

Александровск- Сахалинский колледж (филиал)  
федерального государственного бюджетного  
образовательного учреждения  
высшего профессионального образования  
«Сахалинский государственный университет»



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА БАЗОВОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОДБ.11 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
(углублённая подготовка)

Специальность 46.02.01 Документационное обеспечение управления и архивоведение  
Квалификация – специалист по документационному обеспечению управления, архивист

Александровск-Сахалинский  
2014

Рабочая программа базовой дисциплины **ОДБ.11 Основы безопасности жизнедеятельности** разработана в соответствии с Рекомендациями по реализации образовательной программы среднего (полного) общего образования в образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования в соответствии с Федеральным базисным учебным планом и примерными учебными планами для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования (письмо Департамента государственной политики и нормативно-правового регулирования в сфере образования Минобрнауки России от 29.05.2007 № 03-1180), Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования **46.02.01 Документационное обеспечение управления и архивоведение**, утверждённого приказом Министерства образования и науки 11 августа 2014г. № 975.

Разработчик:

Долбнёва Т.В, преподаватель АСК(ф)СахГУ

Рассмотрена на заседании ЦК психолого-педагогических дисциплин

Протокол № 1 от 16 сентября 2014 г.

Председатель Томина Томина С.И.

Рекомендована научно-методическим советом АСК(ф)СахГУ

Протокол № 1 от 30.09 2014 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

| № п/п | Содержание рабочей программы                      | Страницы |
|-------|---------------------------------------------------|----------|
| 1     | Паспорт рабочей программы дисциплины              | 4        |
| 2     | Структура и содержание дисциплины                 | 5        |
| 3     | Условия реализации программы дисциплины           | 12       |
| 4     | Контроль и оценка результатов освоения дисциплины | 13       |

### 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ БАЗОВОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОДБ.11 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

#### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа дисциплины **ОДБ.11 Безопасность жизнедеятельности** является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности **46.02.01 Документационное обеспечение управления и архивоведение** (углублённая подготовка).

#### 1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена.

Дисциплина **Основы безопасности жизнедеятельности** входит в базовые дисциплины общеобразовательного цикла (ОДБ.11).

#### 1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь:**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

**знать:**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;

- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:**

Максимальная нагрузка обучающегося – 46 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная нагрузка - 38 часов;
- теоретическое обучение – 30 часов;
- практическая работа – 8 часов;
- самостоятельная работа обучающегося 8 часов.

## **2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

| <b>Вид учебной работы</b>                               | <b>Объем часов</b> |
|---------------------------------------------------------|--------------------|
| <b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>            | <b>46</b>          |
| <b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b> | <b>38</b>          |
| в том числе:                                            |                    |
| лекции                                                  | 30                 |
| практические занятия                                    | 8                  |
| контрольные работы                                      |                    |
| <b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>      | <b>8</b>           |
| <i>Итоговая аттестация в форме Зачета</i>               |                    |

2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

| Наименование разделов и тем                                                                 | Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Объем часов | Уровень освоения |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------|
| 1                                                                                           | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |             |                  |
| Раздел 1.<br>Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени, организация защиты населения |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |             |                  |
| Тема 1.1.<br>Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и военного характера            | Содержание учебного материала<br>1. Классификация ЧС. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.<br>2. ЧС военного характера: ядерное оружие, химическое оружие, биологическое оружие<br><b>Семинар:</b> Перспективные виды оружия<br><b>Контрольные работы:</b> входной контроль<br><b>Презентация по теме:</b> Классификация ЧС, видеофильм «ЧС природного характера».<br><b>Самостоятельная работа обучающихся</b><br>Составить памятку «Действия персонала в различных ситуациях» по защите от ЧС.                                                                               | 6           | 1                |
| Тема 1.2.<br>Организационные основы по защите населения от ЧС мирного и военного времени    | Содержание учебного материала<br>1. Гражданская оборона, ее задачи. Структура МЧС, формирования ГО предприятия.<br>2. Единая государственная система РСЧС, силы и средства<br><b>Практическая работа</b> «Определение границ и структуры зон очагов поражения», Расчет доз облучения при проведении работ в ЧС"<br><b>Видео фильм</b> « МЧС и ГО», <b>Презентация по теме</b> « Государственная система РСЧС»<br><b>Контрольные работы</b> Рубежный контроль<br><b>Самостоятельная работа студента:</b> определить структуру РСЧС пятого уровня для предприятия, задачи ГО для базового предприятия. | 4           | 1,2              |
| Тема 1.3.<br>Организация защиты населения от ЧС мирного и                                   | Содержание учебного материала<br>1. Нормативно-правовая база защиты населения от ЧС<br><b>Практические работы:</b> «Организация получения и использования средств индивидуальной защиты в ЧС»; «Порядок использования инженерных сооружений для защиты работающих и                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 4           | 1,2              |

