

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Блинова Светлана Павловна

Должность: Заместитель директора по учебно-воспитательной работе

Дата подписания: 14.04.2023 05:48:53

Уникальный программный ключ:

1cafd4e102a27ce11a89a2a7ceb20237f3ab5c65

Министерство науки высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение  
высшего образования

«Норильский государственный индустриальный институт»  
Политехнический колледж

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА** учебной дисциплины

### **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

13.02.11 Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям)

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе актуализированного Федерального государственного образовательного стандарта по специальностям среднего профессионального образования:

13.02.11 Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям)

**Организация-разработчик:** Политехнический колледж ФГБОУ ВО «Заполярный государственный университет им.Н.М.Федоровского»

**Разработчик:** Любовь Богдановна Сенюк, преподаватель

Рассмотрена на заседании предметной комиссии естественнонаучных дисциплин

Председатель комиссии \_\_\_\_\_ М.В. Олейник

**Утверждена методическим советом политехнического колледжа ФГБОУ ВО «Норильский государственный индустриальный институт»**

Протокол заседания методического совета № \_\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Зам. директора по УР \_\_\_\_\_ С.П. Блинова

## СОДЕРЖАНИЕ

1	Паспорт рабочей программы учебной дисциплины .....	4
2	Структура и содержание учебной дисциплины .....	7
3	Условия реализации программы учебной дисциплины .....	15
4	Контроль и оценка результатов учебной дисциплины .....	17

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 1.1 Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с актуализированным ФГОС по специальностям:

13.02.11 Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям), входящей в укрупненную группу 13.00.00 Электро- и теплотехника.

**1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в цикл общеобразовательных дисциплин.

**1.3. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:**

**Цель дисциплины** Основы безопасности жизнедеятельности – вооружить будущих выпускников учреждений СПО теоретическими знаниями и практическими навыками, необходимыми для:

- разработки и реализации мер защиты человека и среды обитания от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- прогнозирования развития и оценки последствий чрезвычайных ситуаций;
- принятия решений по защите населения и территорий от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и применения современных средств поражения, а также принятия мер по ликвидации их воздействий;
- выполнения конституционного долга и обязанности по защите Отечества в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации;
- своевременного оказания доврачебной помощи.

В результате освоения дисциплины у обучающегося должны сформироваться следующие **компетенции**:

**13.02.01 Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и электромеханического оборудования (по отраслям)**  
**базовая подготовка**

Код	Общие компетенции
ОК 1	Выбрать способы решения задач деятельности применительно к различным контекстам;
ОК 2	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельностью;
ОК 3	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;
ОК 4	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;
ОК 5	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 6	Проявлять гражданско- патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей;
ОК 7	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;
ОК 8	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и для поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная нагрузка (всего)</b>	68
<b>Обязательная аудиторная нагрузка (всего)</b>	68
В том числе:	
- практические занятия	10
<b>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, Самостоятельная работа	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Введение</b>	Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности	2	1
<b>Раздел 1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>		<b>16</b>	
Тема 1.1 Здоровье и здоровый образ жизни	Содержание учебного материала	2	2
	1 Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни основа укрепления и сохранения личного здоровья. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой.		
	<b>Практические занятия 1</b>	2	
	1 Рациональное питание, расчет дневного рациона		
Тема 1.2 Вредные привычки	Содержание учебного материала	4	2
	1 Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.		
Тема 1.3 Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	Содержание учебного материала	8	2
	1 Правила оказания первой помощи пострадавшим. Первая медицинская помощь при травмах и ранениях, виды переломов и оказание первой помощи. Оказание первой помощи пострадавшему при электротравме. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания, симптомы синдрома дли-		

