

**Приложение Ш.8.
к ООП по профессии
43.01.09 Повар, кондитер**

**Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Областной многопрофильный техникум»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОУД.08 Основы безопасности жизнедеятельности
по профессии
43.01.09 Повар, кондитер.**

Ардатов, 2018

Рассмотрено на заседании методической комиссии
преподавателей общеобразовательных дисциплин
Протокол № 1

Г.И.Куванова
«31» 08 2018 г

Рабочая программа разработана на основе «Примерной программы
общеобразовательной учебной дисциплины **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ** для профессиональных образовательных организаций»
(Рекомендована ФГАУ «ФИРО» протокол № 3 от 21 июля 2015г)

Разработчик:

Мурылев Е.В. – преподаватель ОБЖ ГБПОУ Областной многопрофильный техникум.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения программы

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессии 43.01.09 Повар, кондитер.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Данная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» относится к общеобразовательному циклу основной профессиональной образовательной программы.

1.3. Результаты освоения дисциплины

1.3.1 Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение следующих **результатов**:

личностных:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

метапредметных:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике: принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных

ситуациях;

освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

предметных:

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

общие профессиональные компетенции:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

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

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей.

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.

ОК 11. Планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере.

1.3.2. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

В результате освоения учебной 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 профессии;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
- оказывать первую помощь пострадавшим;

В результате освоения учебной 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, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные профессиям СПО;
- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

1.3.3 Перечень тем индивидуальных проектов.

- Табакокурение и его влияние на здоровье
- Алкоголь и его влияние на здоровье человека
- Характеристика ЧС природного характера
- Здоровый образ жизни - основа укрепления и сохранения личного здоровья
- Характеристика ЧС техногенного характера.

- Патриотизм и верность воинскому долгу
- Профилактика инфекционных заболеваний.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

Всего объем образовательной нагрузки 72 часа,
в том числе:
практические занятия-12 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	<i>Объем часов</i>
Всего объем образовательной нагрузки	72
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	72
в том числе:	
теоретические занятия	60
практические занятия	12
<i>Промежуточная аттестация в форме</i>	<i>дифференцированного зачета</i>

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы и самостоятельная работа обучающихся	Объем Часов	Осваиваемые элементы компетенций
1	2	3	
ВВЕДЕНИЕ	Содержание учебного материала	2	
	Виды жизненных ситуаций и их классификация. Предмет ОБЖ, его задачи и цели	2	<i>ОК 1-5,9,10</i>
Раздел 1. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ	Учебная нагрузка по разделу	24	<i>ОК 1-5,9,10</i>
Тема 1. Здоровье и здоровый образ жизни.	Содержание учебного материала	4	
	Общее понятие о здоровье.	1	<i>ОК 1-5,9,10</i>
	Здоровый образ жизни –основа укрепления и сохранения личного здоровья.	1	
	Факторы, способствующие укреплению здоровья.	1	
	Двигательная активность и закаливание организма.	1	
Тема 2. Вредные привычки и их профилактика.	Содержание учебного материала	6	
	Алкоголь и его влияние на здоровье человека	2	<i>ОК 1-5,9,10</i>
	Курение и его влияние на состояние здоровья	2	
	Наркомания и его влияние на здоровье человека	2	
	Практические работы	4	
Наркомания Вредные привычки	2 2	<i>ОК 1-5,9,10</i>	

Тема 3. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	Содержание учебного материала	4	
	Основные инфекционные болезни их классификация. Профилактика инфекционных болезней.	2 2	<i>OK 1-5,9,10</i>
Тема 4. Основы первой помощи.	Содержание учебного материала	4	
	Первая помощь при травмах и ранениях. Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	2 2	<i>OK 1-5,9,10</i>
	Практические работы	2	
	Первая помощь при растяжении связок, вывихах суставов, переломах костей.	2	<i>OK 1-5,9,10</i>
Раздел 2. ГОСУДАРСТВЕННАЯ СИСТЕМА ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НАСЕЛЕНИЯ	Учебная нагрузка по разделу	26	
Тема 1. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	Содержание учебного материала	6	
	Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Правила поведения при получении сигнала «Внимание всем»!	2 2 2	<i>OK 1-5,9,10</i>
	Практические работы	4	
	Чрезвычайные ситуация природного характера Классификация чрезвычайных ситуаций возможных для Нижегородской области	2 2	<i>OK 1-5,9,10</i>
Тема 2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	Содержание учебного материала	2	
	РСЧС, история ее создания.	2	<i>OK 1-5,9,10</i>