|                                                                           |                                                                                                                                            |                                                                                                                                  |   |     |
|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----|
| военного времени                                                          | населения от чрезвычайных ситуаций                                                                                                         |                                                                                                                                  |   |     |
|                                                                           | <b>Контрольные работы:</b> Тест по теме 1.3.                                                                                               |                                                                                                                                  |   |     |
|                                                                           | <b>Самостоятельная работа студента:</b> разработать порядок подбора и выдачи СИЗ на предприятии.                                           |                                                                                                                                  |   |     |
| Тема 1.4.<br>Обеспечение устойчивости функционирования объектов экономики | Содержание учебного материала                                                                                                              |                                                                                                                                  | 4 |     |
|                                                                           | 1.                                                                                                                                         | Основные мероприятия, обеспечивающие повышение устойчивости объектов.                                                            |   | 1,2 |
|                                                                           | 2.                                                                                                                                         | Пожаровзрывоопасность                                                                                                            |   |     |
|                                                                           | <b>Видеофильм</b> «Пожары», презентации «Пожарная защита»                                                                                  |                                                                                                                                  |   |     |
|                                                                           | <b>Контрольные работы:</b> тестовое задание по разделу 1                                                                                   |                                                                                                                                  |   |     |
| Раздел 2.<br>Основы военной службы                                        | <b>Самостоятельная работа студента:</b> разработать план эвакуации для предприятия, мероприятия по организации аварийно-спасательных работ |                                                                                                                                  |   |     |
|                                                                           |                                                                                                                                            |                                                                                                                                  |   |     |
| Тема 2.1.<br>Основы обороны государства                                   | Содержание учебного материала                                                                                                              |                                                                                                                                  | 6 |     |
|                                                                           | 1.                                                                                                                                         | Обеспечение национальной безопасности Российской Федерации. Национальные интересы России.                                        |   | 1,2 |
|                                                                           | 2.                                                                                                                                         | Основные угрозы национальной безопасности Российской Федерации. Терроризм как серьезная угроза национальной безопасности России. |   |     |
|                                                                           | 3.                                                                                                                                         | Военная доктрина Российской Федерации. Обеспечение военной безопасности Российской Федерации.                                    |   |     |
|                                                                           | 4.                                                                                                                                         | Военная организация государства, руководство военной организацией государства.                                                   |   |     |
|                                                                           | 5.                                                                                                                                         | Вооруженные Силы Российской Федерации - основа обороны государства                                                               |   |     |
|                                                                           | 6.                                                                                                                                         | Виды вооруженных сил, рода войск и их предназначение.                                                                            |   |     |
|                                                                           | 7.                                                                                                                                         | Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль в системе обеспечения национальной безопасности страны     |   |     |
|                                                                           | 8.                                                                                                                                         | Другие рода войск, их состав и предназначение.                                                                                   |   |     |
| Тема 2.2.<br>Основы военно – патриотического воспитания                   | <b>Семинарское занятие:</b> Терроризм как угроза национальной безопасности России                                                          |                                                                                                                                  |   |     |
|                                                                           | <b>Самостоятельная работа студента</b> Рабочая тетрадь «Основы обороны государства»                                                        |                                                                                                                                  |   |     |
|                                                                           | Содержание учебного материала                                                                                                              |                                                                                                                                  | 4 |     |
|                                                                           | 1.                                                                                                                                         | Боевые традиции Вооруженных Сил России.                                                                                          |   | 1,2 |
|                                                                           | 2.                                                                                                                                         | Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.                                                                                    |   |     |
|                                                                           | 2.                                                                                                                                         | Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества.                                                   |   |     |

