

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Забайкальский государственный университет»
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)
Гуманитарно-технический колледж



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Безопасность жизнедеятельности
наименование дисциплины

на 72 часа

09.02.06 Сетевое и системное администрирование
код и наименование специальности

базовой подготовки
базовой или углубленной подготовки

составлена в соответствии с ФГОС СПО, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «09» декабря 2016 г. № 1548

Форма обучения очная

СОГЛАСОВАНО:
Директор гуманитарно-технического колледжа
Лукашин И.А.
(подпись) (Ф.И.О.)
« 19 » 01 20 22 г.

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения рабочей программы учебной дисциплины

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 09.02.06 Сетевое и системное администрирование.

1.2. Цель и задачи дисциплины

Цель дисциплины: способствовать развитию общих компетенции студентов посредством формирования мышления безопасного типа и здоровьесберегающего поведения; подготовки студентов к упреждающим комплексным действиям по защите жизни и здоровья от опасностей природного, техногенного и социального характера, а также формировать ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооруженной защите Российской Федерации.

Задачи дисциплины:

Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства; воспитание ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества; развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни; овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

1.3. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Учебная дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» является дисциплиной общепрофессионального цикла образовательной программы (ОП.08)

1.4. Планируемые результаты освоения учебной дисциплины:

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01	распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; определять этапы решения задачи; выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы; составить план действия; определить необходимые ресурсы; владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовать составленный план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)	актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте. алгоритмы выполнения работ в профессиональной и смежных областях; методы работы в профессиональной и смежных сферах; структуру плана для решения задач; порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности.

ОК 02	определять задачи поиска информации; определять необходимые источники информации; планировать процесс поиска; структурировать получаемую информацию; выделять наиболее значимое в перечне информации; оценивать практическую значимость результатов поиска; оформлять результаты поиска	номенклатура информационных источников применяемых в профессиональной деятельности; приемы структурирования информации; формат оформления результатов поиска информации
ОК 03	определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности; выстраивать траектории профессионального и личностного развития	содержание актуальной нормативно-правовой документации; современная научная и профессиональная терминология; возможные траектории профессионального развития и самообразования
ОК 04	организовывать работу коллектива и команды; взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами	психология коллектива; психология личности; основы проектной деятельности
ОК 05	излагать свои мысли на государственном языке Оформлять документы	особенности социального и культурного контекста Правила оформления документов.
ОК 06	описывать значимость своей специальности	сущность гражданско-патриотической позиции, общечеловеческих ценностей; значимость профессиональной деятельности по специальности
ОК 07	содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	Правила техники безопасности во время учебных занятий, при прохождении учебной и производственной практик. Использовать ресурсосберегающие технологии в области телекоммуникаций
ОК 09	применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач; использовать современное программное обеспечение	современные средства и устройства информатизации; порядок их применения и программное обеспечение в профессиональной деятельности
ОК 10	понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы; участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы; строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности; кратко обосновывать и объяснить свои действия (текущие и планируемые); писать простые связные сообщения на знакомые или интересующие профессиональные темы	правила построения простых и сложных предложений на профессиональные темы; основные общеупотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика); лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности; особенности произношения; правила чтения текстов профессиональной направленности

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Виды занятий	Распределение учебной нагрузки по семестрам (час. в семестр)			Всего часов
	3 семестр	4 семестр	5 семестр	
1		3	4	5
Общий объем образовательной дисциплины		72		72
Всего учебных занятий, в т.ч.:		72		72
теоретическое обучение (ТО)		18		18
практические и лабораторные занятия (ПЗ и ЛЗ)		54		54
курсовая работа (проект) (КР, КП)				
Самостоятельная учебная работа (СРС)				
Форма промежуточной аттестации в семестре (экзамен, зачет, дифференцированный зачет)		дифференцированный зачет		

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебной дисциплины	Объем часов	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Гражданская оборона		26	ОК 01- 10
Тема 1.1 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	Содержание	2	ОК 01- 10
	Тематика теоретического обучения	2	
	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.		
	Тематика практических занятий и лабораторных работ	-	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 1.2 Организация гражданской обороны	Содержание	8	ОК 01- 10
	Тематика теоретического обучения	2	
	Ядерное, химическое и биологическое оружие. Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения. Приборы радиационной и химической разведки и контроля. Правила поведения и действия людей в зонах радиоактивного, химического заражения и в очаге биологического поражения.		
	Тематика практических занятий и лабораторных работ	6	
	Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Отработка нормативов по надеванию противогаза и ОЗК		
Самостоятельная работа обучающихся	-		
Тема 1.3 Защита населения и территорий при стихийных бедствиях, при	Содержание	8	ОК 01- 04, ОК 06, ОК 08-10
	Тематика теоретического обучения	2	
	Защита населения и территорий при стихийных бедствиях. Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на транспорте, производственных объектах.		

