

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ  
«ГУБЕРНСКИЙ КОЛЛЕДЖ Г. СЫЗРАНИ»

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказ ГБПОУ «ГК г. Сызрани»  
от «31» марта 2026 г. № 78-о

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**СГ.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*код и название учебной дисциплины*

социально-гуманитарный цикл  
основной образовательной программы  
по специальности:

**44.02.02 Преподавание в начальных классах**

*код и наименование специальности*

Сызрань, 2026 г.

## **РАССМОТРЕНА**

Предметной (цикловой) комиссией  
Общеобразовательного и социально-гуманитарного циклов

Протокол № 7 от 27 марта 2026 г.  
Председатель И.Н. Касьянова

**Составитель:** Н.А. Ульянов, преподаватель учебной дисциплины «СГ.03 Безопасность жизнедеятельности» ГБПОУ «ГК г. Сызрани»

**Внутренняя экспертиза (техническая и содержательная):** И.Н. Касьянова, преподаватель социально-педагогического профиля ГБПОУ «ГК г. Сызрани»

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями к оформлению, установленными в ГБПОУ «ГК г. Сызрани».

Содержание программы реализуется в процессе освоения студентами основной образовательной программы по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

|                                                                         |           |
|-------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....</b>                                        | <b>3</b>  |
| <b>1. Общая характеристика .....</b>                                    | <b>4</b>  |
| 1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы..... | 4         |
| 1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины .....                   | 4         |
| <b>2. Структура и содержание ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>                       | <b>6</b>  |
| 2.1. Трудоемкость освоения дисциплины .....                             | 6         |
| 2.2. Содержание дисциплины.....                                         | 7         |
| <b>3. Условия реализации ДИСЦИПЛИНЫ .....</b>                           | <b>15</b> |
| 3.1. Материально-техническое обеспечение.....                           | 15        |
| 3.2. Учебно-методическое обеспечение .....                              | 15        |
| <b>4. Контроль и оценка результатов освоения ДИСЦИПЛИНЫ.....</b>        | <b>17</b> |

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Безопасность жизнедеятельности»

## 1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы

Цель дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»: в формировании теоретической базы и практических компетенций обучающихся, направленных на обеспечение личной и общественной безопасности в различных сферах деятельности специалиста физической культуры.

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» включена в обязательную часть социально-гуманитарного цикла образовательной программы.

## 1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины

Результаты освоения дисциплины соотносятся с планируемыми результатами освоения образовательной программы, представленными в матрице компетенций выпускника (п. 4.3 ОПОП-П).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

| Код ОК, ПК                                                    | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 04<br>ОК 07<br>ОК 09<br>ПК 1.2<br>ПК 2.2 | <ul style="list-style-type: none"> <li>– соблюдать нормы экологической безопасности на рабочем месте;</li> <li>– использовать на рабочем месте средства индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС;</li> <li>– выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;</li> <li>– участвовать в работе коллектива, команды, взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами для создания человеко- и природозащитной среды осуществления профессиональной деятельности;</li> <li>– действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;</li> <li>– соблюдать правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны;</li> <li>– владеть общей физической и строевой подготовкой, навыками обязательной подготовки к военной службе;</li> <li>– выполнять мероприятия</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– актуальный профессиональный и социальный контекст поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;</li> <li>– область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;</li> <li>– 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;</li> <li>– психологические аспекты деятельности трудового коллектива и личности для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте;</li> <li>– нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности;</li> <li>– основы военной безопасности и обороны государства;</li> <li>– организацию и порядок призыва граждан на военную службу и</li> </ul> |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>доврачебной помощи пострадавшим;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– демонстрировать основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим;</li> <li>– осуществлять профилактику инфекционных заболеваний;</li> <li>– определять показатели здоровья и оценивать физическое состояние.</li> </ul> | <p>поступления на нее в и добровольном порядке;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– основы строевой, огневой и тактической подготовки;</li> <li>– боевые традиции Вооруженных Сил России;</li> <li>– характеристики поражений организма человека от воздействий опасных факторов;</li> <li>– классификацию и общие признаки инфекционных заболеваний;</li> <li>– факторы формирования здорового образа жизни.</li> </ul> |
|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Трудоемкость освоения дисциплины