|                                                                                                    |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                       |   |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|-----|
| Раздел 3.<br>Основы<br>медицинских<br>знаний и здорового<br>образа жизни                           | 3.                                                                                                                                                                      | Дружба, войсковое товарищество – основы боевой готовности частей и подразделений.                                                                                                                     |   |     |
|                                                                                                    | 4.                                                                                                                                                                      | Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.                                                                                                        |   |     |
|                                                                                                    | 5.                                                                                                                                                                      | Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.                                                                                                                       |   |     |
|                                                                                                    | 6.                                                                                                                                                                      | Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.                                                                                                                       |   |     |
|                                                                                                    | <b>Эксперсия в музей:</b> Ордена – почетные награды за воинские отличия»                                                                                                |                                                                                                                                                                                                       |   |     |
|                                                                                                    | <b>Конференция</b> «Боевые традиции Вооруженных сил России», совместно с подшефной воинской частью                                                                      |                                                                                                                                                                                                       |   |     |
|                                                                                                    | <b>Семинарское занятие:</b> «Патриотизм и верность воинскому долгу»                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                       |   |     |
| Тема 3.1.<br>Негативные<br>факторы<br>техносферы, их<br>влияние на<br>здоровье человека            | <b>Практическое занятие:</b> «Ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации»                                                                                             |                                                                                                                                                                                                       |   |     |
|                                                                                                    | <b>Самостоятельная работа студента:</b> рефераты, подготовка презентаций, видеороликов                                                                                  |                                                                                                                                                                                                       |   |     |
|                                                                                                    | Содержание учебного материала                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                       | 4 |     |
|                                                                                                    | 1.                                                                                                                                                                      | Классификация негативных факторов производственной среды.                                                                                                                                             |   | 1,2 |
|                                                                                                    | 2.                                                                                                                                                                      | Методы и средства защиты от шума, вибрации, электробезопасность.                                                                                                                                      |   |     |
| Тема 3.2<br>Здоровый образ<br>жизни как<br>необходимое<br>условие сохранения<br>и укрепления нации | <b>Договая игра</b> (практическая работа) Организация аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций техногенного и природного характера |                                                                                                                                                                                                       |   |     |
|                                                                                                    | <b>Самостоятельная работа студента:</b> Составить перечень негативных факторов производственной среды по профессии. Подготовить перечень документов                     |                                                                                                                                                                                                       |   |     |
|                                                                                                    | Содержание учебного материала                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                       | 6 |     |
|                                                                                                    | 1.                                                                                                                                                                      | Здоровье человека, физическое и духовное здоровье. Вредные привычки. Правовые основы оказания первой медицинской помощи. Ситуации при которых человек нуждается в оказании первой медицинской помощи. |   | 1,2 |
|                                                                                                    | 2.                                                                                                                                                                      | Первая медицинская помощь при ранениях. Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при травмах.                                                           |   |     |
| Практическая работа                                                                                | Презентация по теме, видеофильмы                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                       |   |     |
|                                                                                                    | <b>Практическая работа</b><br>1. «Оказание первой медицинской помощи при ранениях»,                                                                                     |                                                                                                                                                                                                       |   |     |

|                            |                                                                                                   |    |  |  |
|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--|--|
|                            | 2. «Оказание первой медицинской помощи при травмах».                                              |    |  |  |
|                            | 3. «Оказание первой медицинской помощи при отравлениях АХОВ и ожогах».                            |    |  |  |
|                            | <b>Контрольные работы:</b> Зачетная работа                                                        |    |  |  |
|                            | <b>Самостоятельная работа студента:</b> Составить порядок оказания помощи при ранениях и травмах. |    |  |  |
| <b>Всего (аудиторных):</b> |                                                                                                   | 38 |  |  |

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

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

Реализация программы дисциплины требует наличия специального учебного кабинета

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий по дисциплине БЖД;

Технические средства обучения:

- Плазменная панель;
- Компьютер;
- Мультимедiateка;
- Натуральные образцы и макеты средств защиты;
- Безопасность жизнедеятельности (мультимедийное учебное пособие для студентов СПО, Департамент гражданской защиты МЧС России, 2006);
- Электронный учебник по БЖД (учебное пособие, Титарчук Г.В., преподаватель ККИТС, Крутова Н.М., преподаватель ККИТС)

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

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

Основные источники:

