

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«ПЕРВЫЙ АКАДЕМИЧЕСКИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**СГ.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

для студентов  
укрупненных групп профессий и специальностей

**УГПС 44.00.00 Образование и педагогические науки**

на базе основного общего образования

по специальности

**44.02.02 Преподавание в начальных классах**

наименование цикла: Социально-гуманитарный цикл

Жуковский, 2026 г.

Рабочая программа СГ.03 Безопасность жизнедеятельности, разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 44.02.02 Преподавание в начальных классах

**Организация разработчик:** Автономная некоммерческая организация профессиональная образовательная организация «Первый академический профессиональный колледж» (АНО ПОО ПАПК)

**Разработчик:** Козарь Александр Николаевич – преподаватель Основ безопасности жизнедеятельности, Безопасности жизнедеятельности в АНО ПОО ПАПК.

«Рассмотрено» на заседании ПЦК Специальностей социально-экономического и гуманитарного профилей АНО ПОО ПАПК «24» февраля 2026 г. протокол № 7

Председатель ПЦК \_\_\_\_\_ / Ермаков С.А. /

**«Согласовано»**

Методист \_\_\_\_\_ / Филатова Л.С. /

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.	Общая характеристика.....	4
	1.1. Цель и место дисциплины в структуре образовательной программы.....	4
	1.2. Планируемые результаты освоения дисциплины.....	4
2.	Структура и содержание дисциплины.....	5
	2.1. Трудоемкость освоения дисциплины.....	5
	2.2. Содержание дисциплины.....	6
3.	Условия реализации дисциплины.....	11
	3.1. Материально-техническое обеспечение.....	11
	3.2. Учебно-методическое обеспечение.....	11
4.	Контроль и оценка результатов освоения дисциплины.....	12

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «СГ.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

## 1.1 Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Учебная дисциплина «СГ.03 Безопасность жизнедеятельности» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

## 1.2 Цели и планируемые результаты освоения дисциплины:

### Цель учебной дисциплины

Цель дисциплины «СГ.03 Безопасность жизнедеятельности»: формирование общей культуры безопасности, направленной на сохранение жизни и здоровья в повседневной жизни, в экстремальных и чрезвычайных ситуациях и профессиональной деятельности, воспитание сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и государственной безопасности.

### Планируемые результаты освоения учебной дисциплины в соответствии с ФГОС СПО и на основе ФГОС СОО

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 07.

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 07	- соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности, осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; - организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона.	- правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; - основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; - пути обеспечения ресурсосбережения; - принципы бережливого производства; - основные направления изменения климатических условий региона.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем в часах</b>
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	70
<b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>	30
Лекции	36
Практические занятия	30
Консультация	-
Самостоятельная работа	2
<b>Промежуточная аттестация – дифференцированный зачёт</b>	2

## 2.2. Тематический план и содержание дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Формируемые компетенции
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени, организация защиты населения</b>		<b>24/10</b>	
<b>Тема 1.1. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени</b>	<b>Содержание</b>	<b>10/2</b>	ОК 07
	Общая характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, источники их возникновения.	8	
	Классификации чрезвычайных ситуаций: по масштабам их распространения, по тяжести последствий, по скорости распространения, по очагам возникновения		
	Чрезвычайные ситуации военного характера. Основные источники чрезвычайных ситуаций военного характера – современные средства поражения: химические, ядерные, бактериологические. Безопасное поведение человека при чрезвычайных ситуациях военного характера.		
	Прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Теоретические основы прогнозирования чрезвычайных ситуаций. Прогнозирование природных и техногенных катастроф. Порядок выявления и оценки обстановки.		
	Классификация природных чрезвычайных ситуаций: гидродинамические, метеорологические, геофизические, геотермальные. Уровни воздействия и сила катастроф.		
	Наводнения, оползни, эрозионные процессы, извержение вулканов, землетрясения, цунами, тайфуны и торнадо, водные нагоны, затопления, морозы и др. Безопасное поведение человека при чрезвычайных ситуациях природного характера.		
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>	<b>2</b>	
	<b>Практическое занятие 1. «Характеристика чрезвычайных ситуаций</b>	<b>2</b>	

