

ИНЖЕНЕРНАЯ ШКОЛА ОДЕЖДЫ

(Наименование колледжа)

УТВЕРЖДАЮ
Первый проректор,
проректор по учебной работе

_____ А.Е. Рудин

Рабочая программа дисциплины

СГ.03

Безопасность жизнедеятельности

Учебный план: № 26-02-1-25

Код, наименование
специальности, 29.02.10 Конструирование, моделирование и технология изготовления
направленность: изделий легкой промышленности (по видам). Швейные изделия
Квалификация
выпускника: Технолог - конструктор
Уровень
образования: Среднее профессиональное образование
Форма обучения: очная

План учебного процесса

Составляющие учебного процесса		Очное обучение	Заочное обучение
Виды учебных занятий и самостоятельная работа обучающихся (часы)	Трудоемкость учебной дисциплины	68	
	Из них аудиторной нагрузки	64	
	Лекции, уроки	32	
	Практические занятия	32	
	Консультации		
	Промежуточная аттестация		
	Курсовой проект (работа)		
Формы промежуточной аттестации по семестрам (номер семестра)	Самостоятельная работа	4	
	Экзамен		
	Зачет		
	Контрольная работа	1,2	
	Курсовой проект (работа)		

Санкт-Петербург
2026

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии
с федеральным государственным образовательным стандартом среднего
профессионального образования по специальности
**29.02.10 Конструирование, моделирование и технология изготовления изделий
легкой промышленности (по видам)**, утвержденным приказом Минпросвещения России
от **14.06.2022 г. № 443 (ред. от 03.07.2024)**

Составитель(и): Шестакова М.В.

(Ф.И.О.)

Председатель цикловой
комиссии: Егунова И.Г.

(Ф.И.О.)

СОГЛАСОВАНИЕ:

Директор колледжа: Вершигора А.В.

(Ф.И.О.)

Методический отдел: Ястребова С.А.

(Ф.И.О. сотрудника отдела)

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина относится к обязательной части социально-гуманитарного цикла образовательной программы (ОП).

Дисциплина обеспечивает формирование общих (ОК) компетенций ОК 07.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Целью освоения дисциплины является формирование у обучающегося следующих компетенций на базе полученных знаний и умений

Код и формулировка ОК, ПК	Знания	Умения
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; пути обеспечения ресурсосбережения, общие правила поведения при чрезвычайных ситуациях	соблюдать нормы экологической безопасности; разрабатывать планы действий в условиях чрезвычайных ситуаций; организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ

2.1. Тематический план и содержание дисциплины:

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
1	2	3
Введение	Содержание учебного материала	2
	Опасности и их источники. Роль и содержание БЖД. Взаимодействие человека и среды обитания. Правовые и нормативные основы БЖД: ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС», Трудовой кодекс РФ и др.	2
Раздел 1 Защита человека в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях		
Тема 1.1 Чрезвычайные ситуации военного времени	Содержание учебного материала	12
	1 Характеристика ЧС природного (землетрясения, наводнения, ураганы, лесные пожары) и техногенного (аварии на радиационно, химически и пожаро-взрывоопасных объектах (РОО, ХОО, ПВОО), транспортные аварии) характера. Источники их возникновения. ЧС социального характера: терроризм, массовые беспорядки, эпидемии. Классификация ЧС. Стихийные явления и бедствия, экологические катастрофы.	2
	2 Чрезвычайные ситуации военного времени. Современные средства поражения и способы защиты от их поражающих факторов.	2
	3 Организационные основы по защите населения от ЧС мирного и военного времени. Прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	2
	4 Задачи и режимы функционирования РСЧС. Структура, задачи и степени готовности ГО.	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
	5 Организация защиты населения от ЧС мирного и военного времени. Основные принципы и способы защиты. Оповещение населения в ЧС.	2
	В том числе, практических занятий	4
	1. Практическое занятие Изучение устройства и правил использования первичных средств пожаротушения. Действия при возникновении пожара.	2
	2. Практическое занятие Подбор противогаза, проверка его исправности, сборка и укладка	2
Текущий контроль по теме 1.1 тестирование		
Тема 1.2 Чрезвычайные ситуации мирного времени	Содержание учебного материала	12
	1 Классификация пиротехнических изделий. Правила использования пиротехнических изделий. Ответственность за нарушение правил использования пиротехнических изделий	2
	2 Функции и задачи ГИМС МЧС России по обеспечению безопасности людей на водных объектах	2
	В том числе, практических занятий	8
	1. Практическое занятие Основные правила безопасного поведения на воде. Действия в экстремальных ситуациях.	2
	2. Практическое занятие Общие меры безопасности при эксплуатации электрических приборов, использование газа, бытового оборудования (отопительных печей и каминов)	2
	3. Практическое занятие Меры безопасности в пожароопасный период (на природе, в лесу).	2
	4. Практическое занятие Правила безопасного поведения в лесном массиве.	2
Текущий контроль по теме 1.2 тестирование		
Самостоятельная работа обучающихся		2
Подготовка к контрольной работе		
Промежуточная аттестация (контрольная работа)		2
Итого за 1 семестр		30
Раздел 2 Обеспечение безопасности в профессиональной деятельности		
Тема 2.1 Основы охраны труда	Содержание учебного материала	4
	1. Производственные опасности и вредные факторы: физические (шум, вибрация, излучение), химические, биологические, психофизиологические. Правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности	2
	2. Производственный травматизм и профзаболевания: причины и методы профилактики.	
	3. Средства защиты на производстве: коллективные (вентиляция, ограждения, блокировки) и индивидуальные (СИЗ: каски, перчатки, спецобувь). 4. Организация рабочих мест в соответствии с требованиями эргономики и безопасности.	2
Тема № 2.1 Правила техники безопасности и охраны труда на производстве	Содержание учебного материала	6
	1. Организация охраны труда на предприятиях легкой промышленности. Виды и периодичность инструктажей. Контроль за соблюдением техники безопасности на предприятиях легкой промышленности	2
	В том числе, практических занятий	4
	1. Практическое занятие Электробезопасность. Электрозащитные средства, их виды. Меры безопасности при обслуживании швейного оборудования.	2