авариях (катастрофах) на транспорте, производственных объектах	Тематика практических занятий и лабораторных работ Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения.	6	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Тема 1.4 Обеспечение устойчивости функционирования объектов экономики	Содержание	8	ОК 01- 04, ОК 06, ОК 08-10
	Тематика теоретического обучения	2	
	Понятие об устойчивости объектов экономики в чрезвычайной ситуации. Факторы, определяющие стабильность функционирования технических систем и бытовых объектов. Критерии устойчивости. 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		
	Тематика практических занятий и лабораторных работ Основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов экономики. Обеспечение надёжной защиты рабочих и служащих, повышение надёжности инженерно-технического комплекса. Системы непрерывного контроля. Резервирование бытовых и технических объектов. Подготовка объектов к переводу на аварийный режим работы, подготовка к восстановлению нарушенного производства.	6	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни		24	ОК 01- 04, ОК 06, ОК 08-10
Тема 2.1 Основы медицинских знаний. Здоровый образ жизни и его составляющие	Содержание	24	ОК 01- 04, ОК 06, ОК 08-10
	Тематика теоретического обучения	6	
	Здоровье человека и здоровый образ жизни. Здоровье – одна из основных ценностей человека. Здоровье физическое и духовное, их взаимосвязь и влияние на жизнедеятельность человека. Общественное здоровье. Правильное чередование физических и умственных нагрузок. Рациональный режим дня. Факторы, формирующие здоровье, и факторы, разрушающие здоровье. Вредные привычки и их влияние на здоровье, профилактика злоупотребления психо-активными веществами. Правовые основы оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при ранениях. Первая (доврачебная) помощь при травмах, ожогах, поражении электрическим током, утоплении, перегревании, переохлаждении, обморожении, общем замерзании.		

	Первая (доврачебная) помощь при отравлениях.		
	Тематика практических занятий и лабораторных работ Отработка умений наложения кровоостанавливающего жгута (закрутки), пальцевого прижатия артерий. Отработка умений наложения повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности. Отработка умений наложения шины на место перелома, транспортировка поражённого. Отработка на тренажёре прекардиального удара и искусственного дыхания. Отработка на тренажёре непрямого массажа сердца	18	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
Раздел 3. Основы военной службы		22	ОК 01- 04, ОК 06, ОК 08-10
Тема 3.1. Основы обороны государства. Военная доктрина Российской Федерации	Содержание	24	ОК 01- 04, ОК 06, ОК 08-10
	Тематика теоретического обучения	4	
	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Гражданская оборона, ее структура и цели и задачи по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий. Вооруженные Силы РФ - основа обороны РФ. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль в системе обеспечения национальной безопасности страны. Состав и структура Вооруженных сил России. Организация и порядок призыва граждан на военную службу, и поступление на нее в добровольном порядке. Терроризм как серьезная угроза национальной безопасности России. Проявление терроризма в России. Виды терроризма. Борьба с терроризмом. Террористические организации.		
	Тематика практических занятий и лабораторных работ Отработка строевой стойки и поворотов на месте. Повороты в движении. Построение и отработка движения походным строем. Отработка движений строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте. Изучение материальной части, сборка, разборка автомата. Стрелковая подготовка.	18	
	Самостоятельная работа обучающихся	-	
ВСЕГО		72	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Материально-техническое обеспечение

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
<p>Кабинет безопасности жизнедеятельности 672000, Россия, Забайкальский край, г.Чита, Ингодинский административный район, ул. Баргузинская, д. 49 Корп 1. Ауд. 03-316, 03-407, 03-408</p>	<p>Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), научно-исследовательской работы, самостоятельной работы.</p> <p>Комплект специальной учебной мебели: шкафы для литературы; стол преподавателя; ученические столы; учебная доска аудиторная. Не закрепленный за конкретной учебной аудиторией комплект видеотехники переносной: ноутбук, колонки.</p> <p>Доступ к сети Интернет и обеспечение доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза.</p>
<p>Компьютерный класс 672000, Россия, Забайкальский край, г.Чита, Ингодинский административный район, ул. Баргузинская, д. 49 Корп 1. Ауд. 03-400, 03-401</p>	<p>Компьютерный класс - учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), научно-исследовательской работы, самостоятельной работы.</p> <p>Комплект специальной учебной мебели: Учебная доска аудиторная или интерактивная доска; рабочее место преподавателя; компьютерные столы. Компьютеры с учебным, сетевым, обучающим, специализированным программным обеспечением. Электронные пособия; Учебная литература; Нормативно-правовые документы; Методические пособия.</p> <p>Доступ к сети Интернет и в обеспечение доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза.</p> <p>Не закрепленный за конкретной учебной аудиторией комплект мультимедийной техники переносной: ноутбук, проектор, колонки. Лицензионное программное обеспечение: ABBYY FineReader</p>

