Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Чирикова Лилия Ивановна
Должность: Директор филиала
Дата подписания: 05.11.2026 14:27:50
Уникальный программный ключ:
750e77999bb0631a45cbf7b4a579c1095bcef032814fee919138f73a4ce0cad5

Приложение к
ОПОП-ППССЗ по специальности
13.02.07 Электроснабжение

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ[1]

СГ.03 «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

для специальности

13.02.07 Электроснабжение

Базовая подготовка
среднего профессионального образования
(год начала подготовки: 2026)

[1] Рабочая программа подлежит ежегодной актуализации в составе основной профессиональной образовательной программы-программы подготовки специалистов среднего звена (ОПОП-ППССЗ). Сведения об актуализации ОПОП-ППССЗ вносятся в лист актуализации ОПОП-ППССЗ.

СОДЕРЖАНИЕ

СТР.

1. **ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
2. **СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
3. **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
4. **КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
5. **ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ**

1 ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1 Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины СГ.03 Безопасность жизнедеятельности является обязательной частью основной профессиональной образовательной программы - программы подготовки специалистов среднего звена (далее - ОПОП-ППССЗ) в соответствии с ФГОС для специальности 13.02.07 и с учетом примерной рабочей программы учебной дисциплины (одобрена на заседании Педсовета ФГБОУ ДПО ИРПО, протокол №17 от 18.06.2024).

При реализации рабочей программы могут использоваться различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии, электронное обучение.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в профессиональной подготовке, переподготовке и повышении квалификации рабочих по профессиям:

- электромонтер контактной сети;
- электромонтер по обслуживанию подстанций;
- электромонтер по ремонту воздушных линий электропередач;
- электромонтер по ремонту и монтажу кабельный линий;
- электромонтер тяговой подстанции.

1.2 Место учебной дисциплины в структуре ОПОП-ППССЗ:

Дисциплина входит в социально-гуманитарный цикл образовательной программы.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2

1.3 Планируемые результаты освоения учебной дисциплины:

Результаты освоения дисциплины соотносятся с планируемыми результатами освоения образовательной программы, представленными в матрице компетенций выпускника ОП СПО-ППССЗ.

Код ОК, ПК	Умения	Знания
ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам	соблюдать нормы экологической безопасности на рабочем месте; 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; 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 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по правовой и финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях	определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; применять современную научную профессиональную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования; выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи; определять источники достоверной правовой информации; составлять различные правовые документы	содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология; возможные траектории профессионального развития и самообразования; основы предпринимательской деятельности, правовой и финансовой грамотности; правила разработки презентации, основные этапы разработки и реализации проекта
ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде	участвовать в работе коллектива, команды, взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами для создания человеко - и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности.	психологические аспекты деятельности трудового коллектива и личности для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте.
ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознан-ное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации меж-национальных и межрели-гиозных отношений, при-менять стандарты антикор-рупционного поведения	проявлять гражданско-патриотическую позицию; демонстрировать осознанное поведение; описывать значимость своей специальности; применять стандарты антикоррупционного поведения	сущность гражданско-патриотической позиции; традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений; значимость профессиональной деятельности по специальности; стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы	действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени; соблюдать правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны владеть общей физической и строевой подготовкой, навыками	нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основы военной безопасности и обороны государства; организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в

бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени	обязательной подготовки к военной службе; выполнять мероприятия доврачебной помощи пострадавшим; демонстрировать основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим; осуществлять профилактику инфекционных заболеваний; определять показатели здоровья и оценивать физическое состояние	добровольном порядке; основы строевой, огневой и тактической подготовки; боевые традиции Вооруженных Сил России; характеристики поражений организма человека от воздействий опасных факторов; классификацию и общие признаки инфекционных заболеваний; факторы формирования здорового образа жизни
ПК 2.2 Осуществлять контроль деятельности бригад.	обеспечения согласованной работы персонала бригады с другими подразделениями и организациями в процессе выполнения работ	правила промышленной безопасности; инструкции по охране труда, пожарной безопасности и взрывобезопасности; требования охраны труда, промышленной и пожарной безопасности, производственной санитарии и противопожарной защиты, регламентирующие деятельность по трудовой функции

В результате освоения программы учебной дисциплины реализуется программа воспитания, направленная на формирование следующих личностных результатов (ЛР):

ЛР 1 Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.

