



Принято  
Решением Педагогического совета  
АНПОО «МАНО»  
Протокол № 01-01/35 от 30.08.2024

Утверждено  
Ректор АНПОО «МАНО»



В.И. Гам

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### «Основы безопасности жизнедеятельности»

для реализации дополнительной профессиональной программы  
профессиональной переподготовки  
«Олигофренопедагогика для педагогических работников образовательных  
организаций»

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины
2. Требования к уровню освоения содержания учебной дисциплины
3. Структура и содержание дисциплины (модуля)
4. Методические указания для организации самостоятельной работы
5. Условия реализации программы
6. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины
7. Приложения

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Олигофренопедагогика для педагогических работников образовательных организаций»

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

Данная учебная дисциплина относится к блоку общепрофессиональных дисциплин

## 1.3. Цели и задачи учебной дисциплины

Цель дисциплины: изучение способов действий и мер защиты в условиях проявления ЧС природного и техногенного характера.

Задачи дисциплины:

- познакомить с основными способами действий и мер защиты в условиях проявления ЧС природного и техногенного характера;
- познакомиться с содержанием основных мероприятий защиты в ЧС.

## 1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение примерной программы учебной дисциплины

Количество часов на освоение программы дисциплины: максимальной учебной нагрузки обучающегося – 12 часов, включая: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 8 часов, самостоятельной работы обучающегося – 4 часа.

## 2. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате изучения дисциплины обучающийся должен знать:

- способы действий и мер защиты в условиях проявления ЧС природного и техногенного характера;
- содержание основных мероприятий защиты в ЧС;

уметь:

- оказывать медицинскую и техническую защиту человека в условиях проявления ЧС;
- учитывать индивидуальные и психологические особенности людей в условиях проявления ЧС;

владеть:

- способами взаимодействия с разными субъектами в условиях проявления ЧС.

### 3. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

| Объем часов (по наличию видов занятий) |                    |        |  |              |                        |                           |                    |         |                             | Форма<br>итогового<br>контроля |
|--|--------------------|--------|--|--------------|------------------------|---------------------------|--------------------|---------|-----------------------------|--------------------------------|
| Общая трудоемкость                     | Аудиторные занятия |        |  |              |                        | Самостоятельная<br>работа |                    |         |                             |                                |
|  | Всего              | Лекции | Семинарские<br>(практические<br>занятия) | Консультации | Другие виды<br>занятий | Всего                     | Курсовая<br>работа | Реферат | Другие виды<br>самостоятель |                                |
| 12                                     | 8                  | 6      | 2  |              |                        | 4                         |                    |         | 4                           | зачёт                          |

#### ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| Раздел дисциплины, содержание                                  | Всего     | Аудиторные |  |                           | Самостоятельная<br>работа<br>слушателей | Формы<br>межсессионного<br>контроля |
|--|-----------|------------|--|---------------------------|---|-------------------------------------|
|  |           | Лекции     | Семинарские<br>(практические<br>занятия) | Лабораторный<br>практикум |   |                                     |
| <b>Тема 1.</b> Государственные стандарты РФ «Защита населения» | 5         | 2          | 1  |                           | 2                                       |                                     |
| <b>Тема 2.</b> Безопасность в чрезвычайных ситуациях           | 7         | 4          | 1  |                           | 2                                       |                                     |
| <b>Всего по дисциплине</b>                                     | <b>12</b> | <b>6</b>   | <b>2</b>                                 |                           | <b>4</b>                                | <b>зачёт</b>                        |

#### Основное содержание дисциплины:

##### Тема 1. Государственные стандарты РФ «Защита населения»

Система документации. Общетехнические и организационно-методические стандарты. Система стандартов в области безопасности труда.

##### Тема 2. Безопасность в чрезвычайных ситуациях

Система защиты населения в ЧС. Основные мероприятия защиты населения в ЧС и условия их применения. Психология поведения человека в чрезвычайных ситуациях. Медицинская защита в чрезвычайных ситуациях. Система оповещения.

#### 4. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Самостоятельная работа включает разнообразный комплекс видов и форм работы обучающихся. Ознакомиться с рабочей программой дисциплины можно на вводной лекции из её представления преподавателем или самостоятельно на официальном Интернет-сайте Академии. Следует обратить внимание на список основной и дополнительной литературы, которая имеется в электронной библиотечной системе на предлагаемые преподавателем ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет.

