

РОСЖЕЛДОР  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Ростовский государственный университет путей сообщения»  
(ФГБОУ ВО РГУПС)  
Волгоградский техникум железнодорожного транспорта  
(ВТЖТ – филиал РГУПС)

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

для специальности

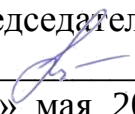
23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного  
состава железных дорог (локомотивы)

ОДОБРЕНО

УТВЕРЖДАЮ

Цикловой комиссией  
общегуманитарных и социально-  
экономических дисциплин

Председатель ЦК

 Л.Г. Алейникова

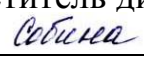
«30» мая 2025 г.

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20 г.

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20 г.

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20 г.

Заместитель директора

 Е.В. Соби́на

«30» мая 2025 г.

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20 г.

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20 г.

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана для специальности  
23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог  
(локомотивы)

**Организация-разработчик:** Волгоградский техникум железнодорожного  
транспорта – филиал федерального государственного бюджетного  
образовательного учреждения высшего образования «Ростовский  
государственный университет путей сообщений».

**Разработчик:** Кахияни Д.А., преподаватель ВТЖТ – филиала РГУПС

## **СОДЕРЖАНИЕ**

|                                                                                                              |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ<br/>УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «БЕЗОПАСНОСТЬ<br/>ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»</b> | <b>6</b>  |
| <b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ<br/>ДИСЦИПЛИНЫ</b>                                                      | <b>8</b>  |
| <b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>                                                              | <b>15</b> |
| <b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ<br/>УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>                                      | <b>16</b> |

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина СГ. 03 «Безопасность жизнедеятельности» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 23.02.06 Техническая эксплуатация подвижного состава железных дорог.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ОК                                                                                                                                                             | Умения                                                                                                                                                                  | Знания                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам                                                           | соблюдать нормы экологической безопасности на рабочем месте;<br>использовать на рабочем месте средства индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС              | актуальный профессиональный и социальный контекст поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;<br>область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы |
| ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности | выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС | порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды в процессе решения задач социальной и профессиональной деятельности      |
| ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в                                                                                                                   | выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем                                                                                    | порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых                                                                                                                                                              |

|                                                                                                                                                                                                                          |     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| коллективе<br>команде                                                                                                                                                                                                    | и   | поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС                                                                                                                                                                                                                                                                        | инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды в процессе решения задач социальной и профессиональной деятельности                                                                                                                                                                                                                               |
| ОК<br>Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени | 07. | действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;<br>соблюдать правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны;<br>выполнять мероприятия доврачебной помощи пострадавшим;<br>демонстрировать основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим;<br>осуществлять профилактику инфекционных заболеваний; | нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности;<br>основы военной безопасности и обороны государства;<br>организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;<br>характеристики поражений организма человека от воздействий опасных факторов;<br>классификацию и общие признаки инфекционных заболеваний; |

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

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

| <b>Вид учебной работы</b>                                 | <b>Объем в часах</b> |
|-----------------------------------------------------------|----------------------|
| <b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b> | <b>80</b>            |
| <b>в т.ч.</b>                                             |                      |
| практические занятия                                      | 36                   |
| теоретическое обучение                                    | 42                   |
| Самостоятельная работа                                    | -                    |
| Промежуточная аттестация                                  | <b>2</b>             |
| <b>Промежуточная аттестация проводится в форме зачета</b> |                      |

