

МИНОБРНАУКИ РОССИИ



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

**«Российский государственный гуманитарный университет»**

**(ФГБОУ ВО «РГГУ»)**

Гуманитарный колледж

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **УП.13 Основы безопасности жизнедеятельности**

**специальности 38.02.06 Финансы**

ОДОБРЕНА

Предметной (цикловой) комиссией для учебно-методического обеспечения учебных предметов образовательной программы среднего общего образования

Протокол № 1 от «11» сентября 2023 г.

Разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (утвержден Приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413) с последующими изменениями и дополнениями (далее – ФГОС СОО);
- Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 38.02.06 Финансы, утвержденным приказом Минобрнауки России от 05.02.2018г. № 65;
- Приказа Минпросвещения России «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования» от 18.05.2023 №371;
- Примерной рабочей программы общеобразовательной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», рекомендованной ФГБОУ ДПО ИРПО (утверждено на заседании Совета по оценке содержания и качества примерных рабочих программ общеобразовательного и социально-гуманитарного циклов среднего профессионального образования Протокол № 14 от 30.11.2022 г.).

Разработчик: Бочаров Б.В., к. воен. наук, профессор, преподаватель ГК РГГУ

Рецензент: Нецветов А.Г., к. биол. н., преподаватель Гуманитарного колледжа РГГУ

Содержание

стр.

|   |    |
|---|----|
| 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА              | 4  |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА                 | 11 |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА                     | 22 |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА | 24 |

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

## Основы безопасности жизнедеятельности

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности является частью образовательной программы (ОП) СПО на базе основного общего образования – программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ).

Программа учебного предмета может использоваться другими профессиональными образовательными организациями, реализующими образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОП СПО на базе основного общего образования – программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ).

Рабочая программа учебного предмета может быть адаптирована для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

**1.2. Место учебного предмета в структуре образовательной программы:** учебный предмет УП.13 Основы безопасности жизнедеятельности является обязательной частью общеобразовательного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СОО и ФГОС по специальности 38.02.06 Финансы.

### 1.3. Цели и планируемые результаты освоения учебного предмета:

**1.3.1. Цель учебного предмета:** формирование компетенций, обеспечивающих повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз.

#### 1.3.2. Планируемые результаты освоения учебного предмета:

Освоение содержания учебного предмета обеспечивает достижение обучающимися следующих результатов:

##### **личностных:**

- осознание обучающимися российской гражданской идентичности;
- готовность к саморазвитию, самостоятельности и самоопределению;
- наличие мотивации к обучению и личностному развитию;
- целенаправленное развитие внутренней позиции личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций;
- формирование системы значимых ценностно-смысловых установок, антикоррупционного мировоззрения, правосознания, экологической культуры;
- способность ставить цели и строить жизненные планы;

##### **метапредметных:**

- освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные), способность их использования в познавательной и социальной практике;
- готовность к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности, организации учебного сотрудничества с педагогическими работниками и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории;
- овладение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности;

##### **предметных:**

- сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;
- сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знать порядок действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;
- сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте. Знание правил безопасного

поведения на транспорте, умение применять их на практике, знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;

– знания о способах безопасного поведения в природной среде; умение применять их на практике; знать порядок действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;

– владение основами медицинских знаний: владение приемами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знание мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера;

– знание основ безопасного, конструктивного общения, умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им;

– сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии; знания о способах безопасного поведения в цифровой среде; умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;

– знание основ пожарной безопасности; умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности;

– сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знать роль государства в противодействии терроризму; уметь различать приемы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знать порядок действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знать порядок действий при угрозе совершения террористического акта; совершении террористического акта; проведении контртеррористической операции;

– сформированность представлений о роли России в современном мире; угрозах военного характера; роли Вооруженных Сил Российской Федерации в обеспечении мира; знание основ обороны государства и воинской службы; прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знать действия при сигналах гражданской обороны;

– знание основ государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области;

– знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности.