	<p>тельного сдавливания.</p> <p>Первая помощь при наружных кровотечениях. Виды кровотечений. Правила наложения жгута.</p> <p>Первая помощь при ожогах. Термические химические ожоги. Степени ожогов.</p> <p>Первая помощь при воздействии высоких температур. Отрицательные воздействия высоких температур. Предупреждения развития перегрева. Тепловой удар. Воздействие ультрафиолетовых лучей.</p> <p>Первая помощь при воздействии низких температур. Признаки отморожений четырех ступеней.</p> <p>Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Правила приема помощи ребенку или взрослому при падении инородных тел в верхние дыхательные пути. Правила первой помощи если пострадавший находится без сознания.</p> <p>Первая помощь при отравлениях. Отличия острого отравления от хронического.</p> <p>Первая помощь при отсутствии сознания</p> <p>Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.</p> <p>Первая медицинская помощь профилактик при остановке сердца.</p> <p>Основные инфекционные болезни, их классификация. Источники инфекций. Пути передачи. Профилактика инфекционных заболеваний. Лечение инфекционных больных. Инфекции, передаваемые половым путем.</p>		
<b>Раздел 2 Государственная система обеспечения безопасности населения</b>		<b>20</b>	
Тема 2.1 Общие понятия, характеристика, правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	Содержание учебного материала	4	2
	1 Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций. Чрезвычайные ситуации по природе возникновения, техногенные чрезвычайные ситуации. Чрезвычайные ситуации по масштабам распространения. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Модели поведения при возникновении таких ситуаций: - стихийные бедствия геологического характера: землетрясения, извержение вулканов, оползни, сели, горные обвалы, снежные лавины. - стихийные бедствия метеорологического характера: ураганы, бури, смерчи. - стихийные бедствия гидрологического характера: наводнения, затопление, подтопление, цунами. - природные пожары, торфяные пожары.		
	<b>Практические занятия 2</b>	2	

	<b>1</b>	Оценка воздействия вредных веществ, содержащихся в воздухе		
Тема 2.2 Единая государственная система предупреждений и ликвидаций чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Гражданская оборона.	Содержание учебного материала		8	2
	1	РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Цели и задачи РСЧС и МЧС России. Режим функционирования, силы и средства РСЧС. Правила и обязанности граждан России в условиях чрезвычайных ситуаций. Силы и средства ликвидации чрезвычайных ситуаций. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Защитные сооружения. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Мероприятия по защите населения, обучения населения защите от чрезвычайных ситуаций.		
	<b>Практическое занятие 3</b>			
Первичные средства пожаротушения		2		
Тема 2.3 Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта и при захвате в заложники	Содержание учебного материала		2	2
	1	Мероприятия по защите населения. Меры по предотвращению террористического акта. Действия при захвате заложников. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в		



		качестве заложника.		
Тема 2.4 Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.		Содержание учебного материала	2	2
	1	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. Основные функции каждой службы. Противопожарная служба субъекта Российской Федерации. Полиция Российской Федерации. Служба скорой медицинской помощи Федеральная по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор). Гидрометеорологическая служба		
<b>Раздел 3 Основы обороны государства и воинская обязанность</b>			<b>30</b>	
Тема 3.1 История создания Вооруженных Сил России.		Содержание учебного материала	2	2
	1	Организация вооруженных сил Московского государства в XIV-XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.		
Тема 3.2 Организационная структура Вооруженных Сил.		Содержание учебного материала	6	2
	1	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил Российской Федерации. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Воздушно - Космические Силы РФ: история создания, предназначение, структура, задачи. Военно-Морской Флот, история создания, предназначение, структура, задачи. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска РФ: история создания, предназначение, структура. Тыл Вооруженных Сил РФ: история создания, предназначение, структура, задачи. Войска, не входящие в виды и рода войск Вооруженных Сил РФ.		

		<p>Пограничные войска: история создания, предназначение, структура, задачи.</p> <p>Внутренние войска МВД России: история создания, предназначение, структура, задачи.</p> <p>Войска гражданской обороны: цели и задачи войск</p> <p>Специальные войска: история создания, предназначение, структура, задачи.</p> <p>Руководство вооруженными силами РФ. Структуры, относящиеся к учреждениям министерства обороны Российской Федерации. Комплектование вооруженных сил Российской Федерации личным составом</p>		
		<b>Практические занятия4</b>	2	
	1	Семинар «Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации, их предназначение и особенности прохождения военной службы».		
Тема 3.3 Воинская обязанность		Содержание учебного материала	4	2
	1	<p>Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.</p> <p>Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта.</p>		
Тема 3.4 Военнослужащий – защитник своего Отечества		Содержание учебного материала	6	2
	1	<p>Прохождение военной службы по призыву.</p> <p>Прохождения военной службы по контракту.</p> <p>Альтернативно гражданская служба.</p> <p>Права и обязанности военнослужащих</p> <p>Основные качества личности военнослужащего: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой.</p> <p>Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.</p> <p>Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск.</p>		