| Наименование составных частей дисциплины                           | Объем в часах | В т.ч. в форме<br>практ.<br>подготовки |
|--------------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------------|
| Учебные занятия                                                    | 68            | 20                                     |
| Самостоятельная работа                                             | 2             | 2                                      |
| Промежуточная аттестация в <i>форме дифференцированного зачета</i> | 2             | -                                      |
| Всего                                                              | 72            | 22                                     |

## 2.2. Содержание дисциплины

| Наименование разделов и тем                                                                                 | Содержание учебного материала, практических и лабораторных занятий,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Объем, ак. ч.    |                                        | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | всего            | в т.ч. в форме практической подготовки |                                                                       |
| Раздел 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности и поведение человека в чрезвычайных ситуациях |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                  |                                        |                                                                       |
| Тема 1.1.<br>Теоретические основы безопасности жизнедеятельности                                            | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 4                | 1                                      | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 04<br>ОК 07<br>ПК 1.2<br>ПК 2.2                  |
|                                                                                                             | 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 природозащитной 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 | 4                | 1                                      |                                                                       |
|                                                                                                             | В том числе практических и лабораторных занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Не предусмотрено |                                        |                                                                       |
|                                                                                                             | В том числе самостоятельная работа обучающихся                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Не предусмотрено |                                        |                                                                       |
| Тема 1.2.<br>Безопасное поведение человека в чрезвычайных ситуациях                                         | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 10               | 4                                      | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 04<br>ОК 07<br>ПК 1.2<br>ПК 2.2                  |
|                                                                                                             | 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. Порядок применения современных средств и устройств                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 4                |                                        |                                                                       |

| Наименование разделов и тем                                | Содержание учебного материала, практических и лабораторных занятий,                                                                                                                                                                                                                                                        | Объем, ак. ч.    |                                        | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
|                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | всего            | в т.ч. в форме практической подготовки |                                                                       |
|                                                            | информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях в процессе выполнения профессиональных функций                                                                                                                                                                         |                  |                                        |                                                                       |
|                                                            | В том числе практических занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                  |                                        |                                                                       |
|                                                            | Использование на рабочем месте средств индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС                                                                                                                                                                                                                                 | 2                | 1                                      |                                                                       |
|                                                            | Правила поведения и действия по сигналам гражданской обороны                                                                                                                                                                                                                                                               | 2                | 1                                      |                                                                       |
|                                                            | Анализ конкретных сценариев возможных чрезвычайных ситуаций и разработка алгоритма действий (профессионально-ориентированное содержание).                                                                                                                                                                                  | 2                | 2                                      |                                                                       |
|                                                            | Самостоятельная работа обучающихся                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Не предусмотрено |                                        |                                                                       |
|                                                            | Раздел 2. Основы военной службы и медицинской подготовки                                                                                                                                                                                                                                                                   |                  |                                        |                                                                       |
| Модуль «Основы военной службы» (для юношей)»               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                  |                                        |                                                                       |
| Тема 2.1. Основы военной безопасности Российской Федерации | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 6                | 1                                      |                                                                       |
|                                                            | 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. Руководство и управление Вооруженными Силами. Организация обороны Российской Федерации | 4                | 1                                      | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 04<br>ОК 07                                      |
|                                                            | В том числе практических занятий                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                  |                                        |                                                                       |
|                                                            | Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск, история их создания, их основные задачи                                                                                                                                                                                                                             | 2                |                                        |                                                                       |
|                                                            | В том числе самостоятельная работа обучающихся                                                                                                                                                                                                                                                                             | Не предусмотрено |                                        |                                                                       |