Особое значение учебный предмет имеет при формировании и развитии:

– общих компетенций:

| Код компетенции | Наименование компетенции  | Знания, умения  |
|-----------------|---|---|
| ОК 01           | Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно | <b>Умения:</b><br>- распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте;<br>- анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части;<br>- определять этапы решения задачи; |

|       |   |  |
|-------|---|--|
|       | к различным контекстам  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы;</li> <li>- составить план действия;</li> <li>- определить необходимые ресурсы;</li> <li>- владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах;</li> <li>- реализовать составленный план;</li> <li>- оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить;</li> <li>- основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте;</li> <li>- алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях;</li> <li>- методы работы в профессиональной и смежных сферах;</li> <li>- структуру плана для решения задач;</li> <li>- порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности</li> </ul> |
| ОК 02 | Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности | <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять задачи для поиска информации;</li> <li>- определять необходимые источники информации;</li> <li>- планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию;</li> <li>- выделять наиболее значимое в перечне информации;</li> <li>- оценивать практическую значимость результатов поиска;</li> <li>- оформлять результаты поиска</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- номенклатура информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности;</li> <li>- приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации</li> </ul>   |
| ОК 03 | Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие  | <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности;</li> <li>- применять современную научную профессиональную терминологию;</li> <li>- определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- содержание актуальной нормативно-правовой документации;</li> <li>- современная научная и профессиональная терминология;</li> <li>- возможные траектории профессионального развития и самообразования</li> </ul>   |
| ОК 04 | Эффективно  | <b>Умения:</b>   |

|       |   |  |
|-------|---|--|
|       | взаимодействовать и работать в коллективе и команде   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– организовывать работу коллектива и команды;</li> <li>– взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами в ходе профессиональной деятельности.</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– психологические основы деятельности коллектива, психологические особенности личности;</li> <li>– основы проектной деятельности.</li> </ul>  |
| ОК 06 | Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей   | <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- описывать значимость своей специальности;</li> <li>- применять стандарты антикоррупционного поведения</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей;</li> <li>- значимость профессиональной деятельности по специальности;</li> <li>- стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения</li> </ul>  |
| ОК 07 | Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях   | <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдать нормы экологической безопасности;</li> <li>- определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности;</li> <li>- основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности;</li> <li>- пути обеспечения ресурсосбережения</li> </ul>  |
| ОК 08 | Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности | <p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей;</li> <li>- применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности;</li> <li>- пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной специальности</li> </ul> <p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека;</li> <li>- основы здорового образа жизни;</li> <li>- условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для специальности;</li> <li>- средства профилактики перенапряжения</li> </ul> |

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### 2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

| <b>Вид учебной работы</b>   | <b>Объем часов</b> |
|---|--------------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>                        | <b>72</b>          |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>             | <b>70</b>          |
| в том числе:  |                    |
| лекции, уроки   | 24                 |
| практические занятия  | 46                 |
| в том числе: в форме практической подготовки                        | 6                  |
| промежуточная аттестация  | 2                  |
| <b>Промежуточная аттестация в форме: дифференцированного зачета</b> |                    |



