

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ  
ТАДЖИКИСТАН  
МЕЖГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«РОССИЙСКО-ТАДЖИКСКИЙ (СЛАВЯНСКИЙ) УНИВЕРСИТЕТ»**

«Утверждаю»

Декан факультета  
Экономики и управления  
Фозилов Д.О.



« \_\_\_\_\_ » 2026 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Безопасность жизнедеятельности»**

для специальности

Направление подготовки - 43.02.16 Туризм и гостеприимство

Профиль подготовки – СОО: социально-экономический

Форма подготовки – очная

**ДУШАНБЕ - 2026**

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>стр. 4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И РАБОЧЕЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>11</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>13</b>

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## «Безопасность жизнедеятельности»

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальностям СПО.

Рабочая программа учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» предназначена для реализации ФГОС среднего (полного) общего образования в пределах основных образовательных программ СПО с учётом профиля получаемого профессионального образования, а также специфики специальностей, которыми овладевают студенты, обучающиеся на базе основного общего образования

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

Учебная дисциплина входит в цикл общепрофессиональных дисциплин и направлена на формирование общих и профессиональных компетенций. ОК 01-04 ОК 06-07 ОК 09;

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

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» ориентирована на достижение следующих целей:

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
- воспитание ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию ..... и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества;
- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;
- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

#### **Основные задачи** изучения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»:

1. Освоение студентами необходимого объема теоретических знаний, связанных с безопасностью жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях различного характера;
2. Формирование сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих;
3. Практическое освоение способов оказания первой медицинской помощи;
4. Формирование умений использовать полученные знания в практической деятельности

#### **В результате освоения дисциплины обучающийся должен 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 и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- 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;
- оказывать первую помощь пострадавшим.

**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 .....
- 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 неё в добровольном порядке;
- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;
- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

**1.4. Количество часов на освоение программы дисциплины:**

максимальная учебная нагрузка обучающегося **76 часов**, в том числе:  
 обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося **68 часов**;  
 самостоятельная работа обучающегося **6 часов**  
 консультации – 2 часа.

## 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>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>76</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>68</b>
в том числе:	
практические занятия	30
контрольные работы	1
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>6</b>
в том числе:	
подготовка презентаций	6
<b>Итоговая аттестация в форме <i>дифференцированного зачета</i></b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся,	Объем часов	Коды личностных результатов	
1	2	3	4	
Раздел 1. «Гражданская оборона»		37		
Тема 1.1. «Единая ..... система предупреждения и ликвидации ЧС»	<b>Содержание учебного материала:</b>		1	
	1	Единая ..... система предупреждения и ликвидация ЧС. История создания, предназначение, задачи и структура.		
Тема 1.2. «Организация гражданской обороны»	<b>Содержание учебного материала:</b>		1	
	1	Оружие массового поражения		
	2	Правила поведения и действие населения в зоне химического, радиоактивного заражения и в очаге бактериологического поражения.		
	3	Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения		
	4	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения		
	<b>Практические занятия:</b>			2
	<b>Практическое занятие №1.</b> «Средства индивидуальной защиты. Отработка норматива по надеванию противогаза и ОЗК»			
Тема 1.3. «Защита населения и территорий при стихийных бедствиях»	<b>Содержание учебного материала:</b>		1	
	1	Защита населения и территорий при геологических, геофизических ЧС и природных пожарах.		
	2	Защита населения и территорий при метеорологических ЧС		
Тема 1.4. «Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на транспорте»	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	
	1	Защита населения при авариях на автомобильном, водном, воздушном и железнодорожном транспорте		
Тема 1.5. «Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на производственных	<b>Содержание учебного материала:</b>		1	
	1	Защита при авариях (катастрофах) на пожароопасных и взрывоопасных объектах		

