

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
(национальный исследовательский университет)»  
**ИНСТИТУТ СПОРТА, ТУРИЗМА И СЕРВИСА**  
**МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ**

УТВЕРЖДАЮ:

директор

Многопрофильного колледжа

Института спорта, туризма и сервиса

О.Б. Прохорова

«21» февраля 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**СГ.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
основной профессиональной образовательной программы  
**49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Челябинск 2024

Рабочая программа учебной дисциплины СГ.03 Безопасность жизнедеятельности основной профессиональной образовательной программы специальности среднего профессионального образования (далее – СПО) 49.02.01 Физическая культура рассмотрена и одобрена на заседании Научно-методического совета №3, протокол №3 от «21» февраля 2024 г.

СОГЛАСОВАНО:

Зам. директора по УПР  
Л.П. Попкова   
«20» февраля 2024 г.

Специалист по УМР  
А.Н. Сивачёва   
«20» февраля 2024 г.

Разработчик: И.Ю. Санатин – преподаватель Многопрофильного колледжа

Рабочая программа учебной дисциплины СГ.03 Безопасность жизнедеятельности разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура (утв. Приказом Минпросвещения России от 11.11.2022 №968).

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

## **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 49.02.01 Физическая культура.

Рабочая программа учебной дисциплины СГ.03 Безопасность жизнедеятельности предназначена для изучения в профессиональных образовательных организациях СПО при подготовке специалистов среднего звена по специальности 49.02.01 Физическая культура.

## **1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Учебная дисциплина входит в социально-гуманитарный цикл.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

### **знать:**

– принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;

– основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;

– основы военной службы и обороны государства;

– задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;

– меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

– организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;

– основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящие на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности;

– область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;

### **уметь:**

– организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- применять первичные средства пожаротушения;
- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

**развить способности, необходимые для формирования общих компетенций (далее – ОК):**

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде.

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных российских духовно-нравственных ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

**развить способности, необходимые для формирования профессиональных компетенций (далее – ПК):**

ПК 3.2. Проводить учебные занятия по физической культуре.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Количество часов</b>
<b>Объем образовательной нагрузки (всего)</b>	<b>68</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>68</b>
<b>Практическая подготовка</b>	<b>10</b>
в том числе:	
<b>теоретические занятия</b>	<b>20</b>
<i>лекции</i>	<i>16</i>
<i>контрольные занятия</i>	<i>2</i>
<i>дифференцированный зачет</i>	<i>2</i>
<b>практические занятия</b>	<b>48</b>
курсовая работа/проект	–
<b>Самостоятельная учебная работа обучающегося (всего)</b>	–
<b>Консультации</b>	–
<b>Промежуточная аттестация (итоговая по дисциплине)</b>	– в форме дифференцированного зачета

## 2.2. Тематический план

Наименование разделов и тем	Объем образовательной нагрузки (час)	Обязательная нагрузка						Самостоятельная учебная работа (час)	Консультации (час)	Промежуточная аттестация (итоговая по дисциплине) (час)
		Всего часов	Практическая подготовка	в том числе						
				теоретических занятий (час)	практических занятий (час)	контрольных занятий (час)	курсовая работа/проект (час)			
<b>Введение. Стартовая диагностика обучающихся</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	–	<b>2</b>	–	–	–	–	–	–
<b>Раздел 1. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	–	–	–	–	–
Тема 1.1 Чрезвычайные ситуации	2	2	–	2	–	–	–	–	–	–
Практическое занятие №1. Анализ правовых основ обеспечения безопасности в чрезвычайных ситуациях	2	2	1	–	2	–	–	–	–	–
Практическое занятие №2. Анализ ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» от 21.12.1994 № 68-ФЗ	2	2	1	–	2	–	–	–	–	–
Практическое занятие №3. Анализ режимов функционирования Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	2	2	1	–	2	–	–	–	–	–
Практическое занятие №4. Оценка особенностей организации защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций	2	2	–	–	2	–	–	–	–	–
Практическое занятие №5. Составление алгоритма использования средств индивидуальной и коллективной защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	2	2	–	–	2	–	–	–	–	–