| Наименование разделов и тем                                                              | Содержание учебного материала, практических и лабораторных занятий,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Объем, ак. ч.    |                                        | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
|                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | всего            | в т.ч. в форме практической подготовки |                                                                       |
| <b>Тема 2.2. Организационные и правовые основы военной службы в Российской Федерации</b> | <b>Содержание</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>6</b>         | <b>4</b>                               |                                                                       |
|                                                                                          | 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 | 4                | 2                                      | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 04<br>ОК 07                                      |
|                                                                                          | <b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                  |                                        |                                                                       |
|                                                                                          | Самоподготовка будущего призывника к осуществлению военной деятельности                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 2                | 2                                      |                                                                       |
|                                                                                          | <b>В том числе самостоятельная работа обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Не предусмотрено |                                        |                                                                       |
| <b>Тема 2.4. Основы огневой подготовки</b>                                               | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>10</b>        |                                        |                                                                       |
|                                                                                          | 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,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 8                |                                        | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 04<br>ОК 07                                      |

| Наименование разделов и тем                    | Содержание учебного материала, практических и лабораторных занятий,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Объем, ак. ч.    |                                        | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | всего            | в т.ч. в форме практической подготовки |                                                                       |
|                                                | разборка, сборка, чистка, смазка и хранение автомата, осмотр и подготовка автомата к стрельбе, ведение огня из автомата, ручные осколочные гранаты                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                  |                                        |                                                                       |
|                                                | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                  |                                        |                                                                       |
|                                                | Отработка начальных навыков обращения с оружием                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2                |                                        |                                                                       |
|                                                | <b>В том числе самостоятельная работа обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Не предусмотрено |                                        |                                                                       |
|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                  |                                        |                                                                       |
| <b>Тема 2.5. Основы тактической подготовки</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>6</b>         |                                        | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 04<br>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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 5                |                                        |                                                                       |
|                                                | <b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Не предусмотрено |                                        |                                                                       |
|                                                | <b>В том числе самостоятельная работа обучающихся</b><br>Презентация одного из метода или приема военной тактики<br>1. Индивидуальная тактика бойца: перемещения, укрытие, выбор позиции.<br>2. Методы разведки местности и противника: визуальное наблюдение, радиоразведка.<br>3. Тактика передвижения группы: построение, взаимодействие, прикрытие огнем.<br>4. Маскировка и камуфляж: типы маскировочных костюмов, создание укрытий.<br>5. Ориентирование на местности: карты, компасы, GPS-навигация.<br>6. Тактика преодоления препятствий и естественных преград.<br>7. Организация охраны объектов и маршрутов движения колонны. | 1                |                                        |                                                                       |

| Наименование разделов и тем                                                     | Содержание учебного материала, практических и лабораторных занятий,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Объем, ак. ч.    |                                        | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
|                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | всего            | в т.ч. в форме практической подготовки |                                                                       |
| <b>Тема 2.6. Основы военной топографии</b>                                      | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>6</b>         | <b>2</b>                               |                                                                       |
|                                                                                 | 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.)                                                                                                                                                        | 6                | 2                                      | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 04<br>ОК 07                                      |
|                                                                                 | <b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Не предусмотрено |                                        |                                                                       |
|                                                                                 | <b>В том числе самостоятельная работа обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Не предусмотрено |                                        |                                                                       |
| <b>Тема 2.7. Основы инженерной подготовки</b>                                   | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>4</b>         |                                        |                                                                       |
|                                                                                 | Порядок оборудования позиции отделения. Назначение, размеры и последовательность оборудования окопа для стрелка. Шанцевый инструмент, его назначение, применение и сбережение                                                                                                                                                                                                                                      | 4                |                                        | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 04<br>ОК 07                                      |
|                                                                                 | <b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Не предусмотрено |                                        |                                                                       |
|                                                                                 | <b>В том числе самостоятельная работа обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Не предусмотрено |                                        |                                                                       |
| <b>Тема 2.8. Основы военно-медицинской подготовки.<br/>Тактическая медицина</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>10</b>        | <b>6</b>                               |                                                                       |
|                                                                                 | 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.<br>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. | 7                | 3                                      | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 04<br>ОК 07<br>ПК 1.2<br>ПК 2.2                  |