ЛР 10 Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.

ЛР 15 Приобретение обучающимися социально значимых знаний о нормах и традициях поведения человека как гражданина и патриота своего Отечества.

ЛР 16 Приобретение обучающимися социально значимых знаний о правилах ведения экологического образа жизни о нормах и традициях трудовой деятельности человека о нормах и традициях поведения человека в многонациональном, многокультурном обществе.

ЛР 20 Ценностное отношение обучающихся к своему здоровью и здоровью окружающих, ЗОЖ и здоровой окружающей среде и т.д.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы Очная форма обучения

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	68
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	54
в том числе в форме практической подготовки	14
в том числе:	
лекции	20
практические занятия	34
лабораторные занятия	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	14
в том числе:	
работа с текстом	8
Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет (6 семестр)	

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*
Раздел 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности и поведение человека в чрезвычайных ситуациях		**20**	
Тема 1.1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности	**Содержание учебного материала**	**6**	ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20
	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[2] специалиста по техническому обслуживанию, эксплуатации, модернизации и ремонту электрических подстанций и сетей	4	
	Самостоятельная работа обучающихся	**2**	
Тема 1.2. Безопасное поведение человека в чрезвычайных ситуациях	**Содержание учебного материала**	**10**	ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16,
	Понятие и общая классификация чрезвычайных ситуаций. ЧС природного, техногенного и социального характера. Общие правила безопасного поведения в ЧС и особенности безопасного поведения в процессе выполнения профессиональных функций. Действия населения по сигналам гражданской обороны	4	

[2] 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

	Порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях в процессе выполнения профессиональных функций		ЛР 20
	В том числе практических занятий	**4**	
	Использование на рабочем месте средств индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС	2	
	Правила поведения и действия по сигналам гражданской обороны	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	**2**	
Тема 1.3. Содержание и организация мероприятий по локализации и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций	Содержание учебного материала	**4**	
	Спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения. Характеристика основных видов аварийных работ на объектах экономики и связи с повреждением их в результате чрезвычайных ситуаций. Защитные сооружения гражданской обороны. Классификация, оборудование и системы обеспечения убежищ; противорадиоактивные укрытия, требования к ним. Строительство противорадиационных укрытий и их санитарно-техническое оборудование. Основное содержание работ по организации эвакуации и порядок их выполнения в условиях чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Особенности спасательных, других неотложных работ в условиях радиоактивного, химического, бактериологического заражения при взрывах, пожарах и других чрезвычайных ситуациях.	2	ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20
	Самостоятельная работа обучающихся	2	
Раздел 2. «Основы военной службы» (юноши) / «Основы медицинских знаний» (девушки)		**48**	
Модуль «Основы военной службы» (для юношей)»		**48**	
Тема 2.1. Основы военной безопасности Российской Федерации	**Содержание учебного материала**	**8**	ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20
	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.	2	
	В том числе практических занятий Вопросы для обсуждения: 1. Руководство и управление Вооруженными Силами. 2. Организация обороны Российской Федерации	**4** 2 2	
	Самостоятельная работа обучающихся	2	

Тема 2.2. Организационные и правовые основы военной службы в Российской Федерации. Символы воинской чести. Боевые традиции Вооруженных Сил России	**Содержание учебного материала**	**8**	ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20
	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 служба. Ответственность военнослужащих. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. 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.	2	
	В том числе практических занятий	**4**	
	Самоподготовка будущего призывника к осуществлению военной деятельности: формирование морально-психологических и физических качеств гражданина, необходимых для прохождения военной службы; воспитание патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и ее вооруженным силам	4	
	Самостоятельная работа обучающихся Изучить основные положения законодательства Российской Федерации в области обороны государства, о воинской обязанности и воинском учете, об обязательной и добровольной подготовке к военной службе, о прохождении военной службы по призыву и в добровольном порядке (по контракту), о пребывании в запасе, о правах, обязанностях и ответственности военнослужащих и граждан, находящихся в запасе: Устав Вооруженных Сил Российской Федерации. Федеральный закон от 31.05.1996 N 61-ФЗ "Об обороне" (ред. от 26.02.2024) Федеральный закон от 28.03.1998 г. № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (ред. от 11.11.2003 № 141-ФЗ)	**2**	
Тема 2.3. Основы	**Содержание учебного материала**	**11**	

