

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Золотухина Елена Николаевна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 06.07.2022 15:43:37  
Уникальный программный ключ:  
ed74cad8f1c19aa426b59e780a391b3e6ee2e1026402f1b3f388bce49d1d570e

Автономная некоммерческая организация высшего образования  
«Московский региональный социально-экономический институт»

Программа утверждена  
Ученым советом МРСЭИ  
Протокол № 10 от 30.06.2022 г.

Утверждаю  
Ректор  Золотухина Е. Н.  
10 июня 2022 г.  


## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебной дисциплины

**БД. 06 Основы безопасности жизнедеятельности**

по специальности **40.02.01 Право и организация социального  
обеспечения**

квалификация выпускника: **Юрист**

форма обучения: **очная**

Рабочая программа по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена в соответствии с Федеральным Государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 40.02.01 Право и организация социального обеспечения, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2014 г. № 508.

**Составитель: Варламов Владимир Александрович** – преподаватель СПО

**Рецензент: Яшина О. М.** – зав. кафедрой ФК и БЖ, преподаватель высшей квалификационной категории Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения города Москвы "Московский колледж управления, гостиничного бизнеса и информационных технологий "Царицыно"

Рабочая программа дисциплины рассмотрена и одобрена на заседании предметно-цикловой комиссии «Общеобразовательных дисциплин» Московского регионального социально-экономического института (Протокол № 10 от 30 июня 2022 г.).

## ***СОДЕРЖАНИЕ***

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ .....	13

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## БД. 06 Основы безопасности жизнедеятельности

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

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является общеобразовательной базовой дисциплиной для всех специальностей среднего профессионального образования.

### 1.2. Цели и планируемые результаты освоения дисциплины

Требования к предметным результатам освоения основ безопасности жизнедеятельности должны отражать:

1) сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;

2) знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

3) сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

4) сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

5) знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

6) знание факторов, пагубно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);

7) знание основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

8) умение предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

9) умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

10) знание основ обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;

11) знание основных видов военно-профессиональной деятельности,

особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

12) владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен *уметь*:

– грамотно действовать в ЧС природного, техногенного и военного характера;

– владеть навыками безопасного поведения в различных экстремальных ситуациях, в том числе в зонах с повышенной криминогенной опасностью;

– выполнять мероприятия гражданской обороны (использования средств индивидуальной и коллективной защиты);

– оказывать первую медицинскую помощь при ранениях, кровотечениях, при травмах.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен *знать*:

– опасные и чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера;

– предназначение, структура и задачи РСЧС;

– структура, задачи гражданской обороны;

– современные средства поражения и их поражающие факторы;

– организацию инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени;

– организацию аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах ЧС;

– правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника;

– правовые основы организации защиты населения от ЧС мирного времени.

–

#### Планируемые личностные результаты

ЛР 9	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.
ЛР 19	Осознающий значимость ведения ЗОЖ для достижения собственных и общественно-значимых целей

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем в часах
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	118
в т.ч. в форме практической подготовки	78
в т. ч.:	
теоретическое обучение	78
практические занятия	-
курсовая работа (проект)	-
контрольная работа	-
<i>Самостоятельная работа</i>	40
консультации	-
<b>Промежуточная аттестация – дифференцированный зачет</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы, практические занятия	Объем часов	Личностные результаты, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
<b>Введение</b>	Актуальность изучения «ОБЖ»	2	ЛР 9, 19
<b>Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>		<b>23</b>	
Тема 1.1. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья	<i>Содержание учебного материала:</i>		
	Сохранение и укрепление здоровья – важная забота каждого человека и всего общества. Факторы, влияющие на здоровье.	2	
	Двигательная активность и закаливание организма. Режим жизнедеятельности и биологические ритмы.	2	
	Влияние среды обитания и правильного питания на ЗОЖ.	4	
	<b>Самостоятельная работа</b>	3	
Тема 1.2 Вредные привычки и их влияние на здоровье человека. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества	<i>Содержание учебного материала:</i>		
	Вредные привычки (употребление алкоголя, наркотиков, курение и т.д.) и их пагубное влияние на здоровье.	2	
	Понятие репродуктивного здоровья и репродуктивной системы.	2	
	Инфекции, передаваемые половым путем и их последствия для репродуктивной функции человека.	2	
	Инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. Понятие об иммунитете.	6	
	<b>Самостоятельная работа</b>	3	
<b>Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>		<b>27</b>	
Тема 2.1. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	<i>Содержание учебного материала:</i>		
	Понятие о ЧС и их классификация (авария, катастрофа). Характеристика ЧС.	4	

