознанию своего места в поликультурном мире;</li> <li>- совершенствование языковой и читательской культуры как средства взаимодействия между людьми и познания мира;</li> <li>- осознание ценности научной деятельности, готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе;</li> </ul> <p>Овладение универсальными учебными познавательными действиями:</p> <p>в) работа с информацией:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проявить нетерпимость к проявлениям насилия в социальном взаимодействии;</li> <li>- знать о способах безопасного поведения в цифровой среде;</li> <li>- уметь применять их на практике;</li> <li>- уметь распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- создавать тексты в различных форматах с учетом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации;</li> <li>- оценивать достоверность, легитимность информации, ее соответствие правовым и морально-этическим нормам;</li> <li>- использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;</li> <li>- владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности;</li> </ul>	
<p>ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях</p>	<p>В области духовно-нравственного воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность нравственного сознания, этического поведения;</li> <li>- способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности;</li> <li>- осознание личного вклада в построение устойчивого будущего;</li> <li>- ответственное отношение к своим родителям и (или) другим членам семьи, созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни в соответствии с традициями народов России;</li> </ul> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>а) самоорганизация:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;</li> <li>- самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;</li> <li>- давать оценку новым ситуациям;</li> </ul> <p>способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень;</p> <p>б) самоконтроль:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>использовать приемы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения;</li> <li>- уметь оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению;</li> </ul> <p>в) эмоциональный интеллект, предполагающий сформированность:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать, исходя из своих возможностей;</li> <li>- эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других, учитывать его</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать представления о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;</li> <li>- владеть основами медицинских знаний: владеть приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знать меры профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья;</li> <li>сформировать представления о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знать о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера;</li> <li>- сформировать представления о роли России в современном мире;</li> <li>угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знать основы обороны государства и воинской службы;</li> <li>прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны</li> </ul>

	<p>при осуществлении коммуникации, способность к сочувствию и сопереживанию;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и разрешать конфликты</li> </ul>	
<p>ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;</li> <li>- овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;</li> </ul> <p>Овладение универсальными коммуникативными действиями:</p> <p>б) совместная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;</li> <li>- принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников, обсуждать результаты совместной работы;</li> <li>- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;</li> <li>- осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным</li> </ul> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>г) принятие себя и других людей:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности;</li> <li>- признавать свое право и право других людей на ошибки;</li> <li>- развивать способность понимать мир с позиции другого человека</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- знать основы безопасного, конструктивного общения,</li> <li>- уметь различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера;</li> <li>- уметь предупреждать опасные явления и противодействовать им</li> </ul>
<p>ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- осознание обучающимися российской гражданской идентичности;</li> <li>- целенаправленное развитие внутренней позиции личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций, формирование системы значимых ценностно-смысловых установок, антикоррупционного мировоззрения, правосознания, экологической культуры, способности ставить цели и строить жизненные планы;</li> </ul> <p>В части гражданского воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка;</li> <li>- принятие традиционных национальных, общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей;</li> <li>- готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;</li> <li>- готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать представления о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;</li> <li>- знать основы безопасного, конструктивного общения, уметь различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;</li> <li>- сформировать представления об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знать роль государства в противодействии терроризму; уметь различать приемы</li> </ul>

	<p>самоуправлении в общеобразовательной организации и детско-юношеских организациях;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением;</li> <li>- готовность к гуманитарной и волонтерской деятельности;</li> </ul> <p>патриотического воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России;</li> <li>- ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях и труде;</li> <li>- идейная убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу;</li> </ul> <p>освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способность их использования в познавательной и социальной практике, готовность к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности, организации учебного сотрудничества с педагогическими работниками и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории;</li> <li>- овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности</li> </ul>	<p>вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знать порядок действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знать порядок действий при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать представления о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знать основы обороны государства и воинской службы; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны;</li> <li>- знать основы государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области;</li> <li>- знать основы государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформировать представления о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности</li> </ul>
--	--	---



