

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ТЕЛЕКОММУНИКАЦИЙ ИМ. ПРОФ. М.А. БОНЧ-БРУЕВИЧА»  
(СПбГУТ)

АРХАНГЕЛЬСКИЙ КОЛЛЕДЖ ТЕЛЕКОММУНИКАЦИЙ  
ИМ. Б.Л. РОЗИНГА (ФИЛИАЛ) СПбГУТ  
(АКТ (Ф) СПбГУТ)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по учебной работе

 М.А. Цыганкова

2025 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ СГ.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

по специальности:

11.02.15 Инфокоммуникационные сети и системы связи

г. Архангельск  
2025

Рабочая программа учебной дисциплины составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 11.02.15 Инфокоммуникационные сети и системы связи, примерной основной образовательной программы по специальности 11.02.15 Инфокоммуникационные сети и системы связи и в соответствии с учебным планом по специальности 11.02.15 Инфокоммуникационные сети и системы связи.

Рабочая программа рассмотрена и одобрена цикловой комиссией Общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин

Протокол № 7 от 31.03 2025 г.

Председатель  Д.Н. Угловская

Составители:

Д.Н. Грициенко, преподаватель первой квалификационной категории  
АКТ (ф) СПбГУТ.

Ю.Г. Минин, преподаватель АКТ (ф) СПбГУТ.

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                          |                |            |   |
|------------------------------------------|----------------|------------|---|
| 1 ОБЩАЯ                                  | ХАРАКТЕРИСТИКА | РАБОЧЕЙ    | 4 |
| ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ             |                |            |   |
| 2 СТРУКТУРА                              | И              | СОДЕРЖАНИЕ | 6 |
| ДИСЦИПЛИНЫ                               |                |            |   |
| 3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ           | УЧЕБНОЙ        | 13         |   |
| ДИСЦИПЛИНЫ                               |                |            |   |
| 4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ | 16             |            |   |
| УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ                       |                |            |   |

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

## 1.1 Место дисциплины в структуре образовательной программы:

Учебная дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» является обязательной частью социально-гуманитарного цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 11.02.15 Информационно-коммуникационные сети и системы связи.

## 1.2 Планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код<br>ПК, ОК                                                                                                                                                      | Умения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Знания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОК 01<br>ОК 02<br>ОК 04<br>ОК 07<br>ПК 1.1<br>ПК 1.2<br>ПК 1.4<br>ПК 1.5<br>ПК 1.7<br>ПК 1.8<br>ПК 2.1<br>ПК 2.2<br>ПК 2.3<br>ПК 3.2<br>ПК 3.3<br>ПК 4.1<br>ПК 5.2 | предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и в быту; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения, применять первичные средства пожаротушения; оказывать первую помощь пострадавшим. | основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и в быту, принципы снижения вероятности их реализации; задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения; меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах; основы военной службы и обороны государства; организацию и порядок призыва граждан на военную службу, и поступление на нее в добровольном порядке; область применения профессиональных знаний при исполнении обязанностей по |

|  |  |                                                                                 |
|--|--|---------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | военной службе;<br>порядок и правила оказания<br>первой помощи<br>пострадавшим. |
|--|--|---------------------------------------------------------------------------------|

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

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

| <b>Вид учебной работы</b>                                            | <b>Объем часов</b> |
|----------------------------------------------------------------------|--------------------|
| <b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>            | <b>80</b>          |
| <b>Самостоятельная работа</b>                                        | <b>8</b>           |
| <b>Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем</b> | <b>72</b>          |
| <b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>                        | <b>28</b>          |
| <b>в том числе:</b>                                                  |                    |
| теоретическое обучение                                               | 42                 |
| практические занятия                                                 | 28                 |
| итоговое занятие                                                     | 2                  |
| <b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>   |                    |

