

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
2025

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 30.05.2025 г. протокол заседания №14, год начала подготовки 2025

УТВЕРЖДЕНО:

На заседании кафедры социальной работы

Протокол заседания №9 от 30.05.2025 г.

Заведующий кафедрой Социальной работы

к.пед.н., доцент Веричева О.Н.

СОДЕРЖАНИЕ

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

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, Овладение универсальными учебными	- 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 предупреждения опасных и

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

	<p>назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации;</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать достоверность, легитимность информации, ее соответствие правовым и морально-этическим нормам; - 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; - владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности; 	
<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"> - сформированность нравственного сознания, этического поведения; - способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности; - осознание личного вклада в построение устойчивого будущего; - 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; <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>а) самоорганизация:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях; - самостоятельно составлять план решения проблемы с учетом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений; - давать оценку новым ситуациям; <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"> - использовать приемы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения; - уметь оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению; <p>в) эмоциональный интеллект, предполагающий сформированность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать, исходя из своих возможностей; - эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других, учитывать его при осуществлении коммуникации, способность к 	<ul style="list-style-type: none"> - сформировать представления о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении; - владеть основами медицинских знаний: владеть приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знать меры профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; - 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; - 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

	<p>сочувствию и сопереживанию;</p> <ul style="list-style-type: none"> - социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и разрешать конфликты 	
<p>ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде</p>	<ul style="list-style-type: none"> - готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; - овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности; <p>Овладение универсальными коммуникативными действиями:</p> <p>б) совместная деятельность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы; - принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по ее достижению: составлять план действий, распределять роли с учетом мнений участников обсуждать результаты совместной работы; - координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия; - осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным <p>Овладение универсальными регулятивными действиями:</p> <p>г) принятие себя и других людей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности; - признавать свое право и право других людей на ошибки; - развивать способность понимать мир с позиции другого человека 	<ul style="list-style-type: none"> - знать основы безопасного, конструктивного общения, - уметь различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; - уметь предупреждать опасные явления и противодействовать им
<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"> - осознание обучающимися российской гражданской идентичности; - 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; <p>В части гражданского воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка; - принятие традиционных национальных, общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей; - готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам; - готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в общеобразовательной организации и детско-юношеских организациях; 	<ul style="list-style-type: none"> - сформировать представления о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении; - знать основы безопасного, конструктивного общения, уметь различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им; - сформировать представления об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знать роль государства в противодействии терроризму; уметь различать приемы вовлечения в экстремистскую и

	<ul style="list-style-type: none"> - умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением; - готовность к гуманитарной и волонтерской деятельности; патриотического воспитания: - 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; - ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях и труде; - идейная убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу; освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные); - 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; - овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности 	<p>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"> - 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; - 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; - 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
--	---	---

<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"> - сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознание глобального характера экологических проблем; - планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; - умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их; - расширение опыта деятельности экологической направленности; - овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности; 	<ul style="list-style-type: none"> - 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; - 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; - 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; - 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
<p>ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и</p>	<ul style="list-style-type: none"> - готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению; - наличие мотивации к обучению и личностному развитию; <p>В части физического воспитания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью; 	<ul style="list-style-type: none"> - владеть основами медицинских знаний: владеть приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знать меры профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения

<p>поддержания 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>психического здоровья;</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

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	68
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	68
в том числе:	
Теоретическое обучение (лекции)	18
Практическая работа (семинары)	48
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	
в том числе подготовка:	
<i>К письменным контрольным работам</i>	
<i>К практическим занятиям</i>	
<i>Консультации</i>	
Патт	2
Итоговый контроль	<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.	Максимальное количество часов	Объем часов					Уровень освоения
			Лекции	Лабораторные	Практические	Самостоятельная работа	Самостоятельная работа	
		Всего						
Раздел 1	Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе (2 ч)							