<p>ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях</p>	<p>В области экологического воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознание глобального характера экологических проблем;</li> <li>- планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества;</li> <li>- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;</li> <li>- умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их;</li> <li>- расширение опыта деятельности экологической направленности;</li> <li>- овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать представления о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владеть основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>- сформировать представления о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте. Знать правила безопасного поведения на транспорте, уметь применять их на практике, знать о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;</li> <li>- знать о способах безопасного поведения в природной среде; уметь применять их на практике; знать порядок действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформировать представления об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;</li> <li>- знать основы пожарной безопасности; уметь применять их на практике для предупреждения пожаров; знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности</li> </ul>
<p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;</li> <li>- наличие мотивации к обучению и личностному развитию;</li> </ul> <p>В части физического воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть основами медицинских знаний: владеть приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знать меры профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья;</li> </ul>

<p>необходимого уровня физической подготовленности</p>	<p>- потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;</p> <p>- активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;</p> <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>а) самоорганизация:</p> <p>- самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;</p> <p>- давать оценку новым ситуациям;</p> <p>- расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений;</p> <p>- делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;</p> <p>- оценивать приобретенный опыт;</p> <p>- способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень</p>	<p>сформировать представления о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знать о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера</p>
--	---	--

### **1.3.Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

- максимальной учебной нагрузки обучающегося 68 часов, в том числе:
- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 68 часов.

## 2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>68</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>68</b>
в том числе:	
Теоретическое обучение (лекции)	<b>18</b>
Практическая работа (семинары)	<b>48</b>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	
в том числе подготовка:	
<i>К письменным контрольным работам</i>	
<i>К практическим занятиям</i>	
<i>Консультации</i>	
<b>Патт</b>	<b>2</b>
<b><i>Итоговый контроль</i></b>	<i>1 семестр – другие формы контроля, 2 семестр – зачет с оценкой</i>

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

*Очная форма обучения*

1 семестр

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся.	М а к с и м у ч е б н а я н а г р у з к а с т у д е н т а, ч а с	Объем часов					Уровень освоения	
			Лек ции	Ла бо ра то рн ые	П ра кт ич ески е	Самос тоятельная работ а	Са мос тоятельна я работ а		
			Всего						
<b>Раздел 1</b>	<b>Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе (2 ч)</b>								

<b>Тема 1.1</b>	Современные представления о культуре безопасности. Влияние поведения на безопасность. Рискоориентированный подход к обеспечению безопасности на уровне личности, общества, государства.			2					2
<b>Раздел 2</b>	<b>Безопасность в быту (6 ч)</b>								
<b>Тема 2.1</b>	Источники опасности в быту. Профилактика и первая помощь при отравлениях.			2					3
<b>Тема 2.2</b>	Безопасность в быту. Предупреждение травм и первая помощь при них. Пожарная безопасность в быту.					2			2
<b>Тема 2.3</b>	Безопасное поведение в местах общего пользования					2			2
<b>Раздел 3</b>	<b>Безопасность на транспорте (6 ч)</b>								
<b>Тема 3.1</b>	Безопасность дорожного движения.			2					2
<b>Тема 3.2</b>	Порядок действий при ДТП.					2			2
<b>Тема 3.3</b>	Безопасное поведение на разных видах транспорта.					2			2
<b>Раздел 4</b>	<b>Безопасность в общественных местах (6 ч)</b>								
<b>Тема 4.1</b>	Безопасность в общественных местах. Опасности социально-психологического характера.			2					2
<b>Тема 4.2</b>	Безопасность в общественных местах. Опасности криминального характера.					2			2
<b>Тема 4.3</b>	Безопасность в общественных местах. Действия при пожаре, обрушении конструкции, угрозе или совершении террористического акта.			2					2
<b>Раздел 5</b>	<b>Безопасность в природной среде (8 ч)</b>								

<b>Тема 5.1</b>	Безопасность в природной среде. Выживание в автономных условиях.			2					3
<b>Тема 5.2</b>	ЧС природного характера. Природные пожары. ЧС геологического характера: землетрясения, извержения вулканов, оползни, сели, камнепады, снежные лавины.					2			2
<b>Тема 5.3</b>	ЧС гидрологического характера: наводнения, паводки, половодья, цунами. ЧС метеорологического характера: бури, ливни, град, мороз, жара.					2			2
<b>Тема 5.4</b>	Экологическая грамотность и разумное природопользование			2					2
<b>Раздел 6</b>	<b>Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний (8 ч)</b>								
<b>Тема 6.1</b>	Факторы, влияющие на здоровье человека. Здоровый образ жизни.			2					2
<b>Тема 6.2</b>	Инфекционные заболевания. Значение вакцинации в борьбе с инфекционными заболеваниями.					2			3
<b>Тема 6.3</b>	Неинфекционные заболевания. Факторы риска и меры профилактики. Роль диспансеризации для сохранения здоровья. Психическое здоровье и психологическое благополучие.			2					3
<b>Тема 6.4</b>	Первая помощь					2			2
<b>Консультация</b>									
<b>Семестровый контроль</b>									
<b>Итоговый контроль</b>									
<b>Всего за семестр:</b>									
			36	18		18			
<b>2 семестр</b>									