объектах»	2	Защита при авариях (катастрофах) на химически опасных объектах	1	
	3	Защита при авариях (катастрофах) на радиационно-опасных объектах	1	
	4	Защита при авариях (катастрофах) на гидродинамических объектах	1	
	<b>Практические занятия (проводятся в малых группах):</b>			
	<b>Практическая занятие №2</b> «Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения»		2	2
	<b>Практическая занятие №3</b> «Отработка порядка и правил действий при возникновении аварии с выбросом СДЯВ»		1	
<b>Практическая занятие №4</b> «Отработка порядка и правил действий при возникновении радиационной аварии»		1		
<b>Контрольная работа №1</b> «Обеспечение безопасности в ЧС техногенного, природного и военного характера»		1		
Тема 1.6. «Обеспечение безопасности на производстве»	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	
	1	Виды потенциальных опасностей, их последствия, способы защиты.		1
Тема 1.7. «Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке»	<b>Содержание учебного материала:</b>		4	
	1	Обеспечение безопасности при обнаружении взрывных устройств и захвате в заложники	2	1
	2	Обеспечение безопасности в криминогенных ситуациях и при массовых беспорядках	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> 1. Презентация «Действие населения в различных ЧС»		3	
Раздел 2. «Основы военной службы»			37	
Тема 2.1. «Вооруженные Силы ..... на современном этапе»	<b>Содержание учебного материала:</b>		6	
	1	Руководство и организационная структура Вооруженных Сил РФ. Виды вооружения.	2	1
	2	Воинская обязанность и комплектование Вооруженных Сил РФ личным составом	2	
	3	Порядок прохождения военной службы	2	
Тема 2.2. «Уставы Вооруженных Сил	<b>Содержание учебного материала:</b>		2	

<b>РФ»</b>	1	Устав внутренней службы	2	1
	2	Устав гарнизонной и караульной службы		
	3	Дисциплинарный устав		
	4	Строевой устав		
<b>Тема 2.3. «Строевая подготовка»</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		1	1
	1	Строй и управление ими	1	
	<b>Практические занятия (проводятся по военным расчетам):</b>		2	2
	<b>Практическое занятие №5 «Строевая стойка и повороты на месте. Выход из строя и постановка в строй, подход к начальнику и отход от него»</b>			
	<b>Практическое занятие №6 «Движение строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте. Повороты в движении»</b>			
	<b>Практическое занятие №7 «Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении»</b>			
<b>Практическое занятие №8 «Построение и перестроение в одношереножный и двухшереножный строй, выравнивание, размыкание и смыкание строя, повороты строя на месте. Построение и отработка движения походным строем»</b>				
<b>Тема 2.4. «Огневая подготовка»</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		1	1
	1	Материальная часть автомата Калашникова.	1	
	<b>Практические занятия:</b>		2	2
	<b>Практическое занятие № 9 «Неполная разборка и сборка автомата»</b>			
	<b>Практическое занятие № 10 «Отработка нормативов по неполной разборке и сборке автомата»</b>			
<b>Практическое занятие № 11 «Принятие положение для стрельбы, подготовка автомата к стрельбе, прицеливание»</b>		2		
<b>Тема 2.5. «Медико-санитарная подготовка»</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>			
	<b>Практические занятия:</b> <b>Практическое занятие № 12 «Способы остановки кровотечения и</b>		2	2

	<p>обработки ран. Наложение кровоостанавливающего жгута (закрутки), пальцевое прижатие артерий»</p> <p><b>Практическое занятие № 13</b> «Проведение реанимационных мероприятий»</p> <p><b>Практическое занятие № 14</b> «Наложение повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности»</p> <p><b>Практическое занятие № 15</b> «Наложение шины на место перелома, транспортировка поражённого»</p> <p><b>Практическое занятие № 16</b> «Первая (доврачебная) помощь при термических травмах и при поражении электрическим током»</p> <p><b>Практическое занятие № 17</b> «Доврачебная помощь при клинической смерти»</p>	<p>1</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>2</p>	<p>2</p>
	<p><b>Самостоятельная работа обучающихся:</b></p> <p>Презентация «Оказание первой помощи при различных травмах, ранениях и состояниях»</p>	<p>3</p>	
<b>Консультация</b>		<p>2</p>	
	<b>Всего:</b>	<p><b>76</b></p>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета безопасности жизнедеятельности.

Оборудование учебного кабинета:

Кабинет оснащен мебелью для:

- организации рабочего места преподавателя;
- организации рабочих мест обучающихся;
- для рационального размещения и хранения учебного оборудования;
- для организации использования аппаратуры.

Технические средства обучения:

- мультимедийный комплекс.