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины СГ.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

| Наименование разделов и тем                                        | Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Объем часов | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Раздел 1. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях  |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 26          |                                                                                                                                                   |
| Тема 1.1.<br>Чрезвычайные ситуации мирного времени и защита от них | Содержание учебного материала                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 4           | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07<br>ПК 1.1, ПК 1.2<br>ПК 1.4, ПК 1.5<br>ПК 1.7 , ПК 1.8<br>ПК 2.1, ПК 2.2<br>ПК 2.3, ПК 3.2<br>ПК 3.3, ПК 4.1<br>ПК 5.2 |
|                                                                    | 1                                                                                                                                               | Цели и задачи изучения дисциплины. Понятие и общая классификация чрезвычайных ситуаций. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Чрезвычайные ситуации социального происхождения. Терроризм и меры по его предупреждению. Основы пожаробезопасности и электробезопасности | 4           |                                                                                                                                                   |
|                                                                    | Практические занятия                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 4           |                                                                                                                                                   |
|                                                                    | 1                                                                                                                                               | Правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера                                                                                                                                                                                                              | 2           |                                                                                                                                                   |
|                                                                    | 2                                                                                                                                               | Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта                                                                                                                                                                                                                             | 2           |                                                                                                                                                   |
|                                                                    | Самостоятельная работа обучающихся №1<br>Подготовка доклада на тему (на выбор): «Последствия аварии на ЧАЭС», «Фукусима», «Стихийные бедствия». |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2           |                                                                                                                                                   |
| Тема 1.2.<br>Способы                                               | Содержание учебного материала                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 4           | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07                                                                                                                        |
|                                                                    | 1                                                                                                                                               | Ядерное оружие и его поражающие факторы. Действия                                                                                                                                                                                                                                           |             |                                                                                                                                                   |

|                                                                                                                           |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                            |           |                                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| защиты населения от оружия массового поражения                                                                            |                                                                                                                                                                | населения в очаге ядерного поражения. Химическое оружие и его характеристика. Действия населения в очаге химического поражения. Средства индивидуальной защиты населения                                                   | 2         | ПК 1.1, ПК 1.2<br>ПК 1.4, ПК 1.5<br>ПК 1.7, ПК 1.8<br>ПК 2.1, ПК 2.2<br>ПК 2.3, ПК 3.2<br>ПК 3.3, ПК 4.1<br>ПК 5.2                               |
|                                                                                                                           | 2                                                                                                                                                              | Биологическое оружие и его характеристика. Действие населения в очаге биологического поражения. Защита населения при радиоактивном и химическом заражении местности. Средства коллективной защиты населения                | 2         |                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                           | <b>Практические занятия</b>                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                            | <b>4</b>  |                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                           | 3                                                                                                                                                              | Правила поведения и действия в очаге химического и биологического поражения                                                                                                                                                | 2         |                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                           | 4                                                                                                                                                              | Использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС                                                                                                                                                  | 2         |                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                           | <b>Самостоятельная работа обучающихся №2</b><br>Подготовка доклада на тему (на выбор): «Оружие массового поражения», «Современные обычные средства поражения». |                                                                                                                                                                                                                            | 2         |                                                                                                                                                  |
| <b>Тема 1.3.</b><br>Организационные и правовые основы обеспечения безопасности жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                            | <b>4</b>  | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07<br>ПК 1.1, ПК 1.2<br>ПК 1.4, ПК 1.5<br>ПК 1.7, ПК 1.8<br>ПК 2.1, ПК 2.2<br>ПК 2.3, ПК 3.2<br>ПК 3.3, ПК 4.1<br>ПК 5.2 |
|                                                                                                                           | 1                                                                                                                                                              | Устойчивость работы объектов экономики в чрезвычайных ситуациях. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан | 2         |                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                           | 2                                                                                                                                                              | Понятие и основные задачи гражданской обороны. Организационная структура гражданской обороны. Основные мероприятия, проводимые ГО. Действия населения по сигналам                                                          | 2         |                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                           | <b>Практические занятия</b>                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                            | <b>2</b>  |                                                                                                                                                  |
|                                                                                                                           | 5                                                                                                                                                              | Правила поведения и действия по сигналам гражданской обороны                                                                                                                                                               | 2         |                                                                                                                                                  |
| <b>Раздел 2. Основы военной службы и медицинской подготовки</b>                                                           |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                            | <b>52</b> |                                                                                                                                                  |