## 2.2. Тематический план и содержание учебного предмета

| Наименование разделов и тем  | Содержание учебного материала (основное и профессионально-ориентированное), лабораторные и практические занятия, прикладной модуль (при наличии)   | Объем часов | Формируемые компетенции                         |
|--|--|-------------|---|
| <b>1 семестр</b>   |  | <b>35</b>   | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ОК 07, ОК 08 |
| <b>Раздел 1. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе</b>  |  | <b>2</b>    |   |
| Тема 1.1.<br>Современные представления о культуре безопасности   | <b>Содержание учебного материала</b><br>Понятие «культура безопасности», его значение в жизни человека, общества, государства. Соотношение понятий «опасность», «безопасность», «риск» («угроза»). Соотношение понятий «опасная ситуация», «экстремальная ситуация», «чрезвычайная ситуация». Представление об уровнях взаимодействия человека и окружающей среды. Общие принципы (правила) безопасного поведения. Индивидуальный, групповой, общественно-государственный уровни решения задачи обеспечения безопасности | 1           |   |
| Тема 1.2.<br>Влияние поведения на безопасность.<br>Рискориентированный подход к обеспечению безопасности на уровне личности, общества, государства | <b>Содержание учебного материала</b><br>Понятия «виктимность», «виктимное поведение», «безопасное поведение». Влияние действий и поступков человека на его безопасность и благополучие. Действия, позволяющие предвидеть опасность. Действия, позволяющие избежать опасности. Действия в экстремальной и опасной ситуации. Рискориентированное мышление как основа обеспечения безопасности. Рискориентированный подход к обеспечению безопасности личности, общества, государства                                       | 1           |   |
| <b>Раздел 2. Безопасность в быту</b>   |  | <b>6</b>    |   |
| Тема 2.1.<br>Источники опасности в быту.<br>Профилактика и первая помощь при отравлениях   | <b>Содержание учебного материала</b><br>Источники опасности в быту, их классификация. Общие правила безопасного поведения. Защита прав потребителя. Правила безопасного поведения при осуществлении покупок в Интернете. Причины и профилактика бытовых отравлений. Первая помощь, порядок действий в экстренных случаях   | 2           |   |

|  |  |          |  |
|--|--|----------|--|
| <p>Тема 2.2. Безопасность в быту.<br/>Предупреждение травм и первая помощь при них.<br/>Пожарная безопасность в быту</p> | <p><b>Практические занятия</b><br/>Предупреждение бытовых травм. Правила безопасного поведения в ситуациях, связанных с опасностью получить травму (спортивные занятия, использование различных инструментов, стремянок, лестниц и др.). Первая помощь при ушибах, переломах, кровотечениях. Основные правила безопасного поведения при обращении с газовыми и электрическими приборами. Последствия электротравмы. Порядок проведения сердечно-лёгочной реанимации.<br/>Основные правила пожарной безопасности в быту.<br/>Термические и химические ожоги. Первая помощь при ожогах</p>           | 2        |  |
| <p>Тема 2.3.<br/>Безопасное поведение в местах общего пользования</p>  | <p><b>Практическое занятие (профессионально-ориентированное содержание)</b><br/>Правила безопасного поведения в местах общего пользования (подъезд, лифт, мусоропровод, придомовая территория, детская площадка, площадка для выгула собак и др.). Коммуникация с соседями. Меры по предупреждению преступлений. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Правила безопасного поведения в ситуации коммунальной аварии. Порядок вызова аварийных служб и взаимодействия с ними. Действия в экстренных случаях</p>   | 2        |  |
| <b>Раздел 3. Безопасность на транспорте</b>  |  | <b>6</b> |  |
| <p>Тема 3.1. Безопасность дорожного движения</p>   | <p><b>Содержание учебного материала</b><br/>История появления правил дорожного движения и причины их изменчивости. Рискориентированный подход к обеспечению безопасности на транспорте. Безопасность пешехода в разных условиях (движение по обочине; движение в тёмное время суток; движение с использованием средств индивидуальной мобильности). Взаимосвязь безопасности водителя и пассажира. Правила безопасного поведения при поездке в легковом автомобиле, автобусе. Ответственность водителя. Ответственность пассажира.<br/>Представления о знаниях и навыках, необходимых водителю</p> | 2        |  |
| <p>Тема 3.2.<br/>Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях</p>   | <p><b>Практические занятия</b><br/>Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях разного характера (при отсутствии пострадавших; с одним или несколькими пострадавшими; при опасности возгорания; с большим количеством участников)</p>  | 2        |  |