<b>Раздел 7</b>	<b>Безопасность в социуме(8 ч)</b>								
<b>Тема 7.1</b>	Общение в жизни человека. Межличностное общение, общение в группе.					2			3
<b>Тема 7.2</b>	Конфликты и способы их разрешения.					2			3
<b>Тема 7.3</b>	Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия.					2			2
<b>Тема 7.4</b>	Психологические способы воздействия на большие группы людей.					2			3
<b>Раздел 8</b>	<b>Безопасность в информационном пространстве (8 ч)</b>								
<b>Тема 8.1</b>	Безопасность в цифровой среде					2			2
<b>Тема 8.2</b>	Опасности, связанные с использованием программного обеспечения.					2			2
<b>Тема 8.3</b>	Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде					2			3
<b>Тема 8.4</b>	Достоверность информации в цифровой среде. Защита прав в информационном пространстве.					2			2
<b>Раздел 9</b>	<b>Основы противодействия терроризму и экстремизму (6 ч)</b>								
<b>Тема 9.1</b>	Экстремизм и терроризм как угроза устойчивому развитию общества					2			3
<b>Тема 9.2</b>	Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта.					2			2
<b>Тема 9.3</b>	Противодействие экстремизму и терроризму					2			2
<b>Раздел 10</b>	<b>Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения (8 ч)</b>								

<b>Тема 10.1</b>	Оборона страны как обязательное условие ее благополучного развития					4			2
<b>Тема 10.2</b>	Защита населения и территорий от ЧС					2			2
<b>Тема 10.3</b>	Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении национальной безопасности					2			2
<b>Консультация</b>									
<b>Семестровый контроль</b>									
<b>Итоговый контроль</b>		2							
<b>Всего за семестр:</b>		<b>2</b>	<b>30</b>			<b>30</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)*



## Организация внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа по изучаемой дисциплине осуществляется в соответствии с тематическим планом.

Преподаватель осуществляет организацию самостоятельной работы в соответствии с Положением об организации внеаудиторной самостоятельной работы обучающихся при реализации программ среднего профессионального образования.

При проведении аудиторных занятий в течение семестра преподаватель выдает задания для самостоятельной работы в соответствии тематическим планом работы. Вопросы для подготовки к текущему контролю, контрольным работам, коллоквиумам, темы рефератов, докладов указаны в фонде оценочных средств по изучаемой дисциплине.

### 2.3 Содержание учебной дисциплины

#### 1 семестр

<b>Раздел 1</b>	<b>Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе (2 ч)</b>
<b>Тема 1.1</b>	Современные представления о культуре безопасности. Влияние поведения на безопасность. Рискоориентированный подход к обеспечению безопасности на уровне личности, общества, государства.
<b>Раздел 2</b>	<b>Безопасность в быту (6 ч)</b>
<b>Тема 2.1</b>	Источники опасности в быту. Профилактика и первая помощь при отравлениях.
<b>Тема 2.2</b>	Безопасность в быту. Предупреждение травм и первая помощь при них. Пожарная безопасность в быту.
<b>Тема 2.3</b>	Безопасное поведение в местах общего пользования
<b>Раздел 3</b>	<b>Безопасность на транспорте (6 ч)</b>
<b>Тема 3.1</b>	Безопасность дорожного движения.
<b>Тема 3.2</b>	Порядок действий при ДТП.
<b>Тема 3.3</b>	Безопасное поведение на разных видах транспорта.
<b>Раздел 4</b>	<b>Безопасность в общественных местах (6 ч)</b>
<b>Тема 4.1</b>	Безопасность в общественных местах. Опасности социально-психологического характера.
<b>Тема 4.2</b>	Безопасность в общественных местах. Опасности криминального характера.
<b>Тема 4.3</b>	Безопасность в общественных местах. Действия при пожаре, обрушении конструкции, угрозе или совершении террористического акта.
<b>Раздел 5</b>	<b>Безопасность в природной среде (8 ч)</b>
<b>Тема 5.1</b>	Безопасность в природной среде. Выживание в автономных условиях.
<b>Тема 5.2</b>	ЧС природного характера. Природные пожары. ЧС геологического характера: землетрясения, извержения вулканов, оползни, сели, камнепады, снежные лавины.
<b>Тема 5.3</b>	ЧС гидрологического характера: наводнения, паводки, половодья, цунами. ЧС метеорологического характера: бури, ливни, град, мороз, жара.
<b>Тема 5.4</b>	Экологическая грамотность и разумное природопользование