При подготовке к аудиторным занятиям необходимо помнить особенности каждой формы его проведения. Подготовка к учебному занятию лекционного типа.

Обучающийся должен готовиться к лекции, поскольку она является важнейшей формой организации учебного процесса:

- 1) знакомит с новым учебным материалом;
- 2) разъясняет учебные элементы, трудные для понимания;
- 3) систематизирует учебный материал;
- 4) ориентирует в учебном процессе.

С этой целью:

- внимательно прочитайте материал лекции;
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебнику и учебным пособиям с темой прочитанной лекции;
- внесите дополнения к полученным ранее знаниям по теме лекции на полях лекционной тетради;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите лектору на лекции по материалу изученной лекции;
- постарайтесь уяснить место изучаемой темы в своей подготовке;
- узнайте тему предстоящей лекции (по тематическому плану, по информации лектора) и запишите информацию, которой вы владеете по данному вопросу. Подготовка к занятию семинарского типа.

При подготовке и работе во время проведения занятий семинарского типа следует обратить внимание на следующие моменты: процесс предварительной подготовки, работа во время занятия, обработка полученных результатов, исправление полученных замечаний.

Предварительная подготовка к учебному занятию семинарского типа заключается в изучении теоретического материала в отведенное для самостоятельной работы время, ознакомление с инструктивными материалами с целью осознания задач практического занятия, техники безопасности при работе в аудитории.

Для более углубленного изучения темы предлагаются задания для самостоятельной работы, их рекомендуется выполнять параллельно с изучением данной темы. При выполнении заданий по возможности используйте наглядное представление материала.

## **5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **5.1. Организационно-педагогические требования, обеспечивающие реализацию Программы**

Условия реализации Программы в АНПОО «МАНО» обеспечивают реализацию ППО в полном объеме, соответствие качества подготовки слушателей установленным требованиям.

Продолжительность учебного часа теоретических и практических занятий составляет один академический час (45 минут).

### **5.2. Кадровые требования, обеспечивающие реализацию Программы**

Реализация Программы обеспечивается высококвалифицированными педагогическими и научно-педагогическими кадрами, имеющими достаточный опыт работы в области профессиональной деятельности, соответствующей преподаваемому учебному предмету, курсу, дисциплине (модулю), состоящими в штате АНПОО «МАНО» или привлекаемыми.

### **5.3. Материально-технические условия реализации Программы**

Программа реализуется в заочной (без отрыва от производства)/очно-заочной форме с использованием в соответствии с частью 2 статьи 13 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» электронного обучения, а также дистанционных образовательных технологий.

Под дистанционными образовательными технологиями понимаются образовательные технологии, реализуемые с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии слушателей и педагогических работников.

Для реализации учебной дисциплины с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы, совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств, которые обеспечивают освоение слушателями ППО в полном объеме, независимо от места нахождения.

Дистанционный курс проходит на виртуальной образовательной платформе CMS (LMS) Moodle (по лицензии GNU GPL). Система расположена на сервере организации под управлением ОС Linux Debian 9 с СУБД MYSQL.

Идентификация пользователей осуществляется с помощью уникального логина и пароля. Работа организована на широкополосных высокочастотных каналах передачи данных. Предусматривается организация дистанционной поддержки преподавателям и обучающимся.

При реализации Программы с применением электронного обучения и дистанционных технологий местом осуществления образовательной

деятельности является место нахождения АНПОО «МАНО» независимо от места нахождения слушателя.

Для организации самостоятельного продвижения слушателей в программе: лекционные материалы, дополнительные материалы, методические рекомендации по организации индивидуальной работы слушателей, задания для самопроверки, требования к оформлению итоговых работ, задания для итоговой аттестации. Сопровождение самостоятельной работы слушателей предполагает согласование индивидуальных планов работы (виды и темы заданий, сроки представления результатов); проведение индивидуальных и групповых консультаций; промежуточный контроль хода выполнения заданий; оценка результатов выполнения заданий.