Наименование разделов и тем	Объем образовательной нагрузки (час)	Обязательная нагрузка						Самостоятельная учебная работа (час)	Консультации (час)	Промежуточная аттестация (итоговая по дисциплине) (час)
		Всего часов	Практическая подготовка	в том числе						
				теоретических занятий (час)	практических занятий (час)	контрольных занятий (час)	курсовая работа/проект (час)			
Практическое занятие №6. Применение первичных средств пожаротушения в условиях чрезвычайных ситуаций	2	2	1	–	2	–	–	–	–	–
Практическое занятие №7. Отработка действий работников и населения при эвакуации	2	2	1	–	2	–	–	–	–	–
<b>Раздел 2. Основы военной службы</b>	<b>48</b>	<b>48</b>	<b>5</b>	<b>12</b>	<b>34</b>	<b>2</b>	–	–	–	–
Тема 2.1 Основы обороны государства. Вооруженные силы Российской Федерации. Военная служба	2	2	–	2	–	–	–	–	–	–
Тема 2.2 Прохождение службы по призыву и контракту	2	2	–	2	–	–	–	–	–	–
Практическое занятие №8. Выявление правовой основы и главных направлений обеспечения национальной безопасности России	2	2	–	–	2	–	–	–	–	–
Тема 2.3 История создания Вооруженных Сил России	2	2	–	2	–	–	–	–	–	–
Практическое занятие №9. Характеристика Вооруженных сил Российской Федерации	2	2	–	–	2	–	–	–	–	–
Практическое занятие №10. Характеристика воинских должностей и званий военнослужащих	2	2	–	–	2	–	–	–	–	–
Практическое занятие №11. Выявление порядка подготовки военных кадров для Вооружённых Сил Российской Федерации	2	2	–	–	2	–	–	–	–	–

Наименование разделов и тем	Объем образовательной нагрузки (час)	Обязательная нагрузка						Самостоятельная учебная работа (час)	Консультации (час)	Промежуточная аттестация (итоговая по дисциплине) (час)
		Всего часов	Практическая подготовка	в том числе						
				теоретических занятий (час)	практических занятий (час)	контрольных занятий (час)	курсовая работа/проект (час)			
Практическое занятие №12. Изучение основных видов вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений	2	2	–	–	2	–	–	–	–	–
Тема 2.4 Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	2	2	–	2	–	–	–	–	–	–
Практическое занятие №13. Анализ документов о защите жертв международных конфликтов	2	2	–	–	2	–	–	–	–	–
Практическое занятие №14. Анализ документов о Международной деятельности ВС РФ в «горячих» точках	2	2	–	–	2	–	–	–	–	–
Практическое занятие №15. Анализ юридической ответственности военнослужащих	2	2	–	–	2	–	–	–	–	–
Практическое занятие №16. Медицинское освидетельствование и обследование граждан при постановке на воинский учет и при призыве на военную службу (диспут)	2	2	–	–	2	–	–	–	–	–
Практическое занятие №17. Изучение и освоение методик проведения строевой и огневой подготовки	2	2	–	–	2	–	–	–	–	–

Наименование разделов и тем	Объем образовательной нагрузки (час)	Обязательная нагрузка						Самостоятельная учебная работа (час)	Консультации (час)	Промежуточная аттестация (итоговая по дисциплине) (час)
		Всего часов	Практическая подготовка	в том числе						
				теоретических занятий (час)	практических занятий (час)	контрольных занятий (час)	курсовая работа/проект (час)			
Практическое занятие №18. Применение профессиональных знаний в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью	2	2	1	–	2	–	–	–	–	–
Тема 2.5 Призыв на военную службу. Прохождение военной службы по контракту. Альтернативная гражданская служба	2	2	–	2	–	–	–	–	–	–
Контрольное занятие №1. Круглый стол на тему «Плюсы и минусы альтернативной службы»	2	2	–	–	–	2	–	–	–	–
Практическое занятие № 19. Анализ психологической готовности к межличностным взаимоотношениям в воинском коллективе	2	2	1	–	2	–	–	–	–	–
Практическое занятие №20. Отработка умений владения способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы	2	2	1	–	2	–	–	–	–	–
Тема 2.6 Семинар «Символы воинской чести и традиции Вооруженных сил Российской Федерации»	2	2	–	2	–	–	–	–	–	–
Практическое занятие №21. Создание брошюры «Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации»	2	2	-	–	2	–	–	–	–	–