В кабинете находится:

- паспорт кабинета;
- учебно-методический комплекс дисциплины «Безопасность жизнедеятельности», включающий рабочую программу дисциплины, измерители уровня учебных достижений, технологические карты уроков, учебные пособия и учебно-методические разработки;
- комплект методической литературы для преподавателя;
- схемы, плакаты
- противогазы ГП-5;

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

##### Основные источники:

1. Каракеян, Валерий Иванович. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для СПО / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 4-е изд., пер. и доп. — Электрон. дан. — Москва: Юрайт, 2024. — 335 с. — (Профессиональное образование). — URL: <https://urait.ru/bcode/536668> (дата обращения: 02.09.2024). — Режим доступа: Электронно-библиотечная система Юрайт, для авториз. пользователей. — Доступ по паролю из сети Интернет (чтение). — <URL:<https://urait.ru/bcode/536668>>. — Текст: электронный

##### Дополнительные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов по экономическим и гуманитарно-социальным специальностям / [Э. А. Арустамов [и др.] ; под ред. Э. А. Арустамова .— Изд. 18-е, перераб. и доп. — Москва : Дашков и К°, 2014 .— 445 с. : ил. ; 21 см .— (Учебные издания для бакалавров) .— Авт. указаны на обороте тит. л. — Библиогр.: с. 444-445.—10
2. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / С. В. Ефремов ; Санкт-Петербургский государственный политехнический университет 2008. — 130 л. // Фундаментальная библиотека СПбПУ-72
3. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие для учреждений среднего профессионального образования / В. И. Бондин, Ю. Г. Семехин .— Москва : ИНФРА-М : Академцентр, 2013 // Фундаментальная библиотека СПбПУ-5

4. Безопасность жизнедеятельности : учебник для среднего профессионального образования / Ю. Г. Сапронов .— Москва : Академия, 2012 // Фундаментальная библиотека СПбПУ-4
5. Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб. для 10-11 кл. общеобразоват. учрежд. / А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, П.В.Ижевский; под общ. ред. А.Т.Смирнова. – 6-е изд. – М., 2006.
6. Дуров В.А. Отечественные награды / В.А.Дуров. — М.: Просвещение, 2005.
7. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10 кл. – М., 2003.
8. Васнев В.А. Основы подготовки к военной службе: Кн. для учителя / В.А.Васнев, С.А.Чиненный. — М., 2002.
9. Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: тестовый контроль знаний старшеклассников: 10—11 кл. / А.Т.Смирнов, М.В.Маслов; под ред. А.Т.Смирнова. – М., 2002.
10. Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С.В.Петров, В.Г.Бубнов. – М., 2000.

#### **Интернет-ресурсы.**

1. <http://www.mchs.gov.ru>
2. <http://www.spas-extreme.ru>
3. <http://nak.fsb.ru/nac/main.htm>

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p><i>В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;</li> <li>– предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;</li> <li>– использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;</li> <li>– применять первичные средства пожаротушения;</li> <li>– ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;</li> <li>– применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;</li> <li>– владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;</li> <li>– оказывать первую помощь пострадавшим.</li> </ul> <p><i>В результате освоения обучающийся должен знать:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– 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 .....</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– <i>практические занятия №2-4 (текущий контроль)</i></li> <li>– <i>экспертная оценка мини-проекта (текущий контроль)</i></li> <li>– <i>практическое занятие №1 (текущий контроль)</i></li> <li>– <i>практическое занятие №2 (текущий контроль)</i></li> <li>– <i>устный опрос (текущий контроль)</i></li> <li>– <i>устный опрос (текущий контроль)</i></li> <li>– <i>выполнение домашнего задания (текущий контроль)</i></li> <li>– <i>практические занятия №№ 12-17 (текущий контроль)</i></li> <li>– <i>экспертная оценка разработанного мини-проекта (рубежный контроль)</i></li> </ul>

– основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;	– контрольная работа №1 (промежуточный контроль)
– основы военной службы и обороны государства;	– устный опрос (текущий контроль)
– задачи и основные мероприятия гражданской обороны;	– устный опрос (текущий контроль)
– способы защиты населения от оружия массового поражения;	– практические занятия №3-4 (текущий контроль)
– меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;	– практические занятия №2 (текущий контроль)
– организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке;	– устный опрос (текущий контроль)
– основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;	– практические занятия № 9-11 (текущий контроль)
– область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;	– устный опрос (текущий контроль)
– порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.	– экспертная оценка разработанного мини проекта (промежуточный контроль)

**Формы оценки результативности обучения:**

пятибалльная, на основе, которой выставляется итоговая отметка.

**Методы оценки результатов обучения по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»:**

итоговая оценка по окончании изучения выставляется на основании зачетной с учетом текущей успеваемости.