Эффективное использование электронных образовательных ресурсов возможно при условии наличия качественного доступа слушателей к информационно-телекоммуникационной сети Интернет. Слушатели, выполняя задания, предусмотренные программой при необходимости, имеют возможность обратиться к педагогическим работникам за помощью.

#### **5.4. Информационно-методическое обеспечение реализации Программы**

Образовательный процесс в АНПОО «МАНО» в полном объеме обеспечен электронными учебниками, учебно-методической литературой и материалами по всем учебным дисциплинам Программы, имеется доступ к печатным и электронным образовательным ресурсам (ЭОР), в том числе к электронным образовательным ресурсам, размещенным в федеральных и региональных базах данных ЭОР. Подключение библиотеки к Интернету обеспечивает удаленный доступ к электронным каталогам и полнотекстовым базам. Перечень используемых источников, учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы предоставляется слушателям.

Используются следующие информационные технологии и информационные справочные системы:

- проведение онлайн занятий через ПО BigBlueButton с использованием слайд-презентаций, демонстрации видео и графических материалов;
- проведение занятий и проверка знаний с использованием СДО Moodle;
- офисные программы Windows; Linux, Microsoft Office; LibreOffice, Adobe Reader, Mozilla Firefox;

По всем темам дисциплины разработаны:

- электронные презентации для проведения лекционных и практических занятий;
- используется составленная фильмотека по отдельным темам учебного курса;
- имеется комплект видеороликов для наглядного представления вопросов при изучении ряда тем учебной дисциплины.

#### **5.5. Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

### **Основные источники:**

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник/ сост. Э.А. Арустамов. – М.: ИЦ Академия, 2020.- 176 с., 2012
2. Занько Н.Г. Безопасность жизнедеятельности: учебник. СПб.; Лань 2020-671с. Гриф Минобр.
3. Смирнов А.Т. Основы военной службы: учеб. пособие для студентов учреждений сред. проф. образования. - М.: ИЦ «Академия», 2022 г.
4. Николенко В.Н. Первая доврачебная медицинская помощь: учебник. - М.: ИЦ «Академия», 2019г.

### **Дополнительные источники:**

1. Попов Ю.П. Охрана труда: учебное пособие. - М.: КНОРУС, 2019
2. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности: учеб. пособие. - М.: ИЦ «Академия», 2019

## **6. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

Освоение программы, в том числе отдельной части (модуля) или всего объема темы, сопровождается текущим контролем успеваемости, промежуточной и итоговой аттестацией слушателей. Формы и порядок текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации определяются при разработке программы целесообразно ее целевым установкам и доводятся до сведения слушателей в начале обучения.

Текущий контроль - процесс определения степени владения и/или усвоения слушателями изучаемого учебного материала в ходе семинарских (практических) занятий в соответствии с содержанием программы. Цель текущего контроля - обеспечение обратной связи между актуальными знаниями и умениями обучающихся и планируемыми результатами обучения в рамках изучения определенной темы, модуля программы для реализации преподавателем контрольно-корректировочной деятельности.

Система текущего контроля включает: контроль знаний, умений, навыков, усвоенных в данном курсе в форме контрольной работы, индивидуального собеседования; выполнения заданий в ходе практических работ; исследовательского, творческого проекта; решения кейсов. Показатели и шкала оценивания формы контроля – устное сообщение, собеседование, решение кейса, тестирование в Приложении. Формы, виды, средства осуществления текущего контроля ориентированы на реализацию компетентностного подхода, определяются посредством учета планируемых результатов обучения, структуры и логики программы.

Промежуточная аттестация - процесс определения уровня достижения слушателями планируемых результатов обучения в завершении освоения структурно-логического компонента. Цель промежуточной аттестации - обеспечение обратной связи между образовательными результатами, достигнутыми слушателями, и планируемыми результатами обучения по отдельной части курса (модуля) для установления фактического уровня ее освоения слушателями. Система промежуточной аттестации предполагает:



зачет, зачет с оценкой или экзамен. Показатели и шкала оценивания форм контроля в Приложении.

Формы, виды, средства осуществления промежуточной аттестации ориентированы на реализацию компетентного подхода, определяются посредством учета планируемых результатов обучения, структуры и логики программы.