|   |   |                 |  |
|---|---|-----------------|--|
| <p>Тема 3.3.<br/>Безопасное поведение на разных видах транспорта</p>                                    | <p><b>Практические занятия</b><br/>Основные источники опасности в метро. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности на водном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности на авиационном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасности, экстремальной или чрезвычайной ситуации.</p> | <p>2</p>        |  |
| <p><b>Раздел 4 Безопасность в общественных местах</b></p>   |   | <p><b>6</b></p> |  |
| <p>Тема 4.1. Безопасность в общественных местах.<br/>Опасности социально-психологического характера</p> | <p><b>Содержание учебного материала</b><br/>Общественные места и их классификация. Основные источники опасности в общественных местах закрытого и открытого типа. Общие правила безопасного поведения. Опасности в общественных местах социально-психологического характера (возникновение толпы и давки; проявление агрессии; криминальные ситуации; случаи, когда потерялся человек).<br/>Порядок действий при риске возникновения или возникновении толпы, давки.<br/>Эмоциональное заражение в толпе, способы самопомощи. Особенности поведения при попадании в агрессивную и паническую толпу</p>  | <p>2</p>        |  |
| <p>Тема 4.2. Безопасность в общественных местах.<br/>Опасности криминального характера</p>              | <p><b>Практические занятия</b><br/>Правила безопасного поведения при проявлении агрессии. Криминальные ситуации в общественных местах. Правила безопасного поведения. Порядок действий при попадании в опасную ситуацию. Порядок действий в случаях, когда потерялся человек (ребёнок; взрослый; пожилой человек; человек с ментальными расстройствами). Порядок действий в ситуации, если вы обнаружили потерявшегося человека</p>   | <p>2</p>        |  |

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| <p>Тема 4.3. Безопасность в общественных местах.<br/>Действия при пожаре, обрушении конструкций, угрозе или совершении террористического акта</p> | <p><b>Практические занятия</b><br/>Порядок действий при угрозе возникновения пожара в различных общественных местах, на объектах с массовым пребыванием людей (лечебные, образовательные, культурные, торгово-развлекательные учреждения).<br/>Меры безопасности и порядок действий при угрозе обрушения зданий и отдельных конструкций. Меры безопасности и порядок поведения при угрозе, в условиях совершения террористического акта</p>  | 2 |  |
| <p><b>Раздел 5 Безопасность в природной среде</b></p>   |  | 7 |  |
| <p>Тема 5.1.<br/>Безопасность в природной среде.</p>  | <p><b>Содержание учебного материала</b><br/>Отдых на природе. Источники опасности в природной среде. Основные правила безопасного поведения в лесу, в горах, на водоёмах. Общие правила безопасности в походе. Особенности обеспечения безопасности в водном походе. Особенности обеспечения безопасности в горном походе.<br/>Ориентирование на местности. Карты, традиционные и современные средства навигации (компас, GPS).<br/>Порядок действий в случаях, когда человек потерялся в природной среде.<br/>Источники опасности в автономных условиях. Сооружение убежища. Получение воды и питания. Способы защиты от перегрева и переохлаждения в разных природных условиях. Первая помощь при перегревании, переохлаждении и отморожении</p> | 2 |  |
| <p>Тема 5.2. Чрезвычайные ситуации природного характера. Природные пожары</p>   | <p><b>Практические занятия</b><br/>Чрезвычайные ситуации природного характера. Общие правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера (предвидеть; избежать опасности; действовать: прекратить или минимизировать воздействие опасных факторов; дожидаться помощи).<br/>Природные пожары. Возможности прогнозирования и предупреждения. Правила безопасного поведения. Последствия природных пожаров для людей и окружающей среды</p>   | 1 |  |