|                                                                      |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                              |          |                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Тема 2.1.</b><br>Основы военной безопасности Российской Федерации | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                  |                                                                                                                                              | <b>2</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07<br>ПК 1.1, ПК 1.2<br>ПК 1.4, ПК 1.5<br>ПК 1.7, ПК 1.8<br>ПК 2.1, ПК 2.2<br>ПК 2.3, ПК 3.2<br>ПК 3.3, ПК 4.1<br>ПК 5.2 |
|                                                                      | 1                                                                                                                                                                     | Нормативно-правовая база обеспечения военной безопасности Российской Федерации, функционирования ее Вооруженных Сил и военной службы граждан | 2        |                                                                                                                                                  |
|                                                                      | 2                                                                                                                                                                     | Организация обороны Российской Федерации                                                                                                     |          |                                                                                                                                                  |
|                                                                      | <b>Практические занятия</b>                                                                                                                                           |                                                                                                                                              | <b>2</b> |                                                                                                                                                  |
|                                                                      | 6                                                                                                                                                                     | Общая физическая и строевая подготовка                                                                                                       | 2        |                                                                                                                                                  |
| <b>Тема 2.2.</b><br>Вооруженные Силы Российской Федерации            | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                  |                                                                                                                                              | <b>4</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07<br>ПК 1.1, ПК 1.2<br>ПК 1.4, ПК 1.5<br>ПК 1.7, ПК 1.8<br>ПК 2.1, ПК 2.2<br>ПК 2.3, ПК 3.2<br>ПК 3.3, ПК 4.1<br>ПК 5.2 |
|                                                                      | 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                                                                         | 1        |                                                                                                                                                  |
|                                                                      | 3                                                                                                                                                                     | Реформа Вооруженных Сил Российской Федерации 2008-2020 гг.                                                                                   | 1        |                                                                                                                                                  |
|                                                                      | <b>Практические занятия</b>                                                                                                                                           |                                                                                                                                              | <b>2</b> |                                                                                                                                                  |
|                                                                      | 7                                                                                                                                                                     | Виды Вооруженных Сил, рода войск, история их создания, их основные задачи                                                                    | 2        |                                                                                                                                                  |
|                                                                      | <b>Самостоятельная работа обучающихся №3</b><br>Подготовка доклада на тему (на выбор): «Техника и вооружение видов и родов войск ВС РФ», «Типы автомата Калашникова». |                                                                                                                                              | 2        |                                                                                                                                                  |
| <b>Тема 2.3.</b><br>Воинская обязанность в Российской Федерации      | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                  |                                                                                                                                              | <b>2</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07<br>ПК 1.1, ПК 1.2<br>ПК 1.4, ПК 1.5                                                                                   |
|                                                                      | 1                                                                                                                                                                     | Понятие и сущность воинской обязанности. Воинский учет граждан. Призыв граждан на военную службу                                             | 2        |                                                                                                                                                  |
|                                                                      | 2                                                                                                                                                                     | Медицинское освидетельствование и обследование граждан при                                                                                   |          |                                                                                                                                                  |