строевой и физической подготовки	Строевая подготовка: строи и управление ими, строевые приемы и движение без оружия, строевые приемы и движение с оружием, выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него, строи отделения, действия военнослужащих у автомобилей и на автомобилях. Цель и задачи физической подготовки, содержание, средства физической подготовки. Этапы проведения физической подготовки военнослужащих. Техника выполнения физических упражнений и формирования двигательных навыков. Основные формы проведения физической подготовки: учебные занятия, утренняя физическая зарядка, попутные физические тренировки	2	ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20
	В том числе практических занятий	**8**	
	Одиночная строевая подготовка	1	
	Повороты на месте	1	
	Движение строевым шагом	1	
	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении	1	
	Повороты в движении	1	
	Воинское приветствие в составе подразделения	1	
	Построение и отработка движения походным строем.	1	
	Строи отделения, развернутый строй, походный строй.	1	
	Самостоятельная работа обучающихся проработка конспектов, изучение нормативных документов, общевоинских уставов ВС РФ.	**1**	
Тема 2.4. Основы огневой подготовки	**Содержание учебного материала**	**7**	ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20
	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	2	
	В том числе практических занятий	**4**	
	Отработка начальных навыков обращения с оружием	4	
	Самостоятельная работа обучающихся	**1**	
Тема 2.5. Основы тактической	**Содержание учебного материала**	**2**	ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04;
	Основы общевойскового боя. Основные понятия общевойскового боя (бой,	-	

подготовки	удар, огонь, маневр). Виды маневра.		ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20
	В том числе практических занятий	**2**	
	Вопросы для обсуждения: 1. Походный, предбоевой и боевой порядок действия подразделений. 2. Оборона, ее задачи и принципы. 3. Наступление, задачи и способы	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 2.6. Основы военной топографии	**Содержание учебного материала**	**2**	ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20
	Местность как элемент боевой обстановки. Сезонные изменения тактических свойств местности.	-	
	В том числе практических занятий	**2**	
	Вопросы для обсуждения: 1. Тактические свойства местности, основные её разновидности и влияние на боевые действия войск. 2. Типы укрытий на разных типах местности (горная, степь, лес и т.д.)	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 2.7. Основы инженерной подготовки	**Содержание учебного материала**	**2**	ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20
	Порядок оборудования позиции отделения. Назначение, размеры и последовательность оборудования окопа для стрелка. Шанцевый инструмент, его назначение, применение и сбережение	-	
	В том числе практических занятий	**2**	
	Вопросы для обсуждения: Назначение окопов и порядок их оборудования	2	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 2.8. Основы военно-медицинской подготовки. Тактическая медицина	**Содержание учебного материала**	**8**	ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20
	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. 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.	2	
	В том числе практических занятий	**4**	
	Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации	2 2	
	Самостоятельная работа обучающихся	**2**	

Модуль «Основы медицинских знаний» (для девушек)		**48**	
Тема 2.1. Общие правила оказания первой помощи	**Содержание учебного материала**	**22**	ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20
	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	4	
	В том числе практических занятий	**16**	
	Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации	2	
	Первая помощь при отсутствии сознания, при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные приемы сердечно-легочной реанимации	2	
	Первая помощь при наружных кровотечениях. Признаки артериального, венозного, смешанного и капиллярного кровотечений. Кровопотеря легкой, средней и тяжелой степени.	2	
	Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Принципы иммобилизации и транспортировки.	2	
	Первая помощь при ранах. Классификация ран, профилактика возникновения раневой инфекции.	2	
	Первая помощь при ожогах и воздействии высоких температур, при воздействии низких температур	2	
	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, при отравлениях	2	
	Первая помощь при поражении электрическим током	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Чтение учебной литературы и подготовка рефератов/презентаций по теме «Общие правила оказания первой помощи»	2	
Тема 2.2. Профилактика инфекционных заболеваний	**Содержание учебного материала**	**10**	ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20
	Из истории инфекционных болезней. Классификация инфекционных заболеваний. Общие признаки инфекционных заболеваний. Правила госпитализации инфекционных больных. Естественный микробный фон кожи. Патогенные микроорганизмы. Бессимптомная латентная инфекция. Инфекционные заболевания и бациллоносительство. Периоды протекания инфекционных заболеваний. Воздушно-капельные инфекции. Желудочно-	2	

