



Министерство общего и профессионального образования Свердловской области  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Свердловской области «Сухоложский многопрофильный техникум»

РАССМОТРЕНО  
Руководитель ЦК

 Л.А. Быкова  
«28» августа 2018 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Зам. директора по УПР

 И.А. Григорян  
«28» августа 2018 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.08 Безопасность жизнедеятельности**

Профессия 43.01.09. Повар, кондитер

Сухой Лог  
2018

Организация – разработчик: ГБПОУ СО «Сухоложский многопрофильный техникум»

Разработчик: Чернозипунников Владимир Сергеевич, преподаватель организатор ОБЖ,  
ГБПОУ СО «Сухоложский многопрофильный техникум», г. Сухой Лог

## Содержание

1. Паспорт программы учебной дисциплины .....	4-10
2. Структура и содержание учебной дисциплины .....	10-11
3. Условия реализации программы учебной дисциплины .....	12
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины .....	13-14
5. Приложение № 1 .....	15

## 1. Паспорт учебной дисциплины "Безопасность жизнедеятельности"

### 1.1. Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессии 43.01.19 "Повар, кондитер".

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** Учебная дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» является обязательной частью общепрофессионального цикла основных профессиональных образовательных программ в соответствии с ФГОС по профессии 43.01.19 "Повар, кондитер".

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

Рабочая программа 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 России 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.

В результате изучения 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;
  - своевременно оказывать доврачебную помощь;

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 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.

В результате освоения дисциплины обучающийся осваивает