

**МИНИСТЕРСТВО СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ, ОПЕКИ И  
ПОПЕЧИТЕЛЬСТВА ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ**

**Областное государственное бюджетное профессиональное образовательное  
учреждение социального обслуживания  
«Иркутский реабилитационный техникум»**

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

**Иркутск, 2023**

## **СОГЛАСОВАНО**

Методическим объединением  
«ИВТ. ОП»  
Протокол № 8  
от «11» апреля 2023 г.

## **УТВЕРЖДЕНО**

Методическим советом  
ОГБПОУСО «ИРТ»  
Протокол № 6  
от «12» апреля 2023 г.

### **Разработчик:**

Орешкова Е.В., преподаватель ОГБПОУСО «ИРТ»

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 09.01.03 Оператор информационных систем и ресурсов, утвержденного приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от «11» ноября 2022 г. № 974.

Содержание программы реализуется в процессе освоения обучающимися программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих по профессии СПО 09.01.03 Оператор информационных систем и ресурсов.

### **Эксперты:**

#### **Внутренняя экспертиза:**

Техническая экспертиза: Терманова Н.Б., мастер производственного обучения ОГБПОУСО ИРТ, председатель методического объединения «ИВТ. ОП»

Содержательная экспертиза: Токарева И.А., методист ОГБПОУСО «ИРТ»

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>10</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>	<b>12</b>

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## «Безопасность жизнедеятельности»

### 1.1. Область применения программы:

Рабочая программа учебной дисциплины (далее программа УД) является частью программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих ОГБПОУСО «ИРТ» по профессии СПО 09.01.03 Оператор информационных систем и ресурсов.

### 1.2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы: учебная дисциплина входит в социально-гуманитарный цикл.

Учебная дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» обеспечивает формирование и развитие общих компетенций по профессии 09.01.03 Оператор информационных систем и ресурсов в соответствии с ФГОС СПО. Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 04, ОК 06, ОК 07:

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

### 1.3. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания:

Код ЛРВ, ОК	Умения	Знания
ОК 04 ОК 06 ОК 07	– идентифицировать основные опасности среды обитания человека; – оценивать воздействие опасностей на человека и окружающую среду;	– основы взаимодействия в системе «человек – среда обитания»; – методы анализа и защиты от опасностей техносферы;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>– соблюдать нормы экологической безопасности;</li> <li>– оказывать первую помощь пострадавшим;</li> <li>– владеть способами бесконфликтного общения;</li> <li>– применять знания законодательства в области военной службы</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– методы обеспечения безопасности жизнедеятельности в штатных и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>– правила оказания первой помощи пострадавшим;</li> <li>– основы военной службы и обороны государства</li> </ul>
--	--	--

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

объем образовательной программы учебной дисциплины – 36 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося – 34 часа;
- промежуточная аттестация – 2 часа.

## 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>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	<b>36</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	22
лабораторные работы	не предусмотрено
практические занятия	12
контрольная работа	не предусмотрено
консультации	не предусмотрено
самостоятельная работа	не предусмотрено
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	<b>2</b>

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

Наименование разделов и тем	№ п/п	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы обучающихся, консультации, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Формируемые компетенции (код ОК, ПК)	Формы контроля
1	2	3	4	5	6
<b>Раздел 1.</b> Теоретические основы безопасности жизнедеятельности			4		
<b>Тема 1.1.</b> Общие понятия о системе «человек-среда обитания»	<b>Содержание учебного материала</b>		2		
	1	Опасность и безопасность. Критерии состояния техносферы. Человеческий фактор и опасности техносферы. Основные формы деятельности человека и его энергозатраты.	1	ОК 04, ОК 07	– тестовый контроль; – устный опрос
	2	<b>Практическое занятие № 1.</b> Выявление видов и характера воздействия опасностей в системе «человек-среда обитания»	1	ОК 07	– экспертное наблюдение в процессе практических занятий; – оценка результатов выполнения практического задания;
<b>Тема 1.2.</b> Воздействие опасностей на человека и техносферу	<b>Содержание учебного материала</b>		2		
	3	Параметры микроклимата и жизнедеятельность человека. Вредные вещества. Акустические колебания и вибрации. Электромагнитные поля и излучения. Электрический ток. Сочетанное действие факторов и здоровье человека. Социальные факторы окружающей среды.	1	ОК 04, ОК 07	– тестовый контроль; – устный опрос
	4	<b>Практическое занятие № 2.</b> Определение параметров микроклимата	1	ОК 07	– экспертное наблюдение в процессе практических занятий; – оценка результатов выполнения практического задания;
<b>Раздел 2.</b> Обеспечение безопасных и комфортных условий жизнедеятельности			2		
<b>Тема 2.1.</b> Защита среды	<b>Содержание учебного материала</b>		1		
	5	Вентиляция и кондиционирование. Освещение. Защита атмосферного воздуха. Определение предельно допустимых выбросов загрязняющих веществ. Средства защиты атмосферы. Защита гидросферы. Средства защиты гидросферы. Питьевая вода и методы обеспечения ее качества. Защита земель. Обращение с отходами. Требования безопасности к пищевым продуктам	1	ОК 04, ОК 07	– тестовый контроль; – устный опрос
<b>Тема 2.2.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		1		