Наименование разделов и тем	Объем образовательной нагрузки (час)	Обязательная нагрузка						Самостоятельная учебная работа (час)	Консультации (час)	Промежуточная аттестация (итоговая по дисциплине) (час)
		Всего часов	Практическая подготовка	в том числе						
				теоретических занятий (час)	практических занятий (час)	контрольных занятий (час)	курсовая работа/проект (час)			
Практическое занятие №22. Анализ профилактических мер для снижения уровней опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту	2	2	1	–	2	–	–	–	–	–
Практическое занятие №23. Составление перечня военно-учетных специальностей	2	2	-	–	2	–	–	–	–	–
Практическое занятие №24. Составление перечня профессиональных знаний в ходе исполнения воинских обязанностей	2	2	1	–	2	–	–	–	–	–
<b>Дифференцированный зачет</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	–	–	–	–	–	–	–	<b>2</b>
<b>Итого</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>10</b>	<b>16</b>	<b>48</b>	<b>2</b>	–	–	–	<b>2</b>

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид занятий	№ ауд.	Перечень основного оборудования и технических средств обучения
Теоретические занятия, Практические занятия, Текущий контроль, промежуточная аттестация	311	<b>Производственный корпус ЧТКС Стрелковый тир, ауд. 311</b>  <b>Оборудование и технические средства обучения:</b> 1. Комплект компьютерного оборудования (системный блок, монитор, клавиатура, мышь) – 1 шт. 2. Проектор – 1 шт. 3. Экран – 1 шт. 4. Колонки компьютерные – 2 шт. 5. Принтер – 1 шт. 6. ПО Лазерный стрелковый тренажер «Рубин»: - лазерная камера «Рубин» – 1 шт. - лазерный автомат Калашникова – 2 шт. - лазерный пистолет Макарова – 2 шт.  <b>Имущество:</b> 1. Стол ученический (одноместный) – 18 шт. 2. Стул – 18 шт. 3. Стол преподавателя – 1 шт. 4. Стул компьютерный – 1 шт. 5. Стеллаж – 1 шт. 6. Доска классная – 1 шт. 7. Тумба (кафедра) – 1 шт.  <b>Учебно-наглядные пособия:</b> 1. Плакат – 13 шт. 2. Портрет – 2 шт.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

##### Основная литература

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://www.biblio-online.ru/bcode/450781>

### **Дополнительная литература**

1. Безопасность жизнедеятельности [Текст] : учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко, Г. В. Гуськов. – М.: Академия, 2016.

2. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и массаж. Учебник для медицинских училищ и колледжей. Гриф УМО по медицинскому образованию. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2014.

3. Поляев, Б.А. Зарубежный и отечественный опыт организации службы спортивной медицины и подготовки спортивных врачей [Электронный ресурс] : учебное пособие / Б.А. Поляев, Г.А. Макарова, И.А. Белолипецкая. — Электрон. дан. — Москва : Советский спорт, 2005. — 152 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/4105>. — Загл. с экрана

4. Рубанович, В. Б. Основы врачебного контроля при занятиях физической культурой : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. Б. Рубанович. — 3-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 253 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-11150-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL:<http://www.biblio-online.ru/bcode/456982>

5. Гордеева, А. В. Прикладная реабилитационная педагогика : учебно-методическое пособие / А. В. Гордеева, В. В. Морозов. — Москва : Академический Проект, 2020. — 176 с. — ISBN 978-5-8291-2709-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/132234>— Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **Перечень используемого программного обеспечения**

1. Microsoft Office
2. Microsoft Windows

### **Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем**

1. ЭБС Электронного издания ЮРАЙТ
2. ЭБС «ЛАНЬ»

### **3.3 Особенности обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов**

Обучение по дисциплине обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

Содержание образования и условия организации обучения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья определяются адаптированной образовательной программой, а для инвалидов также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида.

Освоение дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах. Предполагаются специальные условия для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья. Медицинские ограничения регламентированы Перечнем медицинских противопоказаний Министерства здравоохранения Российской Федерации.