	различного происхождения».		
<b>Тема 1.2.</b> <b>Организация защиты населения и территорий в условиях чрезвычайных ситуаций</b>	<b>Содержание</b>	<b>9/6</b>	ОК 07
	Единая государственная система по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основная цель создания и основные задачи РСЧС по защите населения от ЧС, силы и средства ликвидации ЧС.	3	
	МЧС РФ – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от ЧС. История возникновения и развития, структура МЧС РФ. Основные задачи, силы и средства ликвидации ЧС.		
	Гражданская оборона, её структура и задачи по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий. Инженерная защита от ЧС. Средства индивидуальной защиты. Эвакуационные мероприятия.		
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>	<b>6</b>	
	<b>Практическое занятие 2.</b> «Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения».	1	
	<b>Практическое занятие 3.</b> «Использование средств индивидуальной защиты (противогазы, ОЗК)».	2	
	<b>Практическое занятие 4.</b> «Использование инженерных сооружений от оружия массового поражения».	2	
<b>Практическое занятие 5.</b> «Отработка навыков эвакуации из здания».	1		
<b>Тема 1.3.</b> <b>Устойчивость объектов экономики в условиях чрезвычайных ситуаций</b>	<b>Содержание</b>	<b>5/2</b>	ОК 07
	Общие понятия об устойчивости объектов экономики в ЧС. Факторы, определяющие устойчивость работы объектов экономики. Основные мероприятия, обеспечивающие и повышающие устойчивость объектов экономики в ЧС.	3	
	Обеспечение надёжной защиты рабочих и служащих, повышение надёжности инженерно-технического комплекса, обеспечение надёжности и оперативности управления производством, подготовка объектов к переводу на аварийный режим работы, подготовка к		

	восстановлению нарушенного производства.		
	Расследование травм на производстве. Комиссия по расследованию, порядок действий.		
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>	<b>2</b>	
	<b>Практическое занятие 6.</b> «Разработка и составление профилактических мер для снижения уровня опасностей различного рода и их последствий в быту».	2	
<b>Раздел 2. Основы военной службы и медицинской подготовки</b>		<b>44/20</b>	
<b>Модуль «Основы военной службы»</b>		<b>8/-</b>	
<b>Тема 2.1. Основы военной безопасности Российской Федерации</b>	<b>Содержание</b>	<b>2/-</b>	ОК 07
	1. Нормативно-правовая база обеспечения военной безопасности Российской Федерации, функционирования ее Вооруженных Сил и военной службы граждан	2	
	2. Организация обороны Российской Федерации		
<b>Тема 2.2. Вооруженные Силы Российской Федерации</b>	<b>Содержание</b>	<b>4/-</b>	ОК 07
	1. Русская военная сила – от княжеских дружин до ракетно-космических войск. Назначение и задачи Вооруженных Сил	2	
	2. Состав Вооруженных Сил. Руководство и управление Вооруженными Силами		
	3. Реформа Вооруженных Сил Российской Федерации 2008-2020 гг		
<b>Тема 2.3. Воинская обязанность в Российской Федерации</b>	<b>Содержание</b>	<b>2/-</b>	ОК 07
	1. Понятие и сущность воинской обязанности. Воинский учет граждан. Призыв граждан на военную службу	2	
	2. Медицинское освидетельствование и обследование граждан при постановке их на воинский учет и при призыве на военную службу		
	3. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе		
<b>Модуль «Основы медицинских знаний»</b>		<b>36/20</b>	
<b>Тема 2.4. Общие правила оказания первой</b>	<b>Содержание</b>	<b>18/14</b>	ОК 07
	1. Оценка состояния пострадавшего. Общая характеристика поражений организма	4	