Итоговая аттестация - форма оценки степени и уровня освоения слушателями образовательной программы. Итоговая аттестация для слушателей, завершающих обучение по программе, является обязательной. Итоговая аттестация проводится с использованием ДОТ. Итоговая аттестация слушателей осуществляется аттестационной комиссией. Итоговая аттестация планируется с учетом организационной целесообразности и возможности наиболее эффективно оценить и проанализировать качество освоения (соответствие результатов освоения слушателями заявленным целям и планируемым результатам обучения). Формы, виды, средства осуществления промежуточной аттестации ориентированы на реализацию компетентного подхода, определяются посредством учета планируемых результатов обучения, структуры и логики программы. Итоговая аттестация проводится в форме зачета. В рамках организации работы над индивидуальной научно-методической темой слушатели выполняют по выбору одно из трех предложенных заданий, включающих теоретическую и практическую часть. Выполняется итоговая работа в соответствии с Требованиями к итоговой аттестационной работе. Конкретную тему итоговой работы слушатель формулирует самостоятельно в пределах содержания программы.

## Примерные задания для промежуточной аттестации (тесты)

- 1.** Какие службы входят в систему обеспечения безопасности города?  
Выберите правильные ответы.
- а) “Скорая помощь”;
  - б) служба городского пассажирского транспорта;
  - в) пожарная охрана;
  - г) служба спасения;
  - д) городская справочная служба;
  - е) служба связи;
  - ж) служба газа;
  - з) милиция;
  - и) служба погоды.
- 2.** Укажите, какие данные и в какой последовательности необходимо назвать при вызове по телефону службы безопасности:
- а) свои имя и фамилию;
  - б) имя и фамилию свою и проживающих в квартире;
  - в) номер телефона и адрес;
  - г) адрес местожительства и номера рядом расположенных домов;
  - д) причину вызова.
- 3.** Из предложенных вариантов выберите основные причины возникновения опасных ситуаций в квартире (доме):
- а) отключение электроэнергии;
  - б) неправильное обращение с техникой и бытовыми приборами;
  - в) отсутствие аварийного освещения;
  - г) неосторожное обращение с огнем;
  - д) отсутствие сигнализации;
  - е) криминогенные ситуации;
  - ж) небрежность;
  - з) выключенные радиоприемник или электроплита.
- 4.** Электротравма или электрический удар током происходит в результате:
- а) соприкосновения друг с другом нескольких оголенных электропроводов, находящихся под напряжением;
  - б) прикосновения к оголенному электропроводу, находящемуся под напряжением;
  - в) прикосновения мокрыми руками к электророзетке;
  - г) прикосновения к неисправной отключенной электропроводке.
- 5.** Самыми опасными последствиями электрического удара током являются:
- а) воспаление наружных оболочек глаз;
  - б) прекращение дыхания и кровообращения (клиническая смерть);

в) потеря сознания с нарушением сердечной деятельности.

6. К упавшему на землю в сырую погоду оголенному электропроводу нельзя подходить ближе, чем:

- а) на 3 метра;
- в) на 7 метров;
- б) на 5 метров;
- г) на 10 метров;

7. Ваш младший брат взялся рукой за провод включенного магнитофона, и его током. Провод остался в его руке. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) схватить провод и вырвать его из рук брата;
- б) подойти и посмотреть, как он себя чувствует;
- в) отключить электричество в квартире (доме);
- г) выдернуть провод из розетки;
- д) вызвать помощь;
- е) позвать родителей (соседей).

Приложение 2

### **Примерные задания для итоговой аттестации (реферат)**

Напишите реферат на предложенную тему:

1. Страх и его значение в обеспечении безопасности жизнедеятельности человека.
2. Способы психологической защиты человека и их краткая характеристика.
3. Групповое поведение людей в чрезвычайных ситуациях. Категории поведения людей в экстремальных ситуациях.
4. Паника. Методы профилактики панических реакций.
5. Средства массовой информации и их роль в случаях чрезвычайных ситуаций.
6. Роль оповещения в условиях возможного возникновения чрезвычайных ситуаций.