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем                                                                                        | Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| 1                                                                                                                  | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 3                                                                     | 4                                                                     |
|                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 80                                                                    |                                                                       |
| <b>Раздел 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности и поведение человека в чрезвычайных ситуациях</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 16                                                                    |                                                                       |
| <b>Тема 1.1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности</b>                                               | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 6                                                                     | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07                                            |
|                                                                                                                    | Цели и задачи изучения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности». Разновидности опасностей современного мира. Защита человека и окружающей среды от опасностей. Сущность понятия «безопасность жизнедеятельности». Возникновение и развитие научных представлений о человеко- и природо-защитной деятельности. Представление о системе «человек – среда обитания», ее структуре и функциональных связях. Системы безопасности и их структура. Вред, ущерб – виды и характеристики. Нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности. Способы минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями норм безопасности жизнедеятельности на рабочем месте. Алгоритмы поддержания безопасных условий жизнедеятельности на рабочем месте <sup>1</sup> | 6                                                                     |                                                                       |
| <b>Тема 1.2. Безопасное поведение человека</b>                                                                     | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 10                                                                    | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07                                            |
|                                                                                                                    | Понятие и общая классификация чрезвычайных ситуаций. ЧС природного, техногенного и социального характера. Общие правила безопасного поведения в ЧС и                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 6                                                                     |                                                                       |

<sup>1</sup> Здесь и далее общие алгоритмические предписания по поддержанию безопасных условий жизнедеятельности и действий в ЧС конкретизируется самостоятельно разработчиками РПД применительно к специфике осваиваемой обучающимися профессиональной деятельности и типичных опасностей которые могут возникать в процессе ее осуществления

|                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------|
| <b>в чрезвычайных ситуациях.<br/>Противодействие распространению идеологии экстремизма и терроризма.</b> | особенности безопасного поведения в процессе выполнения профессиональных функций. Действия населения по сигналам гражданской обороны<br>Порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях в процессе выполнения профессиональных функций.<br>Обеспечение безопасности при обнаружении подозрительных предметов, угрозе совершения и совершённом теракте.                                                                                                                                                                                                                                                   |           |                            |
|                                                                                                          | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>4</b>  |                            |
|                                                                                                          | Практическое занятие № 1 Использование на рабочем месте средств индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2         |                            |
|                                                                                                          | Практическое занятие № 2 Правила поведения и действия по сигналам гражданской обороны                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2         |                            |
| <b>Раздел 2. Основы военной службы и медицинской подготовки</b>                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>62</b> |                            |
| <b>Модуль «Основы военной службы» (для юношей)»</b>                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>62</b> |                            |
| <b>Тема 2.1.<br/>Основы военной безопасности Российской Федерации</b>                                    | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>6</b>  | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07 |
|                                                                                                          | Россия в современном мире, оборона страны как обязательное условие мирного социально-экономического развития Российской Федерации и обеспечение её военной безопасности. Военная служба в исторической ретроспективе и перспективе. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск, история их создания, их основные задачи. Руководство и управление Вооруженными Силами. Организация обороны Российской Федерации                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 6         |                            |
| <b>Тема 2.2.<br/>Организационные и правовые основы военной службы в Российской Федерации</b>             | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>12</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07 |
|                                                                                                          | Военная служба как вид федеральной государственной службы и разновидность профессиональной служебной деятельности: особенности и предназначение. Правовой статус военнослужащих. Права и обязанности военнослужащих. Социальное обеспечение военнослужащих. Понятие и сущность воинской обязанности. Воинский учет граждан. Призыв граждан на военную службу. Медицинское освидетельствование и обследование граждан при постановке их на воинский учет и при призыве на военную службу. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе. Начало, срок и окончание военной службы. Увольнение с военной службы. Прохождение военной службы по призыву, по контракту. Альтернативная гражданская | 6         |                            |