| Наименование разделов и тем                                                     | Содержание учебного материала, практических и лабораторных занятий,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Объем, ак. ч.    |                                        | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
|                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | всего            | в т.ч. в форме практической подготовки |                                                                       |
|                                                                                 | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                  |                                        |                                                                       |
|                                                                                 | Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2                | 2                                      |                                                                       |
|                                                                                 | <b>В том числе самостоятельная работа обучающихся</b><br>Презентация на тему (по выбору):<br>1. Кровотечения и методы временной остановки кровотечения на месте происшествия.<br>2. Повреждения опорно-двигательного аппарата: особенности оказания медицинской помощи при переломах конечностей и позвоночника.<br>3. Ожоги и холодовые травмы: первая медицинская помощь и профилактика осложнений. | 1                | 1                                      |                                                                       |
|                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                  |                                        |                                                                       |
| <b>Тема 2.9. Символы воинской чести. Боевые традиции Вооруженных Сил России</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>8</b>         | <b>4</b>                               | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 04<br>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.                                                                                                | 8                | 4                                      |                                                                       |
|                                                                                 | <b>В том числе практических и лабораторных занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Не предусмотрено |                                        |                                                                       |
|                                                                                 | <b>В том числе самостоятельная работа обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Не предусмотрено |                                        |                                                                       |
| <b>Модуль «Основы медицинских знаний» (для девушек)</b>                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                  |                                        |                                                                       |
| <b>Тема 2.1. Общие правила оказания первой помощи</b>                           | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>20</b>        | <b>6</b>                               | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 04                                               |
|                                                                                 | Оценка состояния пострадавшего. Общая характеристика поражений организма человека от воздействия опасных факторов. Общие правила и порядок оказания первой медицинской помощи.                                                                                                                                                                                                                        | 10               |                                        |                                                                       |

| Наименование разделов и тем                            | Содержание учебного материала, практических и лабораторных занятий,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Объем, ак. ч.    |                                        | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | всего            | в т.ч. в форме практической подготовки |                                                                       |
|                                                        | Первая доврачебная помощь при различных повреждениях и состояниях организма. Транспортная иммобилизация и транспортирование пострадавших при различных повреждениях                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                  |                                        | ОК 07<br>ПК 1.2<br>ПК 2.2                                             |
|                                                        | <b>В том числе практических занятий</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                  |                                        |                                                                       |
|                                                        | Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 2                | 2                                      |                                                                       |
|                                                        | Первая помощь при отсутствии сознания, при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2                | 1                                      |                                                                       |
|                                                        | Первая помощь при наружных кровотечениях, при травмах различных областей тела                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 2                | 1                                      |                                                                       |
|                                                        | Первая помощь при ожогах и воздействии высоких температур, при воздействии низких температур                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 2                | 1                                      |                                                                       |
|                                                        | Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, при отравлениях                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 2                | 1                                      |                                                                       |
|                                                        | <b>В том числе самостоятельная работа обучающихся</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Не предусмотрено |                                        |                                                                       |
|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                  |                                        |                                                                       |
| <b>Тема 2.2. Профилактика инфекционных заболеваний</b> | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>16</b>        | <b>1</b>                               | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 04<br>ОК 07<br>ПК 1.2<br>ПК 2.2                  |
|                                                        | 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 отравления бактериальными токсинами. Определение понятия «иммунитет». Виды и подвиды иммунитета. Антигены и антитела. Формы приобретенного иммунитета. Иммунитет и восприимчивость к | 12               |                                        |                                                                       |