Тема 1.1	Современные представления о культуре безопасности. Влияние поведения на безопасность. Рискоориентированный подход к обеспечению безопасности на уровне личности, общества, государства.			2					2
Раздел 2	Безопасность в быту (6 ч)								
Тема 2.1	Источники опасности в быту. Профилактика и первая помощь при отравлениях.			2					3
Тема 2.2	Безопасность в быту. Предупреждение травм и первая помощь при них. Пожарная безопасность в быту.					2			2
Тема 2.3	Безопасное поведение в местах общего пользования					2			2
Раздел 3	Безопасность на транспорте (6 ч)								
Тема 3.1	Безопасность дорожного движения.			2					2
Тема 3.2	Порядок действий при ДТП.					2			2
Тема 3.3	Безопасное поведение на разных видах транспорта.					2			2
Раздел 4	Безопасность в общественных местах (6 ч)								
Тема 4.1	Безопасность в общественных местах. Опасности социально-психологического характера.			2					2
Тема 4.2	Безопасность в общественных местах. Опасности криминального характера.					2			2
Тема 4.3	Безопасность в общественных местах. Действия при пожаре, обрушении конструкции, угрозе или совершении террористического акта.			2					2
Раздел 5	Безопасность в природной среде (8 ч)								
Тема 5.1	Безопасность в природной среде.			2					3

	Выживание в автономных условиях.								
Тема 5.2	ЧС природного характера. Природные пожары. ЧС геологического характера: землетрясения, извержения вулканов, оползни, сели, камнепады, снежные лавины.					2			2
Тема 5.3	ЧС гидрологического характера: наводнения, паводки, половодья, цунами. ЧС метеорологического характера: бури, ливни, град, мороз, жара.					2			2
Тема 5.4	Экологическая грамотность и разумное природопользование			2					2
Раздел 6	Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний (8 ч)								
Тема 6.1	Факторы, влияющие на здоровье человека. Здоровый образ жизни.			2					2
Тема 6.2	Инфекционные заболевания. Значение вакцинации в борьбе с инфекционными заболеваниями.					2			3
Тема 6.3	Неинфекционные заболевания. Факторы риска и меры профилактики. Роль диспансеризации для сохранения здоровья. Психическое здоровье и психологическое благополучие.			2					3
Тема 6.4	Первая помощь					2			2
Консультация									
Семестровый контроль									
Итоговый контроль									
Всего за семестр:									
			36	18		18			
2 семестр									
Раздел 7	Безопасность в социуме(8 ч)								

Тема 7.1	Общение в жизни человека. Межличностное общение, общение в группе.					2			3
Тема 7.2	Конфликты и способы их разрешения.					2			3
Тема 7.3	Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия.					2			2
Тема 7.4	Психологические способы воздействия на большие группы людей.					2			3
Раздел 8	Безопасность в информационном пространстве (8 ч)								
Тема 8.1	Безопасность в цифровой среде					2			2
Тема 8.2	Опасности, связанные с использованием программного обеспечения.					2			2
Тема 8.3	Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде					2			3
Тема 8.4	Достоверность информации в цифровой среде. Защита прав в информационном пространстве.					2			2
Раздел 9	Основы противодействия терроризму и экстремизму (6 ч)								
Тема 9.1	Экстремизм и терроризм как угроза устойчивому развитию общества					2			3
Тема 9.2	Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта.					2			2
Тема 9.3	Противодействие экстремизму и терроризму					2			2
Раздел 10	Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения (8 ч)								
Тема 10.1	Оборона страны как обязательное					4			2

	условие ее благополучного развития								
Тема 10.2	Защита населения и территорий от ЧС					2			2
Тема 10.3	Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении национальной безопасности					2			2
Консультация									
Семестровый контроль									
Итоговый контроль		2							
Всего за семестр:		2	30				30		

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

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

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

2 семестр

Семестровый контроль: зачет, диф. зачет

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

2.4 ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

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

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

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

дованной аудитории:

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

3.2. Информационное обеспечение обучения:

Основная литература:

Основная
Основы безопасности жизнедеятельности : 11 класс : учебник / Хренников Б.О., Гололобов Н.В.,

Льняная 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: https://e.lanbook.com/book/334652
Основы безопасности жизнедеятельности : 10 класс : учебник / Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Льняная 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: https://e.lanbook.com/book/334649
Дополнительная
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: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271548
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.
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.

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>В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:</p> <p>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; пользоваться средствами индивидуальной и</p>	<p><i>Текущий контроль:(устный опрос; тестирование по вопросам темы; коллоквиум; подготовка презентаций контрольная работа по темам)</i></p>

<p>коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;</p> <p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:</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>Итоговый контроль:</p>	<p><i>Зачет с оценкой (тестирование)</i></p>