|  |   |          |  |
|--|---|----------|--|
| Тема 5.3. Чрезвычайные ситуации геологического характера: землетрясения, извержение вулканов, оползни, камнепады         | <b>Практические занятия</b><br>Чрезвычайные ситуации геологического характера. Возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий. Правила безопасного поведения. Последствия чрезвычайных ситуаций геологического характера  | 1        |  |
| Тема 5.4. Чрезвычайные ситуации гидрологического характера: наводнения, паводки, половодья, цунами, сели, снежные лавины | <b>Практические занятия</b><br>Чрезвычайные ситуации гидрологического характера. Возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий. Правила безопасного поведения. Последствия чрезвычайных ситуаций гидрологического характера  | 1        |  |
| Тема 5.5. Чрезвычайные ситуации метеорологического характера: бури, ливни, град, мороз, жара                             | <b>Практические занятия</b><br>Чрезвычайные ситуации метеорологического характера. Возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий. Правила безопасного поведения. Последствия чрезвычайных ситуаций метеорологического характера  | 1        |  |
| Тема 5.6. Экологическая грамотность и разумное природопользование  | <b>Практическое занятие (профессионально-ориентированное содержание)</b><br>Влияние деятельности человека на природную среду. Причины и источники загрязнения Мирового океана, рек, почвы, космоса. Чрезвычайные ситуации экологического характера. Возможности прогнозирования, предупреждения, смягчения последствий. Экологическая грамотность и разумное природопользование | 1        |  |
| <b>Раздел 6 Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний</b>  |   | <b>8</b> |  |
| Тема 6.1.<br>Факторы, влияющие на здоровье человека. Здоровый образ жизни  | <b>Содержание учебного материала</b><br>Понятия «здоровье», «охрана здоровья», «здоровый образ жизни», «лечение», «профилактика». Биологические, социально-экономические, экологические (геофизические), психологические факторы, влияющие на здоровье человека. Составляющие здорового образа жизни: сон, питание, физическая активность, психологическое благополучие         | 2        |  |

|  |  |           |  |
|--|--|-----------|--|
| Тема 6.2. Инфекционные заболевания. Значение вакцинации в борьбе с инфекционными заболеваниями                       | <b>Практические занятия</b><br>Общие представления об инфекционных заболеваниях. Механизм распространения и способы передачи инфекционных заболеваний. Чрезвычайные ситуации биолого-социального характера. Меры профилактики и защиты. Роль вакцинации. Национальный календарь профилактических прививок. Вакцинация по эпидемиологическим показаниям. Значение изобретения вакцины для человечества  | 1         |  |
| Тема 6.3 Неинфекционные заболевания. Факторы риска и меры профилактики. Роль диспансеризации для сохранения здоровья | <b>Практические занятия</b><br>Неинфекционные заболевания. Самые распространённые неинфекционные заболевания. Факторы риска возникновения сердечно-сосудистых заболеваний. Факторы риска возникновения онкологических заболеваний. Факторы риска возникновения заболеваний дыхательной системы. Факторы риска возникновения эндокринных заболеваний. Меры профилактики неинфекционных заболеваний. Роль диспансеризации в профилактике неинфекционных заболеваний. Признаки угрожающих жизни и здоровью состояний, требующих вызова скорой медицинской помощи (инсульт, сердечный приступ, острая боль в животе, эпилепсия и др.)                  | 1         |  |
| Тема 6.4.<br>Психическое здоровье и психологическое благополучие   | <b>Практические занятия</b><br>Психическое здоровье и психологическое благополучие. Критерии психического здоровья и психологического благополучия. Основные факторы, влияющие на психическое здоровье и психологическое благополучие. Основные направления сохранения и укрепления психического здоровья (раннее выявление психических расстройств; минимизация влияния хронического стресса: оптимизация условий жизни, работы, учёбы; профилактика злоупотребления алкоголем и употребления наркотических средств; помощь людям, перенёвшим психотравмирующую ситуацию).<br>Меры, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья | 2         |  |
| Тема 6.5.<br>Первая помощь   | <b>Практические занятия</b><br>Первая помощь. История возникновения скорой медицинской помощи и первой помощи.<br>Состояния, при которых оказывается первая помощь. Мероприятия первой помощи. Алгоритм первой помощи. Оказание первой помощи в сложных случаях (травмы глаза; «сложные» кровотечения; первая помощь с использованием подручных средств; первая помощь при нескольких травмах одновременно). Действия при прибытии скорой медицинской помощи   | 2         |  |
| <b>Всего за I семестр:</b>   |  | <b>35</b> |  |
| <b>II семестр</b>  |  | <b>35</b> |  |