	кишечные инфекции. Пищевые отравления бактериальными токсинами. Определение понятия «иммунитет». Виды и подвиды иммунитета. Антигены и антитела. Формы приобретенного иммунитета.		
	В том числе практических занятий	**6**	
	1. Инфекционные заболевания. Общие принципы профилактики инфекционных заболеваний. (дезинфекция, дезинсекция, дератизация, асептика и антисептика). 2. Иммунитет и восприимчивость к инфекционным заболеваниям. Методы иммунопрофилактики. 3. Пищевые отравления.	2 2 2	
	Самостоятельная работа обучающихся Чтение учебной литературы и подготовка рефератов/презентаций по теме «Профилактика инфекционных заболеваний»	2	
Тема 2.3. Обеспечение здорового образа жизни	**Содержание учебного материала**	**8**	ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20
	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	2	
	В том числе практических занятий	**4**	
	1. Показатели здоровья и факторы, их определяющие	2	
	2. Оценка физического состояния	2	
	Самостоятельная работа обучающихся Чтение учебной литературы и подготовка рефератов/презентаций по теме «Обеспечение здорового образа жизни»	2	
Тема 2.4. Основы военно-медицинской подготовки. Тактическая медицина	**Содержание учебного материала**	**8**	ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20
	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. 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.	2	
	В том числе практических занятий	**4**	
	Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации	4	
	Самостоятельная работа обучающихся Чтение учебной литературы и подготовка рефератов/презентаций по теме	**2**	

	«Основы военно-медицинской подготовки. Тактическая медицина»		
Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет		1	
Всего:		**68**	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. -ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. - репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)

3.- продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Учебная дисциплина реализуется в учебном кабинете (указать наименование по ФГОС СПО).

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- методические материалы по дисциплине.

Технические средства обучения рабочего места преподавателя: компьютерное оборудование, которое должно соответствовать современным требованиям безопасности и надёжности, предусматривать возможность многофункционального использования кабинета, с целью изучения соответствующей дисциплины, мультимедийное оборудование (проектор и проекционный экран или интерактивная доска), локальная сеть с выходом в Internet.

Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения практических занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения, а также читальный зал, помещение для самостоятельной работы, с доступом к сети «Интернет» и ЭИОС. Оснащенность: комплект учебной мебели, ноутбук, проекционное оборудование (мультимедийный проектор и экран), (указать содержание по ФГОС СПО)

Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения:

MSWindows 7
MSOffice 2013
Kaspersky Endpoint Security for Windows
Yandex Browser (GNU Lesser General Public License)
7-zip (GNUGPL)
UnrealCommander (GNUGPL)

При изучении дисциплины в формате электронного обучения с использованием ДОТ

Неограниченная возможность доступа обучающегося к ЭИОС из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее - сеть «Интернет»), как на территории организации, так и вне ее. Доступ к системам видеоконференцсвязи ЭИОС.

При изучении дисциплины в формате электронного обучения с использованием ДОТ

3.2 . Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, используемые в образовательном процессе.

Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы Интернет-ресурсов, базы данных библиотечного фонда:

3.2.1.Основные источники:

1. Косолапова, Н. В., Безопасность жизнедеятельности: учебник / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — Москва: КноРус, 2025. — 222 с. — ISBN 978-5-406-13951-6. — URL: https://book.ru/book/956982. — Текст: электронный. – Режим доступа: по паролю.

2. Косолапова, Н. В., Безопасность жизнедеятельности: учебник / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — Москва: КноРус, 2024. — 222 с. — ISBN 978-5-406-12361-4. — URL: https://book.ru/book/951082. — Текст: электронный. – Режим доступа: по паролю.