|                                                                                                             |                                      |                                                                                                                                                 |          |                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Федерации                                                                                                   |                                      | постановке их на воинский учет и при призыве на военную службу                                                                                  |          | ПК 1.7 , ПК 1.8<br>ПК 2.1, ПК 2.2<br>ПК 2.3, ПК 3.2<br>ПК 3.3, ПК 4.1<br>ПК 5.2                                                                      |
|                                                                                                             | 3                                    | Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе                                                                                 |          |                                                                                                                                                      |
|                                                                                                             | <b>Практические занятия</b>          |                                                                                                                                                 | <b>2</b> |                                                                                                                                                      |
|                                                                                                             | <b>8</b>                             | Обязательная подготовка граждан к военной службе                                                                                                | 2        |                                                                                                                                                      |
| <b>Тема 2.4.</b><br>Символы<br>воинской чести.<br>Боевые<br>традиции<br>Вооруженных<br>Сил России           | <b>Содержание учебного материала</b> |                                                                                                                                                 | <b>2</b> | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 04, ОК 07<br>ПК 1.1, ПК 1.2<br>ПК 1.4, ПК 1.5<br>ПК 1.7 , ПК 1.8<br>ПК 2.1, ПК 2.2<br>ПК 2.3, ПК 3.2<br>ПК 3.3, ПК 4.1<br>ПК 5.2 |
|                                                                                                             | 1                                    | Боевое Знамя части – символ воинской чести, доблести и славы. Боевые традиции Вооруженных сил РФ                                                | 2        |                                                                                                                                                      |
|                                                                                                             | 2                                    | Ордена – почетные награды за воинские отличия в бою и заслуги в военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации                    |          |                                                                                                                                                      |
|                                                                                                             | 3                                    | Патриотизм и верность воинскому долгу. Дружба, войсковое товарищество                                                                           |          |                                                                                                                                                      |
|                                                                                                             | <b>Практические занятия</b>          |                                                                                                                                                 | <b>2</b> |                                                                                                                                                      |
|                                                                                                             | <b>9</b>                             | Воинские звания и военная форма одежды военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации                                                      | 2        |                                                                                                                                                      |
| <b>Тема 2.5.</b><br>Организационн<br>ые и правовые<br>основы военной<br>службы в<br>Российской<br>Федерации | <b>Содержание учебного материала</b> |                                                                                                                                                 | <b>4</b> | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 04, ОК 07<br>ПК 1.1, ПК 1.2<br>ПК 1.4, ПК 1.5<br>ПК 1.7 , ПК 1.8<br>ПК 2.1, ПК 2.2<br>ПК 2.3, ПК 3.2<br>ПК 3.3, ПК 4.1<br>ПК 5.2 |
|                                                                                                             | 1                                    | Военная служба – особый вид государственной службы. Воинские должности и звания военнослужащих. Правовой статус военнослужащих                  | 1        |                                                                                                                                                      |
|                                                                                                             | 2                                    | Права и обязанности военнослужащих. Социальное обеспечение военнослужащих. Начало, срок и окончание военной службы. Увольнение с военной службы | 1        |                                                                                                                                                      |
|                                                                                                             | 3                                    | Прохождение военной службы по призыву. Военная служба по контракту. Альтернативная гражданская служба                                           | 2        |                                                                                                                                                      |
|                                                                                                             | <b>Практические занятия</b>          |                                                                                                                                                 | <b>2</b> |                                                                                                                                                      |

|                                                           |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                    |          |                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                           | <b>10</b>                                                                                                                                                                 | Ответственность военнослужащих. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации                                                                                                                                                                           | 2        |                                                                                                                                                  |
|                                                           | <b>Самостоятельная работа обучающихся №4</b><br>Подготовка опорного конспекта по темам: «Общевоинский устав ВС РФ», «Уголовный кодексом РФ», «Дисциплинарным устав ВС РФ» |                                                                                                                                                                                                                                                                    | 2        |                                                                                                                                                  |
| <b>Тема 2.6.</b><br>Общие правила оказания первой помощи  | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>6</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07<br>ПК 1.1, ПК 1.2<br>ПК 1.4, ПК 1.5<br>ПК 1.7, ПК 1.8<br>ПК 2.1, ПК 2.2<br>ПК 2.3, ПК 3.2<br>ПК 3.3, ПК 4.1<br>ПК 5.2 |
|                                                           | 1                                                                                                                                                                         | Оценка состояния пострадавшего. Общая характеристика поражений организма человека от воздействия опасных факторов. Общие правила и порядок оказания первой медицинской помощи                                                                                      | 2        |                                                                                                                                                  |
|                                                           | 2                                                                                                                                                                         | Первая помощь при различных повреждениях и состояниях организма                                                                                                                                                                                                    | 2        |                                                                                                                                                  |
|                                                           | 3                                                                                                                                                                         | Транспортная иммобилизация и транспортирование пострадавших при различных повреждениях                                                                                                                                                                             | 2        |                                                                                                                                                  |
|                                                           | <b>Практические занятия</b>                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>4</b> |                                                                                                                                                  |
|                                                           | <b>11</b>                                                                                                                                                                 | Общие принципы оказания первой медицинской помощи. Первая помощь при отсутствии сознания, при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца)                                                                                                     | 2        |                                                                                                                                                  |
|                                                           | <b>12</b>                                                                                                                                                                 | Первая помощь при наружных кровотечениях, при травмах различных областей тела. Первая помощь при ожогах и воздействии высоких температур, при воздействии низких температур. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, при отравлениях | 2        |                                                                                                                                                  |
| <b>Тема 2.7.</b><br>Профилактика инфекционных заболеваний | <b>Содержание учебного материала</b>                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>4</b> | ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 07<br>ПК 1.1, ПК 1.2<br>ПК 1.4, ПК 1.5                                                                                   |
|                                                           | 1                                                                                                                                                                         | Из истории инфекционных болезней. Классификация инфекционных заболеваний. Общие признаки инфекционных заболеваний                                                                                                                                                  | 2        |                                                                                                                                                  |