|  |  |          |  |
|--|--|----------|--|
| <b>Раздел 7 Безопасность в социуме</b>   |  | <b>8</b> |  |
| Тема 7.1.<br>Общение в жизни человека.<br>Межличностное общение,<br>общение в группе | <b>Содержание учебного материала</b><br>Определение понятия «общение». Особенности общения людей. Принципы и показатели эффективного общения.<br>Общие представления о понятиях «социальная группа», «большая группа», «малая группа». Межличностное общение, общение в группе, межгрупповое общение (взаимодействие). Особенности общения в группе. Психологические характеристики группы и особенности взаимодействия в группе. Групповые нормы и ценности. Коллектив как социальная группа. Психологические закономерности в группе   | 2        |  |
| Тема 7.2.<br>Конфликты и способы их разрешения                                       | <b>Содержание учебного материала</b><br>Понятие «конфликт». Стадии развития конфликта. Конфликты в межличностном общении; конфликты в малой группе. Факторы способствующие и препятствующие эскалации конфликта. Способы поведения в конфликте. Деструктивное и агрессивное поведение. Конструктивное поведение в конфликте. Роль регуляции эмоций при разрешении конфликта, виды эмоциональной регуляции. Способы разрешения конфликтных ситуаций. Основные формы участия третьей стороны в процессе урегулирования и разрешения конфликта. Ведение переговоров при разрешении конфликта. Опасные проявления конфликтов. Конфликт, буллинг, насилие. Понятие «виктимность». Способы противодействия буллингу и проявлению насилия | 2        |  |
| Тема 7.3.<br>Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия     | <b>Практические занятия</b><br>Способы психологического воздействия. Психологическое влияние в малой группе. Положительные и отрицательные стороны конформизма. Эмпатия и уважение к партнёру (партнёрам) по общению как основа коммуникации. Убеждающая коммуникация. Этапы убеждения. Подчинение и сопротивление влиянию. Манипуляция в общении. Цели, технологии и способы противодействия. Манипулятивное воздействие в группе. Манипулятивные приёмы. Манипуляция и мошенничество   | 2        |  |
| Тема 7.4. Психологические механизмы воздействия на большие группы людей              | <b>Практические занятия</b><br>Деструктивные псевдопсихологические технологии.<br>Психологическое влияние в больших группах. Способы воздействия на человека в большой группе (заражение; убеждение; внушение; подражание)   | 2        |  |
| <b>Раздел 8 Безопасность в информационном пространстве</b>                           |  | <b>8</b> |  |
| Тема 8.1.  | <b>Содержание учебного материала</b>   | 2        |  |

|  |  |          |  |
|--|--|----------|--|
| Безопасность в цифровой среде  | Понятия «цифровая среда», «цифровой след». Влияние цифровой среды на жизнь человека. Приватность, персональные данные. Цифровая зависимость, её признаки и последствия. Опасности и риски цифровой среды, их источники. Правила безопасного поведения в цифровой среде   |          |  |
| Тема 8.2.<br>Опасности, связанные с использованием программного обеспечения  | <b>Практические занятия</b><br>Вредоносное программное обеспечение. Виды вредоносного программного обеспечения, его цели, принципы работы. Правила защиты от вредоносного программного обеспечения. Кража персональных данных, паролей. Мошенничество, фишинг, правила защиты от мошенников. Правила безопасного использования устройств и программ  | 1        |  |
| Тема 8.3.<br>Опасности, связанные с коммуникацией в цифровой среде           | <b>Практические занятия</b><br>Поведенческие риски в цифровой среде и их причины. Опасные персоны, имитация близких социальных отношений. Неосмотрительное поведение и коммуникация в Сети как угроза для будущей жизни и карьеры. Травля в Сети, методы защиты от травли. Деструктивные сообщества и деструктивный контент в цифровой среде, их признаки. Механизмы вовлечения в деструктивные сообщества. Вербовка, манипуляция, воронки вовлечения. Радикализация деструктива. Профилактика и противодействие вовлечению в деструктивные сообщества. Правила коммуникации в цифровой среде. | 1        |  |
| Тема 8.4. Достоверность информации в цифровой среде                          | <b>Практические занятия</b><br>Достоверность информации в цифровой среде. Источники информации. Проверка на достоверность. «Информационный пузырь», манипуляция сознанием, пропаганда. Фальшивые аккаунты, вредные советчики, манипуляторы. Понятие «фейк», цели и виды, распространение фейков. Правила и инструменты для распознавания фейковых текстов и изображений  | 2        |  |
| Тема 8.5.<br>Защита прав в цифровом пространстве                             | <b>Практические занятия</b><br>Понятие прав человека в цифровой среде, их защита. Ответственность за действия в Интернете. Запрещённый контент. Защита прав в цифровом пространстве  | 2        |  |
| <b>Раздел 9 Основы противодействия экстремизму и терроризму</b>              |  | <b>8</b> |  |
| Тема 9.1.<br>Экстремизм и терроризм как угроза устойчивому развитию общества | <b>Содержание учебного материала</b><br>Экстремизм и терроризм как угроза устойчивому развитию общества. Понятия «экстремизм» и «терроризм», их взаимосвязь. Варианты проявления экстремизма, возможные последствия. Преступления террористической направленности, их цель, причины, последствия. Опасность вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность: способы и признаки. Предупреждение вовлечения в   | 2        |  |