		<p>Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).</p> <p>Военнослужащий – подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.</p> <p>Единоначалие – принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации.</p> <p>Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву.</p> <p>Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.).</p>		
Тема 3.5 Как стать офицером Российской армии	Содержание учебного материала		2	2
	1	Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации		
	<b>Практические занятия 5</b>		2	
	1	Собеседование «Правила приема гражданской молодежи в военные образовательные учреждения профессионального образования».		
Тема 3.6 Боевые традиции Вооруженных Сил России.	Содержание учебного материала		2	2
	1	Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества. Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Дни воинской славы России – дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота.		
Тема 3.7 Символы воинской чести	Содержание учебного материала		2	2
	1	Боевое Знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.		
Тема 3.8	Содержание учебного материала		2	2

Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку.		
<b>Всего</b>			68	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Основы безопасности жизнедеятельности» профессиональной образовательной программы

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект плакатов по ГО;
- комплект плакатов по основам военной службы;
- медицинские средства защиты;
- компас;
- огнетушители;
- аптечка индивидуальная (АИ-2);
- тренажер для оказания первой медицинской помощи;
- противохимический пакет;

Технические средства

- компьютер с лицензионным программным обеспечением и мультимедиа-проектором.

#### **3.2 Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы.**

##### **Основные источники:**

1 Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для сред. проф. образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. – 2-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2018.

2 Воробьев Ю.Л. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Учеб. для общеобразовательных учреждений / Под ред. Ю.Л. Воробьева. - М.: ООО «Издательство АСТ», 2019.

3 Кукин П.П. Основы безопасности жизнедеятельности. Безопасность технологических процессов

4 Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ. - Ростов н\Д 2019

5 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник\ Е.Н. Назарова, Ю. Д. Жиков,- М 2020.

6 Мастрюков Б.С. Безопасность в чрезвычайных ситуациях. Учебник. - М.: ОИЦ «Академия», 2019.

##### **Дополнительные источники:**

1. Айзман Р.И. Основы медицинских знаний: учеб. пособие для бакалавров\ Р.И. Айзман, И.В. Омельчинко.- М2018

2. Каменев А.И. Энциклопедия русского офицера\ АИКаменев.-

М.2018

3. Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

4. Федеральный закон от 9 января 1996 г. № 3-ФЗ «О радиационной опасности населения».

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ МЕЖДИСЦИПЛИНАРНОГО КУРСА «ТЕХНИЧЕСКАЯ ЭКСПЛУАТАЦИЯ И ОБСЛУЖИВАНИЕ ЭЛЕКТРИЧЕСКОГО И ЭЛЕКТРОМЕХАНИЧЕСКОГО ОБОРУДОВАНИЯ»

Контроль и оценка результатов освоения междисциплинарного курса осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)		Формы и методы контроля и оценка результатов обучения
Общие компетенции	Знания и умения	
<p>ОК1 Выбрать способы решения задач деятельности применительно к различным контекстам;</p> <p>ОК2 Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельностью;</p> <p>ОК3 Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;</p> <p>ОК4 Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;</p> <p>ОК5 Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;</p> <p>ОК6 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей;</p> <p>ОК7 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;</p> <p>ОК8 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и для поддержания необходимого уровня физической подготовленности.</p>	<p><b>Умения:</b></p> <p>организовывать и проводить мероприятия по защите работников и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;</p> <p>предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;</p> <p>использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; применять первичные средства пожаротушения;</p> <p>ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;</p> <p>применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;</p> <p>владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;</p> <p>оказывать первую помощь пострадавшим;</p> <p><b>Знания:</b></p> <p>принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;</p> <p>основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;</p> <p>основы военной службы и обороны государства;</p>	<p>Оценка результатов работы студентов на практических занятиях</p> <p>Оценка устных ответов обучающихся</p> <p>Выполнение заданий</p> <p>Практические занятия</p> <p>Подготовка докладов (тезисов к докладу) по заданной тематике исследования</p> <p>Оценка результатов работы студентов на практических занятиях</p> <p>Оценка результатов работы студентов в рамках беседы</p> <p>Оценка устных ответов обучающихся</p> <p>Практические занятия</p> <p>Индивидуальные задания для самостоятельного выполнения</p> <p>Выполнение реферативных работ</p> <p>Подготовка докладов по заданной тематике исследования</p> <p>Практические занятия</p> <p>Устный контроль индивидуальный и групповой опрос</p> <p>Внеаудиторная самостоятельная работа.</p> <p>Устный контроль индивиду-</p>

	<p>задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения; меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;</p> <p>организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;</p> <p>основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящие на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям</p>	<p>альный и групповой опрос</p>
--	--	---------------------------------