| Наименование разделов и тем                  | Содержание учебного материала, практических и лабораторных занятий,                                                                                                                                                  | Объем, ак. ч.    |                                        | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
|                                              |                                                                                                                                                                                                                      | всего            | в т.ч. в форме практической подготовки |                                                                       |
|                                              | инфекционным заболеваниям. Методы иммунопрофилактики. Общие принципы профилактики инфекционных заболеваний.                                                                                                          |                  |                                        |                                                                       |
|                                              | В том числе практических занятий                                                                                                                                                                                     |                  |                                        |                                                                       |
|                                              | Правила госпитализации инфекционных больных                                                                                                                                                                          | 2                |                                        |                                                                       |
|                                              | Профилактические мероприятия при массовых заболеваниях гриппом и ОРВИ.                                                                                                                                               | 2                | 1                                      |                                                                       |
|                                              | В том числе самостоятельная работа обучающихся                                                                                                                                                                       | Не предусмотрено |                                        |                                                                       |
|                                              |                                                                                                                                                                                                                      |                  |                                        |                                                                       |
| Тема 2.3. Обеспечение здорового образа жизни | Содержание учебного материала                                                                                                                                                                                        | 20               | 10                                     | ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 04<br>ОК 07<br>ПК 1.2<br>ПК 2.2                  |
|                                              | 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             | 14               | 4                                      |                                                                       |
|                                              | В том числе практических занятий                                                                                                                                                                                     |                  |                                        |                                                                       |
|                                              | Показатели здоровья и факторы, их определяющие                                                                                                                                                                       | 2                | 2                                      |                                                                       |
|                                              | Оценка физического состояния                                                                                                                                                                                         | 2                | 2                                      |                                                                       |
|                                              | В том числе самостоятельная работа обучающихся<br>Информационное сообщение и подготовка презентации на тему «Основные факторы риска для здоровья детей школьного возраста», включая конкретные меры снижения рисков. | 1                | 1                                      |                                                                       |
|                                              | Разработка сценария тематического мероприятия («Неделя Здоровья») для детей младшего школьного возраста с целью популяризации принципов здорового образа жизни (работа по подгруппам).                               | 1                | 1                                      |                                                                       |
|                                              |                                                                                                                                                                                                                      |                  |                                        |                                                                       |
| Промежуточная аттестация                     |                                                                                                                                                                                                                      | 2                |                                        |                                                                       |
| Всего                                        |                                                                                                                                                                                                                      | 72               | 22                                     |                                                                       |

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Материально-техническое обеспечение**

Кабинет социально-гуманитарных дисциплин, оснащенный в соответствии с Приложением 3 ОПОП-П.

Лаборатория безопасности жизнедеятельности, оснащенная в соответствии с Приложением 3 ОПОП-П.

#### **3.2. Учебно-методическое обеспечение**

##### **3.2.1. Основные печатные и/или электронные издания**

1. Абрамова С.В. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст: непосредственный.

2. Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности: учебное издание / Арустамов Э.А., Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Гуськов Г.В. - Москва: Академия, 2023. - 208 с. (Специальности среднего профессионального образования). - ISBN 978-5-0054-1282-9 — Текст: непосредственный.

4. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности: учебное издание / Сапронов Ю.Г., Занина И. А. - Москва: Академия, 2023. - 336 с. - (Специальности среднего профессионального образования). – ISBN 978-5-0054-1101-3 — Текст: непосредственный.

5. Сычев Ю. Н. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / Ю.Н. Сычев. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: ИНФРА-М, 2024. — 225 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-018956-7. - Текст: непосредственный.

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

1. 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. Мисюк М. Н. Основы медицинских знаний : учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 379 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17442-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536769>.

2. 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.

3. 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>.

4. Родионова, О. М. Медико-биологические основы безопасности. Охрана труда: учебник для среднего профессионального образования / О. М. Родионова, Е. В. Аникина, Б. И. Лавер, Д. А. Семенов. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024.