Защита от опасностей техносферы	6	Анализ опасностей. Средства снижения травмоопасности технических систем. Защита от механического травмирования. Средства электробезопасности. Защита от энергетических воздействий. Обобщенное защитное устройство. Методы и средства защиты от шума и вибрации. Методы и средства защиты от электромагнитных полей. Средства защиты от инфракрасного, ультрафиолетового, лазерного и ионизирующего излучений. Защита от пожаров и взрывов	1	ОК 04, ОК 07	– тестовый контроль; – устный опрос
<b>Раздел 3.</b> Чрезвычайные ситуации			<b>4</b>		
<b>Тема 3.1</b> Основные понятия о чрезвычайных ситуациях	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>		
	7	Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Чрезвычайные ситуации военного, биолого-социального и террористического характера. Государственное регулирование в области защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях		ОК 04, ОК 07	– тестовый контроль; – устный опрос
<b>Тема 3.2</b> Безопасность техносферы в чрезвычайных ситуациях	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>3</b>		
	8	Безопасность населения в чрезвычайных ситуациях. Устойчивость функционирования объектов экономики в чрезвычайных ситуациях. Ликвидация последствий чрезвычайных ситуаций. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы. Первая помощь в чрезвычайных ситуациях.	1	ОК 04, ОК 07	– тестовый контроль; – устный опрос
	9	<b>Практическое занятие № 3.</b> Отработка вариантов эвакуации при различных чрезвычайных ситуациях.	1	ОК 04, ОК 07	– экспертное наблюдение в процессе практических занятий; – оценка результатов выполнения практического задания;
	10	<b>Практическое занятие № 4.</b> Оказание первой помощи пострадавшим	1	ОК 04, ОК 07	– экспертное наблюдение в процессе практических занятий; – оценка результатов выполнения практического задания;
<b>Раздел 4.</b> Основы военной службы			<b>24</b>		
<b>Тема 4.1.</b> Законодательство в области военной службы. Система руководства ВС РФ	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>8</b>		
	11-12	Воинская обязанность. Военнослужащий – защитник своего Отечества.	2	ОК 04, ОК 06	– тестовый контроль; – устный опрос
	13-14	Правовые основы военной службы в РФ	2	ОК 04, ОК 06	– тестовый контроль; – устный опрос
	15-16	Система руководства и управления Вооруженными Силами РФ	2	ОК 04, ОК 06	– тестовый контроль; – устный опрос