|  |   |           |  |
|--|---|-----------|--|
|  | экстремистскую и террористическую деятельность и противодействие этому  |           |  |
| Тема 9.2.<br>Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта                              | <b>Практические занятия</b>   | 4         |  |
|  | Формы совершения террористических актов. Уровни террористической угрозы. Правила поведения и порядок действий при угрозе или совершении террористического акта, проведении контртеррористической операции   |           |  |
| Тема 9.3.<br>Противодействие экстремизму и терроризму  | <b>Практические занятия</b>   | 2         |  |
|  | Противодействие экстремизму и терроризму в Российской Федерации. Цели, задачи, принципы   |           |  |
| <b>Раздел 10 Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения</b> |   | <b>11</b> |  |
| Тема 10.1.<br>Оборона страны как обязательное условие её благополучного развития                                       | <b>Содержание учебного материала</b>  | 2         |  |
|  | Россия в современном мире. Оборона страны как обязательное условие мирного социально-экономического развития Российской Федерации и обеспечения её военной безопасности. Роль Вооружённых сил Российской Федерации и других войск, воинских формирований и органов, повышения мобилизационной готовности Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности. Современная армия. Воинская обязанность и военная служба. Подготовка к службе в армии. Права и обязанности граждан Российской Федерации в области гражданской обороны  |           |  |
|  | <b>Практическое занятие (профессионально-ориентированное содержание)</b>  | 3         |  |
|  | Анализ угроз военной безопасности Российской Федерации, обоснование значения обороны государства для мирного социально-экономического развития страны. Характеристика роли Вооружённых сил Российской Федерации и других войск, воинских формирований и органов, повышения мобилизационной готовности Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности. Примеры. История развития и характеристика современного состояния Вооружённых сил Российской Федерации. Примеры применения Вооружённых сил Российской Федерации в борьбе с международным терроризмом. Подготовка к службе в армии. Анализ прав и обязанностей граждан Российской Федерации в области гражданской обороны. Отработка действий при сигнале «Внимание всем!» |           |  |
| Тема 10.2.<br>Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций   | <b>Содержание учебного материала</b>  | 2         |  |
|  | Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабам и причинам возникновения. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Территориальный и функциональный принцип организации РСЧС. Её задачи и примеры их решения. Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций  |           |  |

|   |   |           |  |
|---|---|-----------|--|
|   | <b>Практические занятия</b><br>Примеры чрезвычайных ситуаций по масштабам и причинам возникновения. Характеристика правовой основы защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.  | 2         |  |
| Тема 10.3.<br>Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении национальной безопасности | <b>Практические занятия</b><br>Правовая основа обеспечения национальной безопасности. Принципы обеспечения национальной безопасности.<br>Реализация национальных приоритетов как условие обеспечения национальной безопасности и устойчивого развития Российской Федерации. Взаимодействие личности, государства и общества в реализации национальных приоритетов | 2         |  |
| <b>Всего за II семестр:</b>   |   | <b>35</b> |  |
| <b>Промежуточная аттестация</b>   |   | <b>2</b>  |  |
| <b>Всего</b>  |   | <b>72</b> |  |

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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

Реализация учебного предмета требует наличия кабинета социально-экономических дисциплин.