**Показатели и шкала оценивания формы контроля тестирования.**

| Шкала оценивания         | Критерии для контрольной работы, кейса, теста |
|--------------------------|---|
| 5<br>«отлично»           | Правильный ответ не менее чем на 84% заданий  |
| 4<br>«хорошо»            | Правильный ответ не менее чем на 67% заданий  |
| 3<br>удовлетворительно   | Правильный ответ не менее чем на 50% заданий  |
| 2<br>неудовлетворительно | Правильный ответ менее чем на 50% заданий.    |

**Шкала оценивания в зависимости от уровня сформированности компетенций**

| Результаты освоения | 1. Недостаточный: компетенции не сформированы | 2. Пороговый: компетенции сформированы                                 | 3. Продвинутой: компетенции сформированы  | 4. Высокий: компетенции сформированы  |
|---------------------|---|--|---|---|
| <b>Знать:</b>       | Знания отсутствуют.                           | Сформированы базовые структуры знаний.                                 | Знания обширные, системные.   | Знания твердые, аргументированные, всесторонние.  |
| <b>Уметь:</b>       | Умения не сформированы                        | Умения фрагментарны и носят репродуктивный характер.                   | Умения носят репродуктивный характер применяются к решению типовых заданий.             | Умения успешно применяются к решению как типовых, так и нестандартных творческих заданий.     |
| <b>Владеть:</b>     | Навыки не сформированы                        | Демонстрируется низкий уровень самостоятельности практического навыка. | Демонстрируется достаточный уровень самостоятельности устойчивого практического навыка. | Демонстрируется высокий уровень самостоятельности, высокая адаптивность практического навыка. |

**Требования, предъявляемые к реферату и его оформлению**

|                         |   |
|-------------------------|---|
| Требования к содержанию | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. содержание реферата должно четко соответствовать теме и цели конкретного занятия, программы, методики и т. д.;</li> <li>2. содержание реферата должно быть понятным и применимым на практике в любых условиях;</li> <li>3. содержание реферата не должно повторять содержание учебников, учебных программ и иных методических разработок других авторов;</li> </ol> |
|-------------------------|---|

|                         |   |
|-------------------------|---|
|                         | <p>4. материал должен быть систематизирован, изложен максимально просто и четко;</p> <p>5. язык реферата должен быть лаконичным, грамотным, убедительным. Применяемая терминология должна соответствовать общепринятой;</p> <p>6. рекомендуемые методы, методические приемы, формы и средства обучения должны подкрепляться примерами практического опыта;</p> <p>7. реферат должен содержать конкретные материалы, которые можно использовать в работе (карточки задания, планы, инструкции, карточки схемы, тесты и т.д.).</p>  |
| Требования к структуре  | <p>1. Вводная часть</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- автор реферата, должность, место работы;</li> <li>- название реферата;</li> <li>- пояснительная записка: <ul style="list-style-type: none"> <li>- цели и задачи проводимого практического мероприятия;</li> <li>- целевая категория (возраст детей, группа детей, группа педагогов и пр.);</li> <li>- условия для проведения;</li> <li>- оборудование и оформление;</li> </ul> </li> </ul> <p>2. Основная часть</p> <p>--сценарный план, ход проведения мероприятия.</p> <p>3. Список использованной литературы;</p> <p>4. Приложения (ссылки на источники дополнительного материала, подбор сопровождающих материалов, таблиц, схем).</p> |
| Требования к оформлению | <p>1. объем – не более 10 страниц машинописного текста;</p> <p>2. размеры полей левое –2 см, правое –1см, нижнее - 2 см, верхнее – 2 см.</p> <p>3. шрифт Times New Roman (14), интервал полуторный;</p> <p>4. страницы необходимо нумеровать арабскими цифрами, соблюдая сквозную нумерацию по всему тексту. Номер страницы проставляется посередине верхнего поля без точки в конце;</p> <p>5. на первой странице размещается титульный лист;</p> <p>6. список использованных источников в алфавитном порядке в соответствии с требованиями, предъявляемыми к оформлению литературы.</p>   |
| Критерии оценки         | <p>1. Соответствие предложенной структуре</p> <p>2. Четкая постановка целей и задач</p> <p>3. Раскрытие темы (полнота, ясность)</p> <p>4. Отражение в работе своего опыта;</p> <p>5. Грамотность изложения и оформления .....</p> <p>Каждый критерий оценивается в баллах от 1 до 10. Слушатель получает отметки по системе:<br/> 0 – 29 баллов – не зачтено;<br/> 30 – 50 баллов – зачтено.</p>  |