	<b>Самостоятельная работа</b>	3	
Тема 2.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	<i>Содержание учебного материала:</i>		
	РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.	4	
	<b>Самостоятельная работа</b>	3	
Тема 2.3. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Современные средства поражения их поражающие факторы	<i>Содержание учебного материала:</i>		
	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.	3	
	Защитные сооружения гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.	2	
	<b>Самостоятельная работа</b>	3	
Тема 2.4. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан	<i>Содержание учебного материала:</i>		
	МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция в Российской Федерации – система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свобод и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Другие государственные службы в области безопасности.	4	
	<b>Самостоятельная работа</b>	3	
	<b>Итого за семестр</b>	<b>52</b>	
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.</b>		<b>36</b>	
Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России	<i>Содержание учебного материала:</i>		
	История создания Вооруженных Сил Московского государства 15-16 в.в. Военные реформы Петра 1. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы. Виды ВС РФ. Рода войск видов ВС РФ	4	



	<b>Самостоятельная работа</b>	6	
Тема 3.2. Военная обязанность. Основные понятия о военной обязанности	<i>Содержание учебного материала:</i>		
	Основные понятия о военной обязанности. Военный учет. Организация военного учета и его предназначение. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Альтернативная гражданская служба. Прохождение военной службы по контракту. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Соблюдение норм международного гуманитарного права.	4	
	<b>Самостоятельная работа</b>	6	
Тема 3.3. Военнослужащий–защитник своего Отечества.	<i>Содержание учебного материала:</i>		
	Основные понятия психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Единоначалие-принцип строительства ВС РФ	2	
	<b>Самостоятельная работа</b>	6	
Тема 3.4. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования	<i>Содержание учебного материала:</i>		
	Военные образовательные учреждения профессионального образования. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Военный коллектив – войсковое товарищество. Ритуал принятия военной присяги. Проводы увольняемых в запас или отставку. Символы воинской чести. Государственный герб. Государственный флаг. Боевое знамя	8	
<b>Раздел 4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>		<b>28</b>	
Тема 4.1. Первая помощь при травмах.	<i>Содержание учебного материала:</i>		
	Общие правила оказания первой помощи. Первая помощь при травмах различных областей тела.	8	
	<i>Содержание учебного материала:</i>		
	Первая помощь СДС	2	
	Виды кровотечений ПП при наружных кровотечениях	2	

	Первая помощь при ожогах и при воздействии высоких температур.	4	
	Первая помощь при воздействии низких температур.	8	
	<b>Самостоятельная работа</b>	4	
	<b>Дифференцированный зачет</b>	2	
	<b>Итого за семестр:</b>	<b>66</b>	
	<b>Всего по дисциплине:</b>	<b>118</b>	

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

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет безопасности жизнедеятельности, оснащенный оборудованием:

48 учебных мест, рабочее место преподавателя, мультимедийный проектор, ноутбук, экран, учебная доска, наглядные учебные пособия по дисциплине, плакаты, дидактические средства обучения;

Office Professional Plus 2016 Russian OLP NL AcademicEdition (MS Word, MS Excel, MS Power Point, MS Access), основание Акт предоставления прав № Tr035773 от 22 июля 2016 года, АО «СофтЛайн Трейд»;

Программа компьютерного тестирования знаний MyTestXPro – акт предоставления прав № IT168538 от 01.10.2013;

Google Chrome – Интернет-браузер. Свободное ПО // бессрочно;

Opera – Интернет-браузер. Свободное ПО // бессрочно;

AdobeAcrobatReader DC – Программа просмотра файлов в формате PDF Свободное ПО // бессрочно;

7-ZIP – архиватор. Свободное ПО // бессрочно.