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
	2. Практическое занятие Пожарная безопасность. Противопожарные мероприятия на предприятиях легкой промышленности. Применение первичных средств пожаротушения. Устройство и пользование огнетушителей	2
Текущий контроль по разделу 2 устный опрос		
Раздел 3 Основы военной службы		
Тема 3.1 Основы обороны государства	Содержание учебного материала	2
	1. Понятие и сущность обороны государства. Национальная безопасность и ее виды. Планирование мероприятий по предупреждению террористических актов в организации. Правовые основы обороны	2
Текущий контроль по разделу 3 устный опрос		
Раздел 4 Основы военной службы		
Тема 4.1 Воинская обязанность и подготовка граждан к военной службе	Содержание учебного материала	2
	Основные понятия воинской обязанности. Организация воинского учета. Обязанности граждан по воинскому учету. Подготовка граждан к военной службе (медицинское обследование, профессиональный психологический отбор, физическая подготовка). Призыв на военную службу: Порядок, сроки, особенности. Альтернативная гражданская служба: понятие, условия прохождения, правовые основы. Основы мобилизационной подготовки	2
	Понятие и особенности военной службы по контракту. Требования к гражданам, поступающим на службу по контракту. Права, обязанности и социальные гарантии военнослужащих-контрактников. Воинские уставы, их виды и общая характеристика	
Тема 4.3 Боевые традиции Вооруженных Сил России	Содержание учебного материала	2
	Патриотизм и верность воинскому долгу как основные качества защитника Отечества. Дни воинской славы России. История важнейших побед российского оружия. Символы воинской чести: Боевое Знамя воинской части, ордена, медали.	2
Текущий контроль по разделу 4 тестирование		
Раздел 5 Основы здорового образа жизни и медицинские знания		
Тема 5.1. Здоровье человека и факторы, на него влияющие	Содержание учебного материала	2
	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Здоровый образ жизни, как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Факторы, определяющие здоровье.	2
Тема 5.2. Основы здорового образа жизни (ЗОЖ)	Содержание учебного материала	2
	Рациональное питание. Физическая активность. Режим труда и отдыха. Вредные привычки. Профилактика вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания).	2
Тема 5.3 Основы медицинских знаний	Содержание учебного материала	14
	1 Правовые основы оказания первой помощи пострадавшим. Мероприятия первой помощи при травмах и поражениях.	2
	В том числе, практических занятий	12

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах
	1. Практическое занятие Порядок проведения базового реанимационного комплекса при острых состояниях. Проведение базового реанимационного комплекса в соответствии с рекомендациями ВОЗ.	2
	2. Практическое занятие Порядок проведения искусственного дыхания «рот в рот» и «рот в нос». Порядок проведения непрямого массажа сердца	2
	3. Практическое занятие Мероприятия первой помощи при переломах, вывихах и ушибах. Мероприятия первой помощи при кровотечениях.	2
	4. Практическое занятие Оказание первой помощи на воде. Оказание первой помощи при отравлениях	2
	5. Практическое занятие Оказание первой помощи при термических и химических ожогах и при обморожении	2
	6. Практическое занятие Психологические аспекты безопасности: управление стрессом в ЧС, профилактика панических реакций	2
Текущий контроль по разделу 5 письменный опрос, тестирование		
Самостоятельная работа обучающихся Подготовка к контрольной работе		2
Промежуточная аттестация – контрольная работа		2
Итого за 2 семестр		38
ВСЕГО:		68