Тема3. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.	Содержание учебного материала	10	
	Гражданская оборона, основные понятия, задачи и определения. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника.	2 2 2 2 2	<i>OK 1-5,9,10</i>
	Практическая работа	2	
	Защита от оружия массового поражения	2	<i>OK 1-5,9,10</i>
Тема 4. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан.	Содержание учебного материала	2	
	Полиция Российской Федерации. Служба скорой медицинской помощи	1 1	<i>OK 1-5,9,10</i>
Раздел 3. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ	Учебная нагрузка по разделу	18	
Тема 1. Здоровье и здоровый образ жизни	Содержание учебного материала	4	
	Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	2 2	<i>OK 1-5,9,10</i>
Тема 2. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, на него влияющие.	Содержание учебного материала	6	
	Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Профилактика вредных привычек и злоупотребления наркотическими веществами. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика.	2 2 2	<i>OK 1-5,9,10</i>

Тема 3. Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья	Содержание учебного материала	4	
	Режим дня, труда и отдыха.	1	<i>OK 1-5,9,10</i>
	Рациональное питание и его значение для здоровья.	1	
	Закаливание и его влияние на здоровье.	1	
	Правила личной гигиены и здоровье человека.	1	
Тема 4. Правовые аспекты взаимоотношения полов.	Содержание учебного материала	4	
	Брак и семья. Основные функции семьи.	2	<i>OK 1-5,9,10</i>
	Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей.	2	
Итоговое занятие	Дифференцированный зачет	2	
	Итого аудиторная учебная нагрузка	72	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя.

Технические средства обучения:

- ноутбук и мультимедиапроектор.

Учебная материальная база:

- спортивный городок на территории техникума
- единая полоса препятствий на территории техникума
- место для стрельбы (электронный тир)
- противогазы ГП-5
- средства защиты кожи ОЗК-1
- табельные средства для оказания первой помощи.
- лицевые маски с клапаном различных моделей.
- средства для временной остановки кровотечения - жгуты.
- средства иммобилизации для верхних, нижних конечностей, шейного отдела позвоночника (шины).
- перевязочные средства (бинты, салфетки, лейкопластырь)
- макет автомата Калашникова АК – 74
- тренажер-манекен взрослого пострадавшего (голова, торс, конечности) с выносным электрическим контролером для отработки приемов сердечно-легочной реанимации
- тренажер-манекен взрослого пострадавшего (голова, торс) без контролера для отработки приемов сердечно-легочной реанимации
- тренажер-манекен взрослого пострадавшего для отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей
- палатки туристические
- комплекты камуфляжной формы

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основная литература

1. Основы безопасности жизнедеятельности, учебник для среднего профильного образования, Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., 2014 <http://nashol.com/2014122281226/osnovi-bezopasnosti-jiznedeyatelnosti-uchebnik-dlya-srednego-profilnogo-obrazovaniya-kosolapova-n-v-prokopenko-n-a-2014.html>

Дополнительная литература:

1. Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни 10-11 кл., М.: Просвещение, 2013г. Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/>

Электронный ресурсы

1. DVD – История создания вооруженных сил. ООО «Премьер-УчФильм».

2. DVD-Строевая и тактическая подготовка. ООО «Премьер-УчФильм».

3. DVD-Основы оказания первой помощи. ООО «Премьер-УчФильм».

3.3 . Общие требования к организации образовательного процесса

Материал учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» структурно представлен тремя основными разделами: «Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья», «Государственная система обеспечения безопасности населения», «Основы обороны государства и воинская обязанность». Подготовку по всем разделам осуществляет преподаватель, прошедший специальную подготовку по данному профилю на курсах повышения квалификации.

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является базовой для освоения дисциплин общеобразовательного цикла.

Обязательными условиями допуска к дифференцированному зачету являются: наличие преобладающего количества положительных оценок в период прохождения теоретического материала программы, а также выполнение всех видов внеаудиторной работы.

3.4 Кадровое обеспечение образовательного процесса

Требования к квалификации педагогических (инженерно-педагогических) кадров, обеспечивающих обучение по учебной дисциплине – преподаватель-организатор ОБЖ:

- наличие высшего профессионального образования, соответствующего профилю подготовки
- аттестованного на соответствие занимаемой должности (имеющего первую/высшую квалификационную категорию);
- прошедшего курсы повышения квалификации не реже 1 раза в 5 лет

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий дифференцированного зачета.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
Знания:	

<p>- 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;</p>	<p>Устный опрос, текущее тестирование/ Дифференцированный зачет</p>
<p>- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;</p>	<p>Устный опрос, текущее тестирование, внеаудиторная самостоятельная работа творческого характера. Дифференцированный зачет</p>
<p>- основы военной службы и обороны государства; задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;</p>	<p>Устный опрос, текущее тестирование, внеаудиторная самостоятельная работа творческого характера. Дифференцированный зачет</p>
<p>- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;</p>	<p>Устный опрос, текущее тестирование, Дифференцированный зачет</p>
<p>- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные профессиям НПО;</p>	<p>Устный опрос. Дифференцированный зачет</p>
<p>- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;</p>	<p>Устный опрос. Дифференцированный зачет</p>
<p>- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим</p>	<p>Устный опрос Дифференцированный зачет</p>