|                                                              |                                      |                                                                                                                                                                                                   |           |                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                              | 2                                    | Воздушно-капельные инфекции. Желудочно-кишечные инфекции. Пищевые отравления бактериальными токсинами                                                                                             | 1         | ПК 1.7, ПК 1.8<br>ПК 2.1, ПК 2.2<br>ПК 2.3, ПК 3.2<br>ПК 3.3, ПК 4.1<br>ПК 5.2                                                                      |
|                                                              | 3                                    | Общие принципы профилактики инфекционных заболеваний                                                                                                                                              | 1         |                                                                                                                                                     |
|                                                              | <b>Практические занятия</b>          |                                                                                                                                                                                                   | <b>2</b>  |                                                                                                                                                     |
|                                                              | 13                                   | Правила госпитализации инфекционных больных                                                                                                                                                       | 2         |                                                                                                                                                     |
| <b>Тема 2.8.</b><br>Обеспечение<br>здорового<br>образа жизни | <b>Содержание учебного материала</b> |                                                                                                                                                                                                   | <b>6</b>  | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 04, ОК 07<br>ПК 1.1, ПК 1.2<br>ПК 1.4, ПК 1.5<br>ПК 1.7, ПК 1.8<br>ПК 2.1, ПК 2.2<br>ПК 2.3, ПК 3.2<br>ПК 3.3, ПК 4.1<br>ПК 5.2 |
|                                                              | 1                                    | Здоровье и факторы его формирования. Здоровый образ жизни и его составляющие                                                                                                                      | 2         |                                                                                                                                                     |
|                                                              | 2                                    | Двигательная активность и здоровье. Питание и здоровье. Вредные привычки. Факторы риска. Понятие об иммунитете и его видах                                                                        | 4         |                                                                                                                                                     |
|                                                              | <b>Практические занятия</b>          |                                                                                                                                                                                                   | <b>2</b>  |                                                                                                                                                     |
|                                                              | 14                                   | Показатели здоровья и факторы, их определяющие. Оценка физического состояния. Составление индивидуальных карт здоровья с режимом дня, графиком питания с возможностью отслеживать свои показания. | 2         |                                                                                                                                                     |
| <b>Итоговое занятие</b>                                      |                                      |                                                                                                                                                                                                   | <b>2</b>  | ОК 01, ОК 02,<br>ОК 04, ОК 07<br>ПК 1.1, ПК 1.2<br>ПК 1.4, ПК 1.5<br>ПК 1.7, ПК 1.8<br>ПК 2.1, ПК 2.2<br>ПК 2.3, ПК 3.2<br>ПК 3.3, ПК 4.1<br>ПК 5.2 |
| <b>Всего:</b>                                                |                                      |                                                                                                                                                                                                   | <b>80</b> |                                                                                                                                                     |