Учебное оборудование: Рабочие места обучающихся. Рабочее место преподавателя. Маркерная доска.

Учебно-наглядные пособия: нормативные документы, комплекс учебно-наглядных и методических пособий, стенды, плакаты

Технические средства: ноутбуки с выходом в Интернет (лицензионное программное обеспечение: 7 zip, Kaspersky endpoint security 10, K-lite codec pack, Microsoft Office 2013), аудиоколонки, переносной проектор. Электронные ресурсы в среде интернет – справочно-правовая система: Консультант Плюс, Гарант, 1С: Предприятие

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.**

Печатные издания не используются. Учебный предмет полностью обеспечен электронными изданиями.

##### **Основная литература:**

1. Основы безопасности жизнедеятельности. Часть 1. Базовый уровень: электронная форма учебника для СПО / под ред. Ю. С. Шойгу. – М.: Просвещение, 2023. - с. - ISBN 978-5-09-107582-3. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/2125349>. – Режим доступа: по подписке.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. Часть 2. Базовый уровень: электронная форма учебника для СПО / под ред. Ю. С. Шойгу. – М.: Просвещение, 2023. - ISBN 978-5-09-107583-0. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/2125350>. – Режим доступа: по подписке.

##### **Дополнительная литература:**

1. Ветошкин А. Г. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях: учебное пособие / А. Г. Ветошкин. - Москва; Вологда: Инфра-Инженерия, 2023. – 328 с. - ISBN 978-5-9729-1467-8. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/2096152>. - Режим доступа: по подписке.
2. Петров С. В. Обеспечение безопасности образовательного учреждения: учебное пособие для среднего профессионального образования / С. В. Петров, П. А. Кисляков. - 3-е изд., испр. и доп. - М.: Юрайт, 2023. – 189 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-09774-0. - Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/513937>.
3. Резчиков Е. А. Основы безопасности жизнедеятельности: 10-11 классы: учебник для среднего общего образования / Е. А. Резчиков А. В. Рязанцева. - 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2023. – 635 с. - (Общеобразовательный цикл). - ISBN 978-5-534-17401-4. - Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. - URL: <https://urait.ru/bcode/533017>.

##### **Профессиональные базы данных и информационные ресурсы сети Интернет:**

1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам: <http://www.window.edu.ru>
2. Портал МЧС России «Культура безопасности жизнедеятельности», <http://www.culture.mchs.gov.ru> Российский портал открытого образования, <http://www.edu.ru>
3. Портал МЧС России, <http://www.mchs.gov.ru>

4. Электронная библиотека РГГУ <https://liber.rsuh.ru/ru>
5. Электронный ресурс: ЭБС «Знаниум» <http://znanium.com>
6. Электронный ресурс: ЭБС «Юрайт» <https://urait.ru>
7. Энциклопедия безопасности жизнедеятельности: <http://www.bzhde.ru>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

**Контроль и оценка** результатов осуществляется преподавателем в процессе проведения теоретических и практических занятий, а также занятий в форме практической подготовки, направленных на формирование общих и практических компетенций:

| <b>Общая/профессиональная компетенция</b>   | <b>Тип оценочных мероприятий</b>   |
|---|--|
| ОК 01 Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам  | <ul style="list-style-type: none"><li>– Устные опросы,</li><li>– Тестовые задания,</li><li>– Составление схем, планов,</li><li>– Подготовка сообщений,</li><li>– Проверка конспектов,</li><li>– Взаимоконтроль,</li><li>– Самооценка,</li><li>– Оценка практической работы,</li><li>– Подготовка и защита групповых (индивидуальных) заданий проектного характера;</li><li>– Дифференцированный зачет.</li></ul> |
| ОК 02 Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности   |  |
| ОК 03 Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие  |  |
| ОК 04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде  |  |
| ОК 06 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей   |  |
| ОК 07 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях   |  |
| ОК 08 Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности |  |