	17-18	<b>Практическое занятие № 5.</b> Анализ и применение знаний Конституции РФ, Федеральных законов «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе».	2	ОК 04, ОК 06	– экспертное наблюдение в процессе практических занятий; – оценка результатов выполнения практического задания;
<b>Тема 4.2.</b> Боевые традиции Вооруженных Сил России	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>16</b>		
	19-20	История создания Вооруженных Сил России	2	ОК 04, ОК 06	– тестовый контроль; – устный опрос
	21-22	Состав и организационная структура Вооруженных Сил РФ	2	ОК 04, ОК 06	– тестовый контроль; – устный опрос
	23-24	Основные рода войск Вооруженных Сил России	2	ОК 04, ОК 06	– тестовый контроль; – устный опрос
	25-26	Символы воинской чести. Воинские звания	2	ОК 04, ОК 06	– тестовый контроль; – устный опрос
	27-28	Организация воинского учета. Виды прохождения военной службы	2	ОК 04, ОК 06	– тестовый контроль; – устный опрос
	29-30	<b>Практическое занятие №6.</b> Анализ структур различных видов Вооруженных Сил РФ	2	ОК 04, ОК 06	– экспертное наблюдение в процессе практических занятий; – оценка результатов выполнения практического задания;
	31-32	<b>Практическое занятие №7.</b> Освоение приемов строевой подготовки. Построение в шеренгу, колонну. Перестроения.	2	ОК 04, ОК 06	– экспертное наблюдение в процессе практических занятий; – оценка результатов выполнения практического задания;
33-34	<b>Практическое занятие №8.</b> Решение ситуационных задач: стратегии конструктивного решения конфликтов	2	ОК 04, ОК 06	– экспертное наблюдение в процессе практических занятий; – оценка результатов выполнения практического задания	
<b>Дифференцированный зачёт</b>			<b>2</b>		
			<b>Всего:</b>	<b>36</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

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

Оборудование учебного кабинета:

- рабочее место преподавателя;
- рабочие места по количеству обучающихся;
- комплект учебно-методической документации по предмету «Безопасность жизнедеятельности»;
- классная доска (меловая);
- мебель (шкафы) для хранения наглядных, методических и учебных пособий, техники;
- средства оказания первой помощи пострадавшим;
- манекен для отработки навыков оказания первой помощи;
- образцы средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи;
- компасы и другие средства, которые помогут спасению в экстренной ситуации.

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- мультимедиа проектор;
- экран.

**3.2. Информационное обеспечение реализации программы** (перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы)

#### **Основные источники**

1. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студенческих учреждений СПО/ Н.В. Косолапова. – М.: Издательский центр «Академия», 2021. – 368 с.

2. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студ. Учреждений сред. Проф. Образования / Ю.Г. Сапронов. – М.: Издательский центр «Академия», 2017. – 336 с.

#### **Дополнительные источники:**

1. Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности: учебник: Допущено Минобразованием России/ Э.А. Арустамов, Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко и др. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 176 с.

2. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл. учеб. для общеобразоват. учреждений/ А.Т. Смирнов.-11-е изд.-М.: Просвещение, 2011. – 210 с.

3. Топоров И.К. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы: Учеб. для учащихся общеобразовательных учреждений/ И.К. Топоров - М.: Просвещение, 2011. – 120 с.

### **Электронные издания (электронные ресурсы)**

1. Курбатов, В. А. Безопасность жизнедеятельности. Основы чрезвычайных ситуаций : учебное пособие для СПО / В. А. Курбатов, Ю. С. Рысин, С. Л. Яблочников. — Саратов: Профобразование, 2020. — 121 с. — ISBN 978-5-4488-0820-3. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/93574.html>

2. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности: учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 639 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13550-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495884>.

3. Широков, Ю. А. Защита в чрезвычайных ситуациях и гражданская оборона / Ю. А. Широков. — 2-е изд., испр. и доп. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 556 с. — ISBN 978-5-8114-9508-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/293030>

4. Безопасность жизнедеятельности / Н. В. Горькова, А. Г. Фетисов, Е. М. Мессинева, Н. Б. Мануйлова. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2023. — 220 с. — ISBN 978-5-507-45693-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/279821>

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

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы взаимодействия в системе «человек – среда обитания»;</li> <li>– методы анализа и защиты от опасностей техносферы;</li> <li>– методы обеспечения безопасности жизнедеятельности в штатных и чрезвычайных ситуациях;</li> <li>– правила оказания первой помощи пострадавшим;</li> <li>– основы военной службы и обороны государства</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– тестовый контроль;</li> <li>– устный опрос</li> </ul>
<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– идентифицировать основные опасности среды обитания человека;</li> <li>– оценивать воздействие опасностей на человека и окружающую среду;</li> <li>– соблюдать нормы экологической безопасности;</li> <li>– оказывать первую помощь пострадавшим;</li> <li>– владеть способами бесконфликтного общения;</li> <li>– применять знания законодательства в области военной службы, соблюдать нормы речевого этикета.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– экспертное наблюдение в процессе практических занятий;</li> <li>– Оценка результатов выполнения практического задания;</li> </ul>