2.2 Курсовое проектирование не предусмотрено

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ

3.1. Для реализации программы дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет «Безопасности жизнедеятельности», оснащенный оборудованием:
 рабочее место преподавателя;
 рабочие места по количеству обучающихся;
 комплекты индивидуальных средств защиты;
 робот-тренажёр для отработки навыков первой доврачебной помощи;
 контрольно-измерительные приборы и приборы безопасности;
 огнетушители порошковые (учебные);
 огнетушители пенные (учебные);
 огнетушители углекислотные (учебные);
 устройство отработки прицеливания;
 медицинская аптечка с техническими средствами обучения:
 компьютер, оснащенный лицензионными программами Microsoft Windows 10 Pro; Office Standart 2016, с доступом к интернет-ресурсам;
 проектор; экран

3.2. Информационное обеспечение реализации программы дисциплины

3.2.1 Учебная литература

а) основная

1. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие для СПО / Г. В. Тягунов, А. А. Волкова, В. Г. Шишкунов, Е. Е. Барышев; под редакцией В. С. Цепелева. — 3-е изд. — Саратов, Екатеринбург: Профобразование, Уральский федеральный университет, 2024. — 235 с. — ISBN 978-5-4488-0368-0, 978-5-7996-2790-4. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART:

[сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/139517.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Безопасность жизнедеятельности: практикум для СПО / составители С. М. Гребенкин, В. А. Максименюк. — Саратов: Профобразование, 2026. — 100 с. — ISBN 978-5-4488-2737-2. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/156815.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Резчиков, Е. А. Безопасность жизнедеятельности: учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 638 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20029-4. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566419>

б) дополнительная

1. Курбатов, В. А. Безопасность жизнедеятельности. Основы чрезвычайных ситуаций : учебное пособие для СПО / В. А. Курбатов, Ю. С. Рысин, С. Л. Яблочников. — 2-е изд. — Саратов : Профобразование, 2024. — 121 с. — ISBN 978-5-4488-2157-8. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/142216.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Соколов, А. Т. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / А. Т. Соколов. — 4-е изд. — Москва : Интернет-Университет Информационных Технологий (ИНТУИТ), Ай Пи Ар Медиа, 2024. — 191 с. — ISBN 978-5-4497-2444-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/133924.html> — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Сибикин, Ю. Д. Охрана труда и электробезопасность: учебное пособие / Ю. Д. Сибикин. — 4-е изд. — Москва, Вологда : Инфра-Инженерия, 2021. — 312 с. — ISBN 978-5-9729-0577-5. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/114948.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей

4. Симакова, Н. Н. Охрана труда. Средства коллективной и индивидуальной защиты : учебное пособие для СПО / Н. Н. Симакова, Л. П. Власова. — Саратов : Профобразование, 2024. — 219 с. — ISBN 978-5-4488-1856-1. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/139045.html>. — Режим доступа: для авторизир. пользователей.

3.2.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы, в т. ч. электронные образовательные ресурсы

1. Портал МЧС России [Электронный ресурс]. URL: <http://www.mchs.gov.ru/>

2. Электронно-библиотечная система «Айбукс» [Электронный ресурс]. URL: <https://www.ibooks.ru>

3. Электронная библиотека учебных изданий СПбГУПТД [Электронный ресурс]. URL: <http://publish.sutd.ru>

4. Электронно-библиотечная система IPRbooks [Электронный ресурс]. URL: <http://www.iprbookshop.ru>

4. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Шкала оценивания	Критерии оценивания	Наименование оценочных средств ПА
Отлично	Обучающийся обладает глубокими, обобщенными, системными знаниями учебного материала в полном объеме; выполняет правильно и грамотно все задания; использует терминологию; знает явления и процессы, к которым относится терминология; может привести примеры, доказывающие правильность его ответа.	теоретические вопросы; практико-ориентированные задания
Хорошо	В ответе на вопрос обучающийся демонстрирует общее понимание явлений и процессов, к которым относится вопрос, упускает отдельные значимые моменты; в ответе использует специальную терминологию; не может самостоятельно привести примеры,	

	доказывающие правильность его ответа, но может проанализировать примеры, предложенные преподавателем	
Удовлетворительно	В ответе на вопрос обучающийся допускает существенные упущения; демонстрирует общее понимание явлений и процессов, к которым относится вопрос; не использует специальной терминологии в ответе, но понимает значение основных терминов; не может самостоятельно привести примеры, доказывающие правильность его ответа, и не может проанализировать примеры, предложенные преподавателем	
Неудовлетворительно	обучающийся не может (отказывается) ответить на вопрос; при ответе демонстрирует непонимание явлений и процессов, к которым относится вопрос; не понимает специальной терминологии; не может самостоятельно привести примеры, доказывающие правильность его ответа, и не может проанализировать примеры, предложенные преподавателем	