|                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |           |                            |
|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------|
|                                                          | служба. Ответственность военнослужащих.<br>Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |           |                            |
|                                                          | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>6</b>  |                            |
|                                                          | Практическое занятие № 3 Самоподготовка будущего призванного к осуществлению военной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 2         |                            |
|                                                          | Практическое занятие № 4 Отработка действий лиц суточного наряда по роте в различных ситуациях.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2         |                            |
|                                                          | Практическое занятие № 5 Отработка действий часового и порядка применения оружия в различных ситуациях.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 2         |                            |
| <b>Тема 2.3. Основы строевой и физической подготовки</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>16</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07 |
|                                                          | Строевая подготовка: строи и управление ими.<br>Цель и задачи физической подготовки, содержание, средства физической подготовки. Этапы проведения физической подготовки военнослужащих.                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 2         |                            |
|                                                          | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>14</b> |                            |
|                                                          | Практическое занятие № 6 Общая физическая и строевая подготовка                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2         |                            |
|                                                          | Практическое занятие № 7 Строевая стойка и повороты на месте.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2         |                            |
|                                                          | Практическое занятие № 8 Движение строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2         |                            |
|                                                          | Практическое занятие № 9 Повороты в движении.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2         |                            |
|                                                          | Практическое занятие № 10 Выход из строя и постановка в строй, подход к начальнику и отход от него.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2         |                            |
|                                                          | Практическое занятие № 11 Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 2         |                            |
|                                                          | Практическое занятие № 12 Построение и отработка движения походным строем.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2         |                            |
| <b>Тема 2.4. Основы огневой подготовки</b>               | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>10</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07 |
|                                                          | Понятие «огневая подготовка». Требования к организации, порядку и мерам безопасности во время стрельб и тренировок. Правила безопасного обращения с оружием. Изучение условий выполнения упражнения начальных стрельб из стрелкового оружия. Способы удержания оружия и правильность прицеливания. Материальная часть автомата Калашникова, разборка, сборка, чистка, смазка и хранение автомата, осмотр и подготовка автомата к стрельбе, ведение огня из автомата, ручные осколочные гранаты | 4         |                            |

|                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                             |          |                            |
|-----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------------------------|
|                                                                             | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                     | <b>6</b> |                            |
|                                                                             | Практическое занятие № 13 Неполная разборка и сборка автомата.                                                                                                                                                                                              | 2        |                            |
|                                                                             | Практическое занятие № 14 Отработка нормативов по неполной разборке и сборке автомата.                                                                                                                                                                      | 2        |                            |
|                                                                             | Практическое занятие № 15 Принятие положения для стрельбы, подготовка автомата к стрельбе, прицеливание.                                                                                                                                                    | 2        |                            |
| <b>Тема 2.5. Основы тактической подготовки</b>                              | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                        | <b>2</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07 |
|                                                                             | Основы общевойскового боя. Основные понятия общевойскового боя (бой, удар, огонь, маневр). Виды маневра. Походный, предбоевой и боевой порядок действия подразделений. Оборона, ее задачи и принципы. Наступление, задачи и способы                         | 2        |                            |
| <b>Тема 2.6. Основы военной топографии</b>                                  | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                        | <b>2</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07 |
|                                                                             | Местность как элемент боевой обстановки. Тактические свойства местности, основные её разновидности и влияние на боевые действия войск. Сезонные изменения тактических свойств местности. Типы укрытий на разных типах местности (горная, степь, лес и т.д.) | 2        |                            |
| <b>Тема 2.7. Основы инженерной подготовки</b>                               | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                        | <b>2</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07 |
|                                                                             | Порядок оборудования позиции отделения. Назначение, размеры и последовательность оборудования окопа для стрелка. Шанцевый инструмент, его назначение, применение и сбережение                                                                               | 2        |                            |
| <b>Тема 2.8. Основы военно-медицинской подготовки. Тактическая медицина</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                        | <b>8</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07 |
|                                                                             | Виды боевых ранений и опасность их получения. Состав и назначение штатных и подручных средств первой помощи. Алгоритм оказания первой помощи при различных состояниях, в т.ч. боевых ранений.                                                               | 2        |                            |
|                                                                             | Условные зоны оказания первой помощи: характеристика особенностей «красной», «желтой» и «зеленой» зон. Объем мероприятий первой помощи в каждой зоне. Порядок выполнения мероприятий первой помощи в каждой зоне.                                           |          |                            |
|                                                                             | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                     | <b>6</b> |                            |
|                                                                             | Практическое занятие № 16 Наложение кровоостанавливающего жгута (закрутки), пальцевое прижатие артерий                                                                                                                                                      | 2        |                            |
|                                                                             | Практическое занятие № 17 Оказание первой медицинской помощи при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания.                                                                                                         | 2        |                            |
|                                                                             | Практическое занятие № 18 . Реанимационные мероприятия с использованием робота                                                                                                                                                                              | 2        |                            |