Подбор и разработка учебных материалов производятся с учетом предоставления материала в различных формах: аудиальной, визуальной, с использованием специальных технических средств и информационных систем.

Форма проведения аттестации для студентов-инвалидов устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей. Для студентов с ОВЗ предусматривается доступная форма предоставления заданий оценочных средств. Студентам с инвалидностью увеличивается время на подготовку ответов на контрольные вопросы. Для таких студентов предусматривается доступная форма предоставления ответов на задания.

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

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины СГ.03 Безопасность жизнедеятельности осуществляется преподавателем в процессе Мониторинга динамики индивидуальных достижений обучающихся по учебной дисциплине, включающего текущий контроль и промежуточную аттестацию.

Тип задания	Формы и методы контроля и оценки	Проверяемые образовательные результаты
Текущий контроль: 3 семестр		
Задания для стартовой диагностики	Оценка ответов обучающихся Оценка результатов тестирования	ОК 05, ОК 06
Тестовые задания	Оценка результатов тестирования	ОК 05 – ОК 07
Теоретические вопросы	Оценка ответов обучающихся Сравнение с эталоном	ОК 04 – ОК 07 ПК 3.2
Практические задания	Оценка выполненных заданий Сравнение с эталоном	ОК 04 – ОК 07 ПК 3.2
Ситуационные задачи	Оценка выполненных заданий Сравнение с эталоном	ОК 04 – ОК 07 ПК 3.2
Подготовка и защита научно-исследовательской работы (НИР, проекты, рефераты, сообщения, презентации)	Экспертная оценка работы, устной защиты, презентации по критериям Заполнение чек-листов	ОК 04 – ОК 07
Контрольные занятия (круглый стол)	Наблюдение за деятельностью обучающихся Оценка ответов обучающихся, участия в обсуждении	ОК 04 – ОК 07
Промежуточная аттестация: 3 семестр		
Тестовые задания	Оценка результатов тестирования	ОК 04 – ОК 07
Защита учебно-исследовательской работы	Экспертная оценка работы, устной защиты, презентации по критериям Заполнение чек-листов	ОК 04 – ОК 07 ПК 3.2

Текущий контроль успеваемости подразумевает регулярную объективную оценку качества освоения обучающимися содержания учебной дисциплины СГ.03 Безопасность жизнедеятельности

и способствует успешному овладению учебным материалом в разнообразных формах аудиторной работы, в процессе внеаудиторной подготовки и оценивает систематичность учебной работы студента.

В начале изучения дисциплины СГ.03 Безопасность жизнедеятельности (в течение первых двух недель) осуществляется стартовая диагностика обучающихся. Входной контроль проводится с целью определения стартового уровня подготовки студентов, который в дальнейшем сравнивается с результатами следующих этапов мониторинга уровня достижения планируемых образовательных результатов: выстраивания индивидуальной траектории обучения на основе контроля их знаний. Результаты входного контроля являются основанием для проведения корректирующих мероприятий, а также формирования подгрупп и организации дополнительных консультаций.

Промежуточная аттестация по учебной дисциплине СГ.03 Безопасность жизнедеятельности проходит в форме дифференцированного зачета.

При промежуточной аттестации обучающихся на дифференцированном зачете по дисциплине СГ.03 Безопасность жизнедеятельности на соответствие персональных достижений требованиям к образовательным результатам, заявленных ФГОС СПО, преподавателем учитывается итоговый рейтинг обучающегося по дисциплине и принимается решение об освобождении обучающегося от процедуры промежуточной аттестации.

При условии итоговой рейтинговой средневзвешенной оценки обучающегося не менее 4 баллов, соответствующей рейтингу от 4,0 до 4,4 баллов обучающийся может быть освобожден (на усмотрение преподавателя) от выполнения заданий на дифференцированном зачете с оценкой «хорошо». Если обучающийся претендует на получение оценки «отлично», он должен присутствовать на дифференцированном зачете и выполнить все задания, предусмотренные для промежуточной аттестации по учебной дисциплине. Обучающийся, имеющий итоговый рейтинг от 4,5 до 5 баллов, освобождается от выполнения заданий на дифференцированном зачете и получает оценку «отлично». Обучающийся, имеющий итоговый рейтинг менее 4,0, выполняет все задания на дифференцированном зачете.