3. Косолапова, Н. В., Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебное пособие / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — Москва: КноРус, 2024. — 155 с. — ISBN 978-5-406-12823-7. — URL: https://book.ru/book/952905. — Текст: электронный. – Режим доступа: по паролю.

Дополнительные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник для спо / Н. В. Горькова, А. Г. Фетисов, Е. М. Мессинева, Н. Б. Мануйлова. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2025. — 220 с. — ISBN 978-5-507-50470-1. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/440114. — Режим доступа: для авториз. пользователей. – Режим доступа: по паролю.

2. Липски, С. А., Безопасность жизнедеятельности: учебник / С. А. Липски, А. В. Фаткулина. — Москва: КноРус, 2024. — 241 с. — ISBN 978-5-406-13420-7. — URL: https://book.ru/book/954630. — Текст: электронный. – Режим доступа: по паролю.

3. Микрюков, В. Ю., Безопасность жизнедеятельности: учебник / В. Ю. Микрюков. — Москва: КноРус, 2024. — 282 с. — ISBN 978-5-406-12387-4. — URL: https://book.ru/book/951432. — Текст: электронный. – Режим дсотупа: по паролю.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины СГ.03 Безопасность жизнедеятельности осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических и практических, выполнения обучающимися индивидуальных заданий (подготовки сообщений и презентаций).

Промежуточная аттестация проводится в форме дифференцированного зачета.

Результаты обучения (У,З, ОК/ПК, ЛР)	**Показатели оценки результатов**	**Форма и методы контроля и оценки результатов обучения**
Уметь:		
У1. соблюдать нормы экологической безопасности на рабочем месте; использовать на рабочем месте средства индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20.	– демонстрирует умение пользоваться первичными средствами пожаротушения; – формулирует правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера и при угрозе террористического акта; – демонстрирует умение применять правила поведения и ориентируется в действиях по сигналам гражданской обороны; – распознает возможные источники опасности при выполнении работ профессиональной направленности и соблюдает требования и условия безопасной работы при осуществлении профессиональной деятельности; – демонстрирует умение, организовывать и проводить мероприятия по защите работающих от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций; – демонстрирует умение предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности; – демонстрирует умение использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;	Текущий контроль в виде устного и письменного опроса (индивидуальный и фронтальный опрос), выполнение тестовых заданий, практических работ –подготовка презентаций, проверка выполнения заданий по самостоятельной работе, промежуточная аттестация в виде дифференцированного зачета.
У2. выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20.		Текущий контроль в виде устного и письменного опроса (индивидуальный и фронтальный опрос), выполнение тестовых заданий, практических работ –подготовка презентаций, проверка выполнения заданий по самостоятельной работе, промежуточная аттестация в виде дифференцированного зачета.

У3. участвовать в работе коллектива, команды, взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами для создания человеко - и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности. ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20.	– владеет навыками оказания первой помощи пострадавшим, определяет виды вооруженных сил, рода войск; – ориентируется в воинских званиях военнослужащих вооруженных сил российской федерации; – демонстрирует общую физическую и строевую подготовку, навыки обязательной подготовки к военной службе; – демонстрирует умение оказать первую медицинскую помощь в различных ситуациях; – владеет принципами профилактики инфекционных заболеваний; – определяет показатели здоровья и оценивает физическое состояние; – составляет индивидуальные карты здоровья с режимом дня, графиком питания	Текущий контроль в виде устного и письменного опроса (индивидуальный и фронтальный опрос), выполнение тестовых заданий, практических работ –подготовка презентаций, проверка выполнения заданий по самостоятельной работе, промежуточная аттестация в виде дифференцированного зачета.
У4. действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени; ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20.		Текущий контроль в виде устного и письменного опроса (индивидуальный и фронтальный опрос), выполнение тестовых заданий, практических работ –подготовка презентаций, проверка выполнения заданий по самостоятельной работе, промежуточная аттестация в виде дифференцированного зачета.
У5. соблюдать правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны владеть общей физической и строевой подготовкой, навыками обязательной подготовки к военной службе; ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20.		Текущий контроль в виде устного и письменного опроса (индивидуальный и фронтальный опрос), выполнение тестовых заданий, практических работ –подготовка презентаций, проверка выполнения заданий по самостоятельной работе, промежуточная аттестация в виде дифференцированного зачета.