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

#### **3.1 Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены следующие специальные помещения:**

Кабинет безопасности жизнедеятельности и охраны труда, оснащенный оборудованием и техническими средствами обучения: доска классная – 1 шт., стол 1-тумб. с подвижной тумбой – 1 шт., стол учен.2-х местный – 15 шт., стул ученич.№6 пр.труба – 31 шт., шкаф 2-х створчатый – 2 шт., шкаф для документов полуоткрытый – 1 шт., шкаф книжный – 2 шт., шкаф металлический – 2 шт., ящик металлический – 1 шт., автомат «Калашникова» – 2 шт., тренажер «Максим П-01» – 1 шт., куртка «Полюс» зимняя – 10 шт., шапка-ушанка – 10 шт., общевойсковые уставы ВС РФ (новый) – 1 шт., плакаты – 6 шт., учебные видеофильмы – 5 шт., информационный стенд 1,2\*0,9 – 2 шт., стенд (поликарбонат) – 2 шт., гражданские противогазы ГП-5, ГП-7, общевойсковой комплект ОЗК, респираторы Р-2 лепесток, индивидуальный противохимический пакет, комплект индивидуальный медицинский гражданской защиты, ватно-марлевая повязка, бинты марлевые, бинты эластичные, жгут кровоостанавливающий резиновый, шины, огнетушитель порошковый ОП-5, огнетушитель пенный ОХП-10, огнетушитель углекислотный ОУ-8, комплект плакатов по Оказанию первой помощи, комплект плакатов по Пожарной безопасности, комплект плакатов по Гражданской обороне, комплект плакатов по разделу «Основы военной службы», телевизор, DVD проигрыватель Daewoo – 1 шт., дозиметры: Ратон-901, ДП-5, ИД-1.

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

##### **3.2.1. Основные печатные и электронные издания:**

1. Безопасность жизнедеятельности. Практикум : учебное пособие / В.А. Бондаренко, С.И. Евтушенко, В.А. Лепихова [и др.]. - Москва : РИОР : ИНФРА-М, 2022. - 150 с. - (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-369-01794-4. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1869676> – Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

2. Ветошкин, А. Г. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / А. Г. Ветошкин. - Москва ; Вологда : Инфра-Инженерия, 2022. - 308 с. - ISBN 978-5-9729-0991-9. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1903523> – Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

3. Денисенко, С.Н. Основы военной подготовки. Учебное пособие / С.Н. Денисенко, А.Ю. Смирнов, А.М. Хрусталева, И.Г. Штеренберг; СПбГТИ(ТУ). Кафедра Основ военной подготовки СПбГТИ(ТУ), 2023. 779с. - Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/353828> — Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

4. Денисенко, С.Н. Основы медицинского обеспечения. Учебное пособие /С.Н. Денисенко, А.Ю. Смирнов, А.М. Хрусталеv, И.Г. Штеренберг; СПбГТИ(ТУ). Кафедра Основ военной подготовки СПбГТИ(ТУ), 2023. 152 с. - электронная библиотека. Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/353828>— Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

5. Денисенко, С.Н. Радиационная, химическая и биологическая защита. Учебное пособие /С.Н. Денисенко, А.Ю. Хрусталеv, И.Г. Штеренберг; СПбГТИ(ТУ). Кафедра Основ военной подготовки СПбГТИ(ТУ), 2023. 163 с. - электронная библиотека. , Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/353813> — Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

6. Микрюков, В. Ю. Основы военной службы: строевая, огневая и тактическая подготовка, военная топография : учебник / В. Ю. Микрюков. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2023. — 384 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-00091-623-0.URL:<https://znanium.com/catalog/product/1941745>. — Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

7. Обеспечение безопасности при чрезвычайных ситуациях : учебник / В. А. Бондаренко, С. И. Евтушенко, В. А. Лепихова [и др.]. — 2-е изд. — Москва : РИОР : ИНФРА-М, 2023. — 224 с. — (Среднее профессиональное образование). — DOI: <https://doi.org/10.29039/1784-5>. - ISBN 978-5-369-01784-5. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1993542>. — Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

8. Сычев, Ю. Н. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Ю.Н. Сычев. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : ИНФРА-М, 2024. — 225 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-018956-7. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/208053> — Режим доступа: по подписке.

9. Халилов, Ш. А. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Ш.А. Халилов, А.Н. Маликов, В.П. Гневанов ; под ред. Ш.А. Халилова. — Москва : ФОРУМ : ИНФРА-М, 2024. — 576 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-8199-0789-4. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1932336> — Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

### **3.2.2. Дополнительные источники:**

1. Общевоинские уставы Вооруженных сил РФ

2. Федеральные законы «Об обороне», «О статусе военнослужащего», «О воинской обязанности и военной службе».