	(договор № 223-799 от 30.12.2014 (срок действия - бессрочно), ESET NOD32 Smart Security Business Edition (Договор № 223-1/19-ЗК от 24.09.2019 г. (продление) (срок действия – октябрь 2022г.), MS Office Standart 2013 (Договор № 223-799 от 30.12.2014 (срок действия - бессрочно), АИБС "МегаПро" (Договор №13215/223П/15-569 от 18.12.2015 (срок действия - бессрочно), MS Windows 7 (Договор № 223П/18-1 от 13.02.2018 (срок действия - бессрочно).
672000, Россия, Забайкальский кр., г. Чита, Центральный административный район, ул. Бабушкина, 129. Библиотека, читальный зал	С выходом в сеть Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду вуза. Имеет 18 комплектов компьютеров на базе процессора Intel(R) Xeon(R) CPU E 5620 (в том числе 1 компьютер для слабовидящих) и 61 посадочных мест для занятий.

3.2. Информационное обеспечение обучения

3.2.1 Основная литература

3.2.1.1 Печатные издания

1. Безопасность жизнедеятельности: практикум / И.В. Грошева, В.Н. Матыгулина. – Чита: ЗабГУ, 2017. – 151 с.
2. Грошева И.В. Безопасность жизнедеятельности: конспект лекций / И.В. Грошева; Забайкальский государственный университет. – Чита: ЗабГУ, 2020. – 228 с.
3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учеб. для общеобразоват. орг.: базовый уровень / под ред. А.Т. Смирнова. – 6-е изд., перераб. – Москва: Просвещение, 2018. – 336 с.: ил.

3.2.1.2 Издания из ЭБС

1. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебник и практикум для СПО / под общ. ред. Соломина В.П. – Москва: Юрайт, 2021. – 399 с. – (Профессиональное образование). – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/469524>.
2. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебник для среднего профессионального образования / Я.Д. Вишняков [и др.]; под общей редакцией Я.Д. Вишнякова. – 6-е изд., перераб. и доп. – Москва: Юрайт, 2018. – 430 с. – (Профессиональное образование). – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/413523>.

3.2.2 Дополнительная литература

3.2.2.1 Печатные издания

1. Безопасность жизнедеятельности. Конспект лекций: учеб. пособие / В.Ю. Микрюков. – Москва: Кнорус, 2015. – 176 с.

3.2.2.2 Издания из ЭБС

1. Медико-биологические основы безопасности. Охрана труда [Электронный ресурс]: учебник для СПО / О.М. Родионова, Д.А. Семенов. – Москва: Юрайт, 2020. – 441 с. – (Профессиональное образование). – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/452351>.
2. Беляков Г.И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях [Электронный ресурс]: учебник для СПО / Г.И. Беляков. – 3-е изд. – Москва: Юрайт, 2021. – 354 с. – (Профессиональное образование). – Режим доступа: <https://urait.ru/bcode/470907>.

3. Масленников В.В. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебник / В.В. Масленников. – Москва: АСВ, 2014. – 509 с. – Режим доступа: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785930939637.html>.

3.2.3 Справочно-библиографические издания

1. Большая энциклопедия городского выживания / А. Ильин. – Москва: ЭКСМО, 2000, 2003. – 576 с.

2. Большая энциклопедия выживания в экстремальных ситуациях / А.А. Ильичев. – 2-е изд., испр. и доп., перераб. – Москва: ЭКСМО-Пресс, 2000, 2003. – 488 с.

3. Безопасность жизнедеятельности: слов.-справ. / Ф.В. Кармазинов [и др.]; под ред. С.Ф. Гребенникова. – Санкт-Петербург: Лань, 2001. – 304 с.

3.2.4 Периодические издания

3.2.4.1 Печатные издания

1. Основы безопасности жизнедеятельности – журнал. – 2020-2021. – № 1-12.

3.2.4.2 Электронные издания

1. Охрана окружающей среды и природопользование – журнал. 2016. – elibrary.ru.

3.2.5 Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. <https://e.lanbook.com/> Электронно-библиотечная система «Издательство «Лань».

2. <https://www.biblio-online.ru/> Электронно-библиотечная система «Юрайт»

3. <http://www.studentlibrary.ru/> Электронно-библиотечная система «Консультант студента»

4. <http://www.trmost.ru/> Электронная библиотечная система «Троицкий мост».

4. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Для организации самостоятельной работы студентов используются Методические рекомендации по разработке методического обеспечения самостоятельной работы студентов МР 7.3.03-01-2014.

Для эффективного освоения материала дисциплины необходимым является *выполнение следующих требований:*

- обязательное посещение всех лекционных и практических занятий, способствующее системному овладению материалом курса;

- все вопросы соответствующих разделов и тем по дисциплине необходимо фиксировать (на любых носителях информации);

- обязательное выполнение домашних заданий является важнейшим требованием и условием формирования целостного и системного знания по дисциплине;

- обязательность личной активности каждого студента на всех занятиях по дисциплине;

- в случаях неясности каких-либо вопросов, обсуждаемых на занятиях, необходимо задать соответствующие вопросы преподавателю, а не оставлять их непонятыми;

- в случаях пропусков занятий по уважительным причинам студентам предоставляется право подготовки и представления заданий и ответов на вопросы изученного материала, с расчетом на помощь преподавателя в его усвоении;

- в случаях пропусков без уважительной причины студент обязан самостоятельно изучить соответствующий материал;

- необходимым условием является самостоятельность и инициативность студентов при контроле набора баллов по дисциплине для успешного прохождения промежуточной аттестации.

Для повышения эффективности проведения практических занятий необходимо учитывать все рекомендации по подготовке к ним, которые даются преподавателем в начале каждого модуля (формулируются соответствующие задания, проблемно-ориентированные вопросы, представляются рекомендации по методике организации различных форм проведения занятий и т.д.). Определенные формы и методы работы на занятиях требуют предварительной самостоятельной подготовки студентов (например, внутригрупповая и межгрупповая дискуссии, ролевые игры, подготовка итогового семестрового проекта и т.д.). Поэтому необходимо фиксировать все рекомендации преподавателя по подготовке к занятиям.

Для эффективного освоения материала дисциплины в ходе практических занятий необходимо *выполнение следующих требований:*

- четко понимать цели предстоящих занятий (предварительно формулируются преподавателем):

- владеть навыками поиска, обработки, адаптации и презентации необходимого материала;

- уметь четко формулировать и отстаивать собственный взгляд на рассматриваемые проблемные вопросы, который необходимо подкреплять адекватной аргументацией;

- уметь выделять и формулировать противоречия по рассматриваемым проблемам, понимая их источники;

- владеть навыками публичного выступления (логично, ясно и лаконично излагать свои мысли; адекватно оценивать восприятие и понимание слушателями представляемого материала; отвечать на задаваемые вопросы; приводить адекватные и убедительные аргументы в защиту своей позиции и т.д.);

- уметь критически оценивать собственные знания, умения и навыки в динамике в сравнении с таковыми у других, с целью раскрытия дополнительных возможностей их развития;

- при подготовке к занятиям обязательно изучить рекомендуемую литературу;

- оценить различные точки зрения на проблемные вопросы нескольких исследователей, а не ограничиваться рассмотрением позиции одного автора;

- при формулировке собственной точки зрения предусмотреть убедительную ее аргументацию и возможность возникновения спорных ситуаций;

- владеть навыками работы в команде (при выполнении определенных заданий, предполагающих работу в микрогруппах, при проведении ролевых игр, дискуссий и т.д.).

В методические указания к практическим занятиям включается следующая информация:

- рекомендации по применению теоретического материала в процессе выполнения практических заданий;

- перечень заданий к контрольной работе;

- вопросы для коллоквиума, выносимые на обсуждение в рамках изучаемой темы;

- перечень нормативно-правовых источников, необходимых для подготовки к практическим занятиям;

- список источников, необходимых для самостоятельной работы при подготовке к каждому практическому занятию.

Разработчик: преподаватель
(должность, подпись, ФИО)



Грошева И.В.

Аннотация к рабочей программе

Безопасность жизнедеятельности

1. Цель дисциплины: способствовать развитию общих компетенции студентов посредством формирования мышления безопасного типа и здоровьесберегающего поведения; подготовки студентов к упреждающим комплексным действиям по защите жизни и здоровья от опасностей природного, техногенного и социального характера, а также формировать ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооруженной защите Российской Федерации.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины: ОК 01-10.

3. Общая трудоемкость дисциплины составляет 72 часа.

4. Содержание дисциплины: Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, Организация гражданской обороны, Защита населения и территорий при стихийных бедствиях, при авариях (катастрофах) на транспорте, производственных объектах, Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке, при неблагоприятной социальной обстановке, Основы медицинских знаний. Здоровый образ жизни и его составляющие, Основы обороны государства. Военная доктрина Российской Федерации.

5. Форма промежуточной аттестации – дифференцированный зачет.

Разработчик: преподаватель



Грошева И.В.