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

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

##### **3.2.1. Основная литература**

1. Резчиков, Е. А. Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. 10—11 классы: учебник для среднего общего образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 634 с. — (Народное просвещение). — ISBN 978-5-534-15640-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/509258>

2. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 313 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-04629-8. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489671>

##### **3.2.2. Дополнительная литература**

3. Микрюков, В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + eПриложение. : учебник / Микрюков В.Ю. — Москва : КноРус, 2020. — 290 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-07321-6. — URL: <https://book.ru/book/932127>

4. Косолапова, Н.В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум. : учебное пособие / Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. — Москва : КноРус, 2020. — 155 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-07468-8. — URL: <https://book.ru/book/932500>

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, 2022. — 212 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09079-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491731>

### **3.2.3. Интернет-ресурсы**

1. <https://book.ru>
2. <https://urait.ru>

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

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- опасные и чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера;</li> <li>- предназначение, структура и задачи РСЧС;</li> <li>- структура, задачи гражданской обороны;</li> <li>- современные средства поражения и их поражающие факторы;</li> <li>- организацию инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени;</li> <li>- организацию аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах ЧС;</li> <li>- правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника;</li> <li>- правовые основы организации защиты населения от ЧС мирного времени.</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- грамотно действовать в ЧС природного, техногенного и военного характера;</li> <li>- владеть навыками безопасного поведения в различных экстремальных ситуациях, в том числе в зонах с повышенной криминогенной опасностью;</li> <li>- выполнять мероприятия гражданской обороны (использования средств индивидуальной и коллективной защиты);</li> <li>- оказывать первую медицинскую помощь при ранениях, кровотечениях, при травмах.</li> </ul>	<p><u>Отлично:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– даны исчерпывающие и обоснованные ответы на все поставленные вопросы, правильно и рационально (с использованием рациональных методик) решены соответствующие задачи;</li> <li>– в ответах выделялось главное, все теоретические положения умело увязывались с требованиями руководящих документов;</li> <li>– ответы были четкими и краткими, а мысли излагались в логической последовательности;</li> <li>– показано умение самостоятельно анализировать факты, события, явления, процессы в их взаимосвязи и диалектическом развитии.</li> </ul> <p><u>Хорошо:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– даны полные, достаточно обоснованные ответы на поставленные вопросы, правильно решены практические задания;</li> <li>– в ответах не всегда выделялось главное, отдельные положения недостаточно увязывались с требованиями руководящих документов, при решении практических задач не всегда использовались рациональные методики расчётов;</li> <li>– ответы в основном были краткими, но не всегда четкими.</li> </ul> <p><u>Удовлетворительно:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– даны в основном правильные ответы на все поставленные вопросы, но без должной глубины и обоснования, при решении практических задач студент использовал прежний опыт и не применял новые методики выполнения расчётов, однако на уточняющие вопросы даны в целом правильные</li> </ul>	<p><u>Текущий контроль</u> в форме: устного и письменного опросов; тестирования; оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы.</p> <p><u>Промежуточная аттестация</u> в форме: дифференцированного зачета.</p>

	<p>ответы;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– при ответах не выделялось главное;</li><li>– ответы были многословными, нечеткими и без должной логической последовательности;</li><li>– на отдельные дополнительные вопросы не даны положительные ответы.</li></ul> <p><u>Неудовлетворительно:</u> Выставляется обучающемуся, если не выполнены требования, соответствующие оценке «удовлетворительно».</p>	
--	---	--