У6. выполнять мероприятия доврачебной помощи пострадавшим; определять показатели здоровья и оценивать физическое состояние ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20.		Текущий контроль в виде устного и письменного опроса (индивидуальный и фронтальный опрос), выполнение тестовых заданий, практических работ –подготовка презентаций, проверка выполнения заданий по самостоятельной работе, промежуточная аттестация в виде дифференцированного зачета.
Знать:		
З.1. актуальный профессиональный и социальный контекст поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС, область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08;	– умеет определять угрозу пожарной безопасности; – демонстрирует знания эффективных превентивных мер для предотвращения пожароопасных ситуаций; – демонстрирует знания нормативных документов в своей профессиональной деятельности, готовность к соблюдению действующего законодательства и требований нормативных документов, в том числе в условиях противодействия терроризму; – дает характеристику различным видам потенциальных опасностей и перечисляет их последствия; – формулирует задачи и основные мероприятия гражданской обороны, перечисляет способы защиты населения от оружия массового поражения; – демонстрирует знание техники безопасности проведения сварочных работ и меры экологической защиты окружающей среды; – демонстрирует знание методов и средств защиты от опасностей	Текущий контроль в виде устного и письменного опроса (индивидуальный и фронтальный опрос), выполнение тестовых заданий, практических работ –подготовка презентаций, проверка выполнения заданий по самостоятельной работе, промежуточная аттестация в виде дифференцированного зачета.
З.2. 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 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20.		Текущий контроль в виде устного и письменного опроса (индивидуальный и фронтальный опрос), выполнение тестовых заданий, практических работ –подготовка презентаций, проверка выполнения заданий по самостоятельной работе, промежуточная аттестация в виде дифференцированного зачета.

З.3. психологические аспекты деятельности трудового коллектива и личности для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте. ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20.	технических систем и технологических процессов владеет знаниями об организации и порядке призыва граждан на военную службу; – ориентируется в видах вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО; – демонстрирует знания в области анатомо-физиологических последствий воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов, – демонстрирует знания общих характеристик поражений организма человека от воздействия опасных факторов; – классифицирует инфекционные заболевания и формулирует их общие признаки; – демонстрирует знание основ здорового образа жизни; – демонстрирует знания порядка и правил оказания первой помощи пострадавшим, в том числе при транспортировке	Текущий контроль в виде устного и письменного опроса (индивидуальный и фронтальный опрос), выполнение тестовых заданий, практических работ –подготовка презентаций, проверка выполнения заданий по самостоятельной работе, промежуточная аттестация в виде дифференцированного зачета.
З.4. нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основы военной безопасности и обороны государства; ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20.		Текущий контроль в виде устного и письменного опроса (индивидуальный и фронтальный опрос), выполнение тестовых заданий, практических работ –подготовка презентаций, проверка выполнения заданий по самостоятельной работе, промежуточная аттестация в виде дифференцированного зачета.
З.5. организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке; основы строевой, огневой и тактической подготовки; боевые традиции Вооруженных Сил России; ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20.		Текущий контроль в виде устного и письменного опроса (индивидуальный и фронтальный опрос), выполнение тестовых заданий, практических работ –подготовка презентаций, проверка выполнения заданий по самостоятельной работе, промежуточная аттестация в виде дифференцированного зачета.

3.6. характеристики поражений организма человека от воздействий опасных факторов; классификацию и общие признаки инфекционных заболеваний; факторы формирования здорового образа жизни. ОК 01; ОК 02; ОК 03; ОК 04; ОК 05; ОК 06; ОК 07; ОК 08; ПК 2.2, ЛР 1, ЛР 10, ЛР 15, ЛР 16, ЛР 20.		Текущий контроль в виде устного и письменного опроса (индивидуальный и фронтальный опрос), выполнение тестовых заданий, практических работ –подготовка презентаций, проверка выполнения заданий по самостоятельной работе, промежуточная аттестация в виде дифференцированного зачета.

5.ПЕРЕЧЕНБ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ

5.1 .Пассивные: ____ _____

5.2 .Активные и интерактивные: _____