<b>помощи</b>	человека от воздействия опасных факторов. Общие правила и порядок оказания первой медицинской помощи		
	2. Первая помощь при различных повреждениях и состояниях организма		
	3. Транспортная иммобилизация и транспортирование пострадавших при различных повреждениях		
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>	<b>14</b>	
	<b>Практическое занятие 7.</b> Общие принципы оказания первой медицинской помощи	2	
	<b>Практическое занятие 8.</b> Первая помощь при отсутствии сознания, при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца)	2	
	<b>Практическое занятие 9.</b> Первая помощь при наружных кровотечениях, при травмах различных областей тела	4	
	<b>Практическое занятие 10.</b> Первая помощь при ожогах и воздействии высоких температур, при воздействии низких температур	2	
	<b>Практическое занятие 11.</b> Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, при отравлениях	4	
<b>Тема 2.5. Профилактика инфекционных заболеваний</b>	<b>Содержание</b>	<b>6/2</b>	ОК 07
	1. Из истории инфекционных болезней. Классификация инфекционных заболеваний. Общие признаки инфекционных заболеваний	4	
	2. Воздушно-капельные инфекции. Желудочно-кишечные инфекции. Пищевые отравления бактериальными токсинами		
	3. Общие принципы профилактики инфекционных заболеваний		
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>	<b>2</b>	
	<b>Практическое занятие 12.</b> Правила госпитализации инфекционных больных	2	
<b>Тема 2.6. Обеспечение здорового образа жизни</b>	<b>Содержание</b>	<b>12/4</b>	ОК 07
	1. Здоровье и факторы его формирования. Здоровый образ жизни и его составляющие	8	
	2. Двигательная активность и здоровье. Питание и здоровье. Вредные привычки.		

	Факторы риска. Понятие об иммунитете и его видах		
	<b>В том числе практических занятий и лабораторных работ</b>	<b>4</b>	
	<b>Практическое занятие 13.</b> Показатели здоровья и факторы, их определяющие	1	
	<b>Практическое занятие 14.</b> Оценка физического состояния	1	
	<b>Практическое занятие 15.</b> Составление индивидуальных карт здоровья с режимом дня, графиком питания с возможностью отслеживать свои показания	2	
<b>Самостоятельная работа</b>	<p><b>Подготовка докладов на темы:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера</li> <li>2. Масштабные чрезвычайные ситуации природного характера</li> <li>3. Масштабные чрезвычайные ситуации техногенного характера</li> <li>4. Масштабные чрезвычайные ситуации Свердловской области</li> <li>5. Особенности оказания ПП при ДТП</li> <li>6. Особенности оказания ПП при утоплении и несчастных случаях на льду</li> <li>7. Неотложные состояния при диабете</li> <li>8. Первая помощь при судорогах</li> <li>9. Первая помощь при болях в животе</li> <li>10. Профилактические мероприятия по предотвращению травм в младшем школьном возрасте</li> </ol>	2	
	<b>Промежуточная аттестация: дифференцированный зачёт</b>	<b>2</b>	
	<b>ВСЕГО</b>	<b>70</b>	

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

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

Оборудование учебного кабинета:

- ученические парты – 12 шт.
- ученические стулья – 24 шт.
- стол преподавателя – 1 шт.
- стул преподавателя – 1 шт.
- доска – 1 шт.

Технические средства обучения:

- ноутбук преподавателя – 1 шт., с лицензионным программным обеспечением Windows10, Microsoft Office 2019 (Word, Excel, PowerPoint);
- видеопроектор;
- экран.

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

1. Безопасность жизнедеятельности для гуманитарных направлений подготовки: учебное пособие / А. И. Сидоров, С. И. Боровик, Ю. В. Медведева [и др.]; под ред. А. И. Сидорова. — Москва: КноРус, 2023. — 177 с. — ISBN 978-5-406-10037-0. — URL: <https://book.ru/book/947248> (дата обращения: 23.01.2026). — Текст: электронный.
2. Вайнер, Э. Н., Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник / Э. Н. Вайнер. — Москва: КноРус, 2024. — 307 с. — ISBN 978-5-406-11587-9. — URL: <https://book.ru/book/950418> (дата обращения: 23.01.2026). — Текст: электронный.
3. Косолапова, Н. В., Безопасность жизнедеятельности: учебник / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. — Москва: КноРус, 2024. — 222 с. — ISBN 978-5-406-12361-4. — URL: <https://book.ru/book/951082> (дата обращения: 23.01.2026). — Текст: электронный.
4. Микрюков, В. Ю., Безопасность жизнедеятельности.: учебник / В. Ю. Микрюков. — Москва: КноРус, 2024. — 282 с. — ISBN 978-5-406-12387-4. — URL: <https://book.ru/book/951432> (дата обращения: 23.06.2025). — Текст: электронный.
5. Микрюков, В. Ю., Основы военной службы: учебник / В. Ю. Микрюков, В. Г. Шамаев. — Москва: КноРус, 2023. — 505 с. — ISBN 978-5-406-10496-5. — URL: <https://book.ru/book/945216> (дата обращения: 23.01.2026). — Текст электронный.