3. Мельников, В. П. Безопасность жизнедеятельности : учебник / В. П. Мельников. — Москва : КУРС : ИНФРА-М, 2022. — 400 с. - ISBN 978-5-906818-13-3. - URL: <https://znanium.ru/catalog/product/1073011> — Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

4. Хрусталеv, А.М. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. Учебно-методическое пособие / А.М. Хрусталеv, Смирнов А.Ю., И.Г. Штеренберг ; СПбГТИ(ТУ). Кафедра Основ военной подготовки СПбГТИ(ТУ), 2024. - 159 с. - электронная библиотека. Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/385031>— Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

5. Хрусталеv А.М. Условные знаки и условные обозначения. Справочник / А.М. Хрусталеv, И.Г. Штеренберг; СПбГТИ(ТУ). Кафедра Основ военной подготовки СПбГТИ(ТУ), 2023. 162 с. - электронная библиотека. Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/353810> Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

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

| Результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Критерии оценки                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Методы оценки                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и в быту, принципы снижения вероятности их реализации;</li> <li>- задачи и основные мероприятия гражданской обороны;</li> <li>- способы защиты населения от оружия массового поражения; меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;</li> <li>- основы военной службы и обороны государства;</li> <li>- организацию и порядок призыва граждан на военную службу, и поступление на нее в добровольном порядке;</li> <li>- область применения получаемых профессиональных</li> </ul> | <p>Характеристики демонстрируемых знаний:</p> <p>демонстрирует знания эффективных превентивных мер для предотвращения пожароопасных ситуаций;</p> <p>демонстрирует знания нормативных документов в своей профессиональной деятельности, готовность к соблюдению действующего законодательства и требований нормативных документов, в том числе в условиях противодействия терроризму;</p> <p>дает характеристику различным видам потенциальных опасностей и перечисляет их последствия;</p> <p>формулирует задачи и основные мероприятия гражданской обороны, перечисляет способы защиты населения от оружия массового поражения;</p> <p>владеет знаниями об организации и порядке призыва граждан на военную службу;</p> <p>ориентируется в видах вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– тестирование;</li> <li>– письменный опрос;</li> <li>– устный опрос;</li> <li>– оценка выступления с докладом;</li> <li>– оценка результатов выполнения практических работ №№1-14;</li> <li>– дифференцированный зачет</li> </ul> |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>знаний при исполнении обязанностей по военной службе;</p> <p>- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</p>                                                                                                                                                                                                                    | <p>учетные специальности, родственные специальностям СПО;</p> <p>демонстрирует знания в области анатомо-физиологических последствий воздействия на человека травмирующих, вредных и поражающих факторов;</p> <p>демонстрирует знания общих характеристик поражений организма человека от воздействия опасных факторов;</p> <p>классифицирует инфекционные заболевания и формулирует их общие признаки;</p> <p>демонстрирует знание основ здорового образа жизни.</p>                       |                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <p>Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:</p> <p>- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и в быту;</p> <p>- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения, применять первичные средства</p> | <p>Характеристики демонстрируемых умений:</p> <p>демонстрирует умение пользоваться первичными средствами пожаротушения;</p> <p>формулирует правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера и при угрозе террористического акта;</p> <p>демонстрирует умение применять правила поведения и ориентируется в действиях по сигналам гражданской обороны;</p> <p>умеет определять угрозу пожарной безопасности;</p> <p>определяет виды вооруженных сил, рода</p> | <p>– оценка результатов выполнения практических работ №№1-14;</p> <p>– проверка и анализ содержания докладов;</p> <p>– оценка решения ситуационных задач;</p> <p>– оценка результатов выполнения самостоятельной работы;</p> <p>– дифференцированный зачет</p> |

|                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |
|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>пожаротушения;<br/>- оказывать первую помощь пострадавшим.</p> | <p>войск;<br/>ориентируется в воинских званиях военнослужащих вооруженных сил РФ;<br/>демонстрирует общую физическую и строевую подготовку, навыки обязательной подготовки к военной службе; основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим;<br/>демонстрирует умение оказать первую медицинскую помощь в различных ситуациях;<br/>владеет принципами профилактики инфекционных заболеваний;<br/>определяет показатели здоровья и оценивает физическое состояние;<br/>составляет индивидуальные карты здоровья с режимом дня, графиком питания.</p> |  |
|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|