1. Конституция Российской Федерации.
2. Федеральный Закон « Об обороне». 1996г.
3. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» 1998г.
4. Федеральный Закон «О статусе военнослужащих» 1999\2002г.
5. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования /С.В. Белов. М.: Высшая школа, 2007. 327с
6. Основы военной службы. Учебное пособие для студентов учреждений среднего профессионального образования/ А.Т.Смирнов, М.: изд.Академия , 2000. 240с.
7. Общевоинские уставы Вооруженных сил Российской Федерации. М.: Военное изд. 2000г.
8. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов / С.В.Белов, А.В. Ильницкая, А.Ф. Козьяков и др. Под общ. Ред. С.В.Белова. 4-е изд. М.: Высшая школа. 2004. 606 с. Рекомендовано Министерством образования Российской Федерации.
9. Безопасность жизнедеятельности: Учебник / Под ред. проф. Э.А. Арустамова. 6-е изд., перераб. и доп. М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2004 496с. Рекомендовано Министерством образования.
10. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для вузов, 2-е изд./ под ред. Михайлова Л.А. Пб.: Питер, 2009. 461.: ил. Допущено Учебно-методическим объединением по направлениям педагогического образования.
11. Безопасность жизнедеятельности: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования / Ю.Г. Сапронов, А.Б. Сыса, В.В. Шахбазян. 2-е изд., стер. М.: Издательский центр «Академия», 2004. 320с. Допущено Министерством образования Российской Федерации.
12. Сборник нормативных документов и материалы по подготовке к военной службе. Учебное пособие для учреждений среднего профессионального образования. / В.С. Добровольский, -М.: Высшая школа, 2000

Дополнительные источники:

1. В.А. Золотарев. На службе отечеству. Книга для чтения по общественно-государственной подготовке для солдат и сержантов ВС РФ. М.: Военное изд. 2001

2. Наставление по стрелковому делу 7,62 мм АКМ, 9мм ПМ, РПГ. М.: Военное изд., 1990
3. В.А. Лищук Основы здоровья. М.: РАМН 1999.
4. Журнал «Военные знания» 1999-2010
5. Библиотечка журнала «Военные Знания»
6. Русский и Советский Военно-исторический словарь– М.: ОЛМА-Пресс, 2001
7. Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности
8. Глебова Е.В. Производственная санитария и гигиена труда: Учебное пособие для вузов.-М.: ИКФ «Каталог», 2003. 344 с.
9. Мартынюк В.Ф., Прусенко Б.Е. Защита окружающей среды в чрезвычайных ситуациях: Учебное пособие для вузов. М.: Изд. «Нефть и газ», 2003. 335 с.
10. Фомочкин А.В. Производственная безопасность: Учебное пособие для вузов. М.: Изд. «Нефть и газ», 2004. 4 с.
11. Сборник задач по безопасности жизнедеятельности. Под ред. Б.Е.Прусенко. М.: Изд. «Нефть и газ», 2003. 220 с.

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

**Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

| Результаты обучения<br>(освоенные умения, усвоенные знания)                                                                                         | Формы и методы контроля и оценки<br>результатов обучения                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1                                                                                                                                                   | 2                                                                                        |
| <b>Умения:</b>                                                                                                                                      |                                                                                          |
| Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес                                               | Тестирование                                                                             |
| Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество | Контрольная работа, выполнение практических работ                                        |
| Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести ответственность за них.                                                           | Выполнение практических работ, участие в проведение семинаров, конференций               |
| Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач                                       | Разработка планов эвакуации, структуры ГО предприятия, формирование задач ГО предприятия |
| Владеть информационной культурой, анализировать и оценивать информацию, с использованием информационно - коммуникационных технологий                | Выполнение презентаций, подготовка видеороликов, рефераты                                |
| Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями                                                     | Деловая игра, практические работы, коллоквиум                                            |
| Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий                                               | Отчет по практическим работам, семинары, деловая игра                                    |
| Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития,                                                                          | Контрольные работы, решение ситуационных задач, практические работы                      |

|                                                                                                                                                             |                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации                                                                                   |                                                                                                                        |
| Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности                                                                          | Выполнение заданий по теме 3.1, 1.2, практические работы, рубежный контроль                                            |
| Развивать культуру межличностного общения, взаимодействия между людьми, устанавливать психологические контакты с учетом межкультурных и этнических различий | Диспут по теме 2.2, семинарские занятия, самостоятельная работа раздел»                                                |
| <b>Знания:</b>                                                                                                                                              |                                                                                                                        |
| Знать правила техники безопасности, нести ответственность организацию мероприятий по обеспечению безопасности труда                                         | Выполнение самостоятельных работ по разделу 3, практических работ, контроль навыков оказания первой медицинской помощи |
| Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний ( для юношей)                                                  | Семинар «Правовые основы военной службы», диспут «Профессиональные качества военнослужащих», практические работы       |