#### **Дополнительные источники**

1. Романченко, Л. Н., Безопасность жизнедеятельности. Введение в дисциплину: учебник / Л. Н. Романченко. — Москва: КноРус, 2022. —

143 с. — ISBN 978-5-406-10234-3. — URL: <https://book.ru/book/944721> (дата обращения: 23.01.2026). — Текст: электронный.

2. Романченко, Л. Н., Методика разработки и проведения интерактивных видов обучения дисциплине «Безопасность жизнедеятельности: учебник / Л. Н. Романченко. — Москва: КноРус, 2022. — 138 с. — ISBN 978-5-406-10069-1. — URL: <https://book.ru/book/945078> (дата обращения: 23.01.2026). — Текст: электронный.

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

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<i>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины</i>		
о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, при возникновении угроз военного характера; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об организации защиты и жизнеобеспечения населения в чрезвычайных ситуациях; предназначение, структуру, задачи гражданской обороны; о первой помощи при травмах и несчастных случаях; о здоровье и здоровом образе жизни; истории создания Вооружённых Сил Российской Федерации;	в соответствии с установленными называют правила безопасного поведения человека в опасных ЧС различного характера (поведение при пожаре, наводнении, сильных морозах, вооружённых конфликтах); правильно перечисляют задачи ГО, называют примерную схему структуры ГО для объекта экономики (учебное заведение); поясняют задачи РСЧС, определяют действия по сигналу «Внимание всем», «Радиационная опасность», «Химическая и биологическая опасность»; правильно определяют предназначение, структуру, задачи гражданской обороны; правильно, в соответствии с принятыми, перечисляют приемы оказания первой (доврачебной) помощи; дают точные определения понятиям; правильно перечисляют этапы создания ВС РФ; дают описание	анализ и оценка решения тестовых заданий; анализ и оценка решения устного опроса; анализ и оценка решения письменного опроса

<p>организационной структуры Вооруженных Сил РФ; понятий воинской обязанности (виды службы, подготовка к службе, воинская дисциплина, качества личности военнослужащего и других); боевых традиций, символов, ритуалов Вооруженных Сил России.</p>	<p>организационной структуры ВС РФ; показывают знания основных понятий воинской обязанности; при устном опросе рассказывают о боевых традициях, ритуалах, символах ВС РФ.</p>	
<p><i>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины</i></p>		
<p>составлять алгоритм действий по защите от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; разрабатывать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного рода и их последствий в быту; составлять структуру гражданской обороны для объекта экономики; использовать приёмы учебной эвакуации; алгоритм поведения в коллективных средствах защиты населения от оружия массового поражения (бомбоубежище, подвал, чердак); применять использование СИЗ; использовать приемы первичного пожаротушения</p>	<p>при выполнении практической работы составляют алгоритм поведения, обучающегося при возникновении чрезвычайной ситуации природного или техногенного характера, которая возникла в момент проведения тренировочного (другого учебного) занятия; при выполнении практической работы точно и верно составляют алгоритм действий при ЧС (пожар, обрушение зданий); при выполнении практической работы точно и верно составляют перечень мер по профилактике опасностей различного рода в быту (в лифте, на улице, при встрече с собакой, при использовании пиротехники, при пожаре и прочее); при выполнении практической работы составляют структуру гражданской обороны для образовательной организации исходя из общих принципов организации ГО;</p>	<p>оценка выполнения практических заданий (работ).</p>

<p>(подручные средства, профессиональные огнетушители); оказывать первую (доврачебную) помощь при кровотечениях и ранах, травмах опорно-двигательного аппарата, при отравлениях; выполнять строевые приёмы в соответствии со Строевым уставом ВС РФ</p>	<p>при выполнении практической работы использует СИЗОД (противогаз, самоспасатель, респиратор, маску) согласно правилам их использования, определяют алгоритм поведения в СКЗ; при выполнении практической работы точно определяют виды огнетушителей и перечисляют алгоритм их использования; при выполнении практической работы в соответствии с принятыми правилами накладывают повязки, шины, жгут, проводят сердечно-лёгочную реанимацию; при выполнении практической работы умеют ходить строевым шагом, выполнять повороты на месте и в движении; умеют выходить из строя и возвращаться обратно, знают форму доклада при обращении к командиру (начальнику).</p>	
---	--	--