|                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |           |                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------|
|                                                                                     | тренажера (типа «Гоша»).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |           |                            |
| <b>Тема 2.9.<br/>Символы воинской чести. Боевые традиции Вооруженных Сил России</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>4</b>  | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07 |
|                                                                                     | Боевое Знамя части – символ воинской чести, доблести и славы. Боевые традиции Вооруженных сил РФ. Ордена – почетные награды за воинские отличия в бою и заслуги в военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Патриотизм и верность воинскому долгу. Дружба, войсковое товарищество.                                                                           | 4         |                            |
| <b>Модуль «Основы медицинских знаний» (для девушек)</b>                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>34</b> |                            |
| <b>Тема 2.1.<br/>Общие правила оказания первой помощи</b>                           | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>16</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07 |
|                                                                                     | Оценка состояния пострадавшего. Общая характеристика поражений организма человека от воздействия опасных факторов. Общие правила и порядок оказания первой медицинской помощи. Первая доврачебная помощь при различных повреждениях и состояниях организма. Транспортная иммобилизация и транспортирование пострадавших при различных повреждениях                               | 6         |                            |
|                                                                                     | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>10</b> |                            |
|                                                                                     | Практическое занятие № 1 Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации                                                                                                                                                                                                                                                                  | 2         |                            |
|                                                                                     | Практическое занятие № 2 Первая помощь при отсутствии сознания, при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца)                                                                                                                                                                                                                                             | 2         |                            |
|                                                                                     | Практическое занятие № 3 Первая помощь при наружных кровотечениях, при травмах различных областей тела                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2         |                            |
|                                                                                     | Практическое занятие № 4 Первая помощь при ожогах и воздействии высоких температур, при воздействии низких температур                                                                                                                                                                                                                                                            | 2         |                            |
|                                                                                     | Практическое занятие № 5 Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, при отравлениях                                                                                                                                                                                                                                                                   | 2         |                            |
|                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |           |                            |
| <b>Тема 2.2.<br/>Профилактика инфекционных заболеваний</b>                          | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>8</b>  | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07 |
|                                                                                     | Из истории инфекционных болезней. Классификация инфекционных заболеваний. Общие признаки инфекционных заболеваний. Естественный микробный фон кожи. Патогенные микроорганизмы. Бессимптомная латентная инфекция. Инфекционные заболевания и бактерионосительство. Периоды протекания инфекционных заболеваний. Воздушно-капельные инфекции. Желудочно-кишечные инфекции. Пищевые | 6         |                            |

|                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |           |                               |
|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------|
|                                                                 | отравления бактериальными токсинами. Определение понятия «иммунитет». Виды и подвиды иммунитета. Антигены и антитела. Формы приобретенного иммунитета. Иммунитет и восприимчивость к инфекционным заболеваниям. Методы иммунопрофилактики. Общие принципы профилактики инфекционных заболеваний. |           |                               |
|                                                                 | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>2</b>  |                               |
|                                                                 | Практическое занятие № 6 Правила госпитализации инфекционных больных                                                                                                                                                                                                                             | 2         |                               |
| <b>Тема 2.3.<br/>Обеспечение<br/>здорового образа<br/>жизни</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>10</b> | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 04, ОК 07 |
|                                                                 | Здоровье и факторы его формирования. Здоровый образ жизни и его составляющие. Двигательная активность и здоровье. Питание и здоровье. Вредные привычки. Факторы риска. Понятие об иммунитете и его видах                                                                                         | 6         |                               |
|                                                                 | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>4</b>  |                               |
|                                                                 | Практическое занятие № 7 Показатели здоровья и факторы, их определяющие                                                                                                                                                                                                                          | 2         |                               |
|                                                                 | Практическое занятие № 8 Оценка физического состояния                                                                                                                                                                                                                                            | 2         |                               |
| <b>Промежуточная аттестация</b>                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>2</b>  |                               |
| <b>Всего:</b>                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>80</b> |                               |

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

#### **3.1. Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены следующие специальные помещения:**

Кабинет Основ безопасности и защиты Родины/Безопасности жизнедеятельности, оснащенный необходимым для реализации программы учебной дисциплины оборудованием.

#### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список, может быть дополнен новыми изданиями.

##### **3.2.1. Основные печатные издания**

1. Косолапова, Н. В., Безопасность жизнедеятельности : учебник / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — Москва : КноРус, 2024. — 222 с. — ISBN 978-5-406-12361-4. — Текст: непосредственный.

2. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности. [Текст]: Учебник / В.Ю. Микрюков. – Москва.: КНОРУС, 2024. – 288 с. – ISBN 978-5-406-12387-4

##### **3.2.2. Основные электронные издания**

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

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

##### **3.2.3. Дополнительные источники**

1. Микрюков, В. Ю., Основы военной службы : учебник / В. Ю. Микрюков, В. Г. Шамаев. — Москва : КноРус, 2023. — 505 с. — ISBN 978-5-406-10496-5. — URL: <https://book.ru/book/945216>. — Текст : электронный.

2. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности: учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 639 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17400-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/542696>.

3.Официальный сайт МЧС РФ [Электронный ресурс] - URL: <http://www.mchs.gov.ru>.

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

| <i>Результаты обучения</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <i>Критерии оценки</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                      |
| <u>Знать:</u><br>актуальный профессиональный и социальный контекст поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды в процессе решения задач социальной и профессиональной деятельности; психологические аспекты деятельности трудового коллектива и личности для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте; нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности | владеет знаниями о безопасных условиях жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; знает порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды в процессе решения задач социальной и профессиональной деятельности ориентируется в психологических аспектах деятельности трудового коллектива и личности для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте. знает нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; | Письменный и устный опрос. Тестирование. Оценка результатов выполнения практических занятий Промежуточная аттестация |
| <b>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                      |
| <u>Уметь:</u><br>выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; участвовать в работе                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | демонстрирует умение выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС; эффективно участвует в работе коллектива, команды,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Экспертное наблюдение за ходом выполнения практических занятий. Оценка результатов выполнения практических занятий   |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>коллектива, команды, взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами для создания человеко - и природо-защитной среды осуществления профессиональной деятельности;</p> <p>действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;</p> <p>соблюдать нормы экологической безопасности на рабочем месте;</p> <p>использовать на рабочем месте средства индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС;</p> <p>соблюдать правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны</p> | <p>взаимодействует с коллегами, руководством, клиентами для создания человеко - и природо-защитной среды осуществления профессиональной деятельности;</p> <p>соблюдает нормы экологической безопасности на рабочем месте;</p> <p>правильно использует на рабочем месте средства индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС</p> <p>правильно соблюдает правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны</p> |                                                                                                                                    |
| <p><b>Перечень знаний, осваиваемых в рамках модуля «Основы военной службы» (юноши)</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                    |
| <p><u>Знать:</u></p> <p>основы военной безопасности и обороны государства;</p> <p>организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;</p> <p>основы строевой, огневой и тактической подготовки;</p> <p>область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;</p> <p>боевые традиции Вооруженных Сил России</p>                                                                                                                     | <p>демонстрирует знания об основах военной безопасности и обороны государства;</p> <p>не уклоняется от службы в рядах ВС РФ;</p> <p>демонстрирует владение основами строевой, огневой и тактической подготовки;</p> <p>применяет профессиональные знания при исполнении обязанностей военной службы;</p> <p>демонстрирует знания боевых традиций Вооруженных Сил России</p>                                                                       | <p>Письменный и устный опрос. Тестирование. Оценка результатов выполнения практических занятий</p> <p>Промежуточная аттестация</p> |
| <p><b>Перечень умений, осваиваемых в рамках модуля «Основы военной службы» (юноши)</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                    |

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