— 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17182-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538055>

5. Суворова Г. М. Методика обучения безопасности жизнедеятельности : учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. М. Суворова, В. Д. Горичева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 212 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09079-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/538524>

6. Суворова Г. М. Психологические основы безопасности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Г. М. Суворова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 183 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09277-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513805>

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

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

| <i>Результаты обучения</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <i>Критерии оценки</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><u>Знает:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальный профессиональный и социальный контекст поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;</li> <li>- 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;</li> <li>- психологические аспекты деятельности трудового коллектива и личности для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте;</li> <li>- нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеет знаниями о безопасных условиях жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;</li> <li>- 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</li> <li>- ориентируется в психологических аспектах деятельности трудового коллектива и личности для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте</li> <li>- знает нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности;</li> </ul> | <p>Письменный и устный опрос.<br/>Тестирование.<br/>Оценка результатов выполнения практических работ<br/>Промежуточная аттестация</p> |
| <p><u>Умеет:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;</li> <li>- участвовать в работе коллектива, команды, взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами для создания человека - и природо-защитной среды осуществления профессиональной деятельности;</li> <li>- действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрирует умение выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;</li> <li>- эффективно участвует в работе коллектива, команды, взаимодействует с коллегами, руководством, клиентами для создания человека - и природо-защитной среды осуществления профессиональной деятельности;</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>Экспертное наблюдение за ходом выполнения практических работ.<br/>Оценка результатов выполнения практических работ</p>             |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>времени;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдать нормы экологической безопасности на рабочем месте;</li> <li>- использовать на рабочем месте средства индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС;</li> <li>- соблюдать правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны</li> </ul>                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдает нормы экологической безопасности на рабочем месте;</li> <li>- правильно использует на рабочем месте средства индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС</li> <li>- правильно соблюдает правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны</li> </ul>                                                                                             |                                                                                                                                       |
| <p><u>Знает (юноши):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основы военной безопасности и обороны государства;</li> <li>- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;</li> <li>- основы строевой, огневой и тактической подготовки;</li> <li>- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;</li> <li>- боевые традиции Вооруженных Сил России</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрирует знания об основах военной безопасности и обороны государства;</li> <li>- не уклоняется от службы в рядах ВС РФ;</li> <li>- демонстрирует владение основами строевой, огневой и тактической подготовки;</li> <li>- применяет профессиональные знания при исполнении обязанностей военной службы;</li> <li>- демонстрирует знания боевых традиций Вооруженных Сил России</li> </ul> | <p>Письменный и устный опрос.<br/>Тестирование.<br/>Оценка результатов выполнения практических работ<br/>Промежуточная аттестация</p> |
| <p><u>Умеет (юноши):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеть общей физической и строевой подготовкой, навыками обязательной подготовки к военной службе;</li> <li>- выполнять мероприятия доврачебной помощи пострадавшим</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрирует общую физическую и строевую подготовку, навыки обязательной подготовки к военной службе;</li> <li>- быстро и правильно выполняет мероприятия первой доврачебной помощи пострадавшим</li> </ul>                                                                                                                                                                                    | <p>Экспертное наблюдение за ходом выполнения практических работ.<br/>Оценка результатов выполнения практических работ</p>             |
| <p><u>Знает (девушки):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- характеристики поражений организма человека от воздействий опасных факторов;</li> <li>- классификацию и общие признаки инфекционных заболеваний;</li> <li>- факторы формирования здорового образа жизни</li> </ul>                                                                                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеет знаниями о последствиях поражений организма человека от воздействий опасных факторов;</li> <li>- демонстрирует приемы оказания первой медико-санитарной помощи, владеет методами доврачебной реанимации;</li> <li>- правильно классифицирует инфекционные заболевания</li> <li>- демонстрирует знания основ здорового образа жизни</li> </ul>                                           | <p>Письменный и устный опрос.<br/>Оценка результатов выполнения практических работ</p>                                                |
| <p><u>Умеет (девушки):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрировать основы</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- демонстрирует основы оказания</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <p>Экспертное наблюдение за</p>                                                                                                       |

|                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>оказания первой доврачебной помощи пострадавшим</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять профилактику инфекционных заболеваний;</li> <li>- определять показатели здоровья и оценивать физическое состояние</li> </ul> | <p>первой доврачебной помощи пострадавшим</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеет принципами профилактики инфекционных заболеваний;</li> <li>- определяет показатели здоровья и оценивает физическое состояние</li> </ul> | <p>ходом выполнения практических работ. Оценка результатов выполнения практических работ</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|