<b>Раздел 6</b>	<b>Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний (8 ч)</b>
<b>Тема 6.1</b>	Факторы, влияющие на здоровье человека. Здоровый образ жизни.
<b>Тема 6.2</b>	Инфекционные заболевания. Значение вакцинации в борьбе с инфекционными заболеваниями.
<b>Тема 6.3</b>	Неинфекционные заболевания. Факторы риска и меры профилактики. Роль диспансеризации для сохранения здоровья. Психическое здоровье и психологическое благополучие.
<b>Тема 6.4</b>	Первая помощь

2 семестр

**Семестровый контроль: зачет, диф. зачет**

<b>Раздел 7</b>	<b>Безопасность в социуме(8 ч)</b>
<b>Тема 7.1</b>	Общение в жизни человека. Межличностное общение, общение в группе.
<b>Тема 7.2</b>	Конфликты и способы их разрешения.
<b>Тема 7.3</b>	Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия.
<b>Тема 7.4</b>	Психологические способы воздействия на большие группы людей.
<b>Раздел 8</b>	<b>Безопасность в информационном пространстве (8 ч)</b>
<b>Тема 8.1</b>	Безопасность в цифровой среде
<b>Тема 8.2</b>	Опасности, связанные с использованием программного обеспечения.
<b>Тема 8.3</b>	Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде
<b>Тема 8.4</b>	Достоверность информации в цифровой среде. Защита прав в информационном пространстве.
<b>Раздел 9</b>	<b>Основы противодействия терроризму и экстремизму (6 ч)</b>
<b>Тема 9.1</b>	Экстремизм и терроризм как угроза устойчивому развитию общества
<b>Тема 9.2</b>	Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта.
<b>Тема 9.3</b>	Противодействие экстремизму и терроризму
<b>Раздел 10</b>	<b>Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения (8 ч)</b>
<b>Тема 10.1</b>	Оборона страны как обязательное условие ее благополучного развития
<b>Тема 10.2</b>	Защита населения и территорий от ЧС
<b>Тема 10.3</b>	Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении национальной безопасности

#### 2.4 ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

<b>1 семестр</b>	
<b>Раздел 2</b>	<b>Безопасность в быту</b>
<b>Тема 2.2</b>	Безопасность в быту. Предупреждение травм и первая помощь при них. Пожарная безопасность в быту.
<b>Тема 2.3</b>	Безопасное поведение в местах общего пользования
<b>Раздел 3</b>	<b>Безопасность на транспорте</b>
<b>Тема 3.2</b>	Порядок действий при ДТП.
<b>Тема 3.3</b>	Безопасное поведение на разных видах транспорта.
<b>Раздел 4</b>	<b>Безопасность в общественных местах</b>
<b>Тема 4.2</b>	Безопасность в общественных местах. Опасности криминального характера.

3.

<b>Раздел 5</b>	<b>Безопасность в природной среде</b>
<b>Тема 5.2</b>	ЧС природного характера. Природные пожары. ЧС геологического характера: землетрясения, извержения вулканов, оползни, сели, камнепады, снежные лавины.
<b>Тема 5.3</b>	ЧС гидрологического характера: наводнения, паводки, половодья, цунами. ЧС метеорологического характера: бури, ливни, град, мороз, жара.
<b>Раздел 6</b>	<b>Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний.</b>
<b>Тема 6.2</b>	Инфекционные заболевания. Значение вакцинации в борьбе с инфекционными заболеваниями.
<b>Тема 6.4</b>	Первая помощь
<b>Раздел 7</b>	<b>Безопасность в социуме</b>
<b>Тема 7.1</b>	Общение в жизни человека. Межличностное общение, общение в группе.
<b>Тема 7.2</b>	Конфликты и способы их разрешения.
<b>Тема 7.3</b>	Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия.
<b>Тема 7.4</b>	Психологические способы воздействия на большие группы людей.
<b>Раздел 8</b>	<b>Безопасность в информационном пространстве</b>
<b>Тема 8.1</b>	Безопасность в цифровой среде
<b>Тема 8.2</b>	Опасности, связанные с использованием программного обеспечения.
<b>Тема 8.3</b>	Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде
<b>Тема 8.4</b>	Достоверность информации в цифровой среде. Защита прав в информационном пространстве.
<b>Раздел 9</b>	<b>Основы противодействия терроризму и экстремизму</b>
<b>Тема 9.1</b>	Экстремизм и терроризм как угроза устойчивому развитию общества
<b>Тема 9.2</b>	Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта.
<b>Тема 9.3</b>	Противодействие экстремизму и терроризму
<b>Раздел 10</b>	<b>Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения</b>
<b>Тема 10.1</b>	Оборона страны как обязательное условие ее благополучного развития
<b>Тема 10.2</b>	Защита населения и территорий от ЧС
<b>Тема 10.3</b>	Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении национальной безопасности

### УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Наличие специально оборудованной аудитории:

Лаборатория Кабинет безопасности жизнедеятельности Б-413,	Обеспечение (м/т): Аудитория для лабораторных занятий
---	--

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения:

##### Основная литература:

Основная
----------

<p>Основы безопасности жизнедеятельности : 11 класс : учебник / Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Льянская Л.И., Маслов М.В.; под ред. Егорова С.Н., - М. : «Просвещение», 2023. – 320 с. : ил., 8 л. цв. вкл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-09-102338-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/334652">https://e.lanbook.com/book/334652</a></p>
<p>Основы безопасности жизнедеятельности : 10 класс : учебник / Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Льянская Л.И., Маслов М.В.; под ред. Егорова С.Н., - М. : «Просвещение», 2023. – 383 с. : ил., 8 л. цв. вкл. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-09-108748-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="https://e.lanbook.com/book/334649">https://e.lanbook.com/book/334649</a></p>
<p><b>Дополнительная</b></p>
<p>Плошкин, В.В. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие для вузов / В.В. Плошкин. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - Ч. 1. - 380 с. : ил., табл. - ISBN 978-5-4475-3694-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=271548">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=271548</a></p>
<p>Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студ. среднего проф. образования : в 2 ч. Ч. 2 / М-во образования и науки РФ, Костром. гос. ун-т ; [сост.: Е. В. Кривошеина, И. М. Шапкина ; под общ. ред. Г. К. Букалова]. - Электрон. текст. данные. - Кострома : КГУ, 2018. - 87 с. - Библиогр.: с. 84. - ISBN 978-5-8285-0951-5 : Б. ц.</p>
<p>Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студ. среднего проф. образования : в 2 ч. Ч. 1 / М-во образования и науки РФ, Костром. гос. ун-т ; [сост.: Е. В. Кривошеина, И. М. Шапкина ; под общ. ред. Г. К. Букалова]. - Электрон. текст. данные. - Кострома : КГУ, 2017. - 101 с. - Библиогр.: с. 99. - ISBN 978-5-8285-0863-1 : Б. ц.</p>

#### Базы данных, Интернет-ресурсы, информационно-справочные и поисковые системы

1. Сайт МЧС России: Режим доступа: <http://mchs.gov.ru>
2. Сайт журнала «Основы безопасности жизнедеятельности» Режим доступа: <http://www.school-obz.org>

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения учащимися индивидуальных заданий, исследований.

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения учащимися индивидуальных заданий, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p><b>В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:</b>  доступно объяснять значение здорового образа жизни для обеспечения личной безопасности и здоровья; предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решения и действовать, обеспечивая личную безопасность; соблюдать правила дорожного движения в качестве пешехода, пассажира и водителя транспортного средства (велосипеда, мопеда); действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очага возгорания; соблюдать правила личной безопасности в криминогенных ситуациях и в местах скопления большого количества людей;</p>	<p><b>Текущий контроль:</b> (устный опрос; тестирование по вопросам темы; коллоквиум; подготовка презентаций контрольная работа по темам)</p>

<p>пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;</p> <p><b>В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:</b></p> <p>основные составляющие здорового образа жизни, обеспечивающие духовное, физическое и социальное благополучие; потенциальные опасности техногенного и социального характера, возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности; меры безопасности при активном отдыхе в природных условиях; основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства; наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации техногенного характера, их последствия и классификацию; организацию защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера в Российской Федерации; права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности; приемы и правила оказания первой медицинской помощи.</p>	
<p><b>Итоговый контроль:</b></p>	<p><i>Зачет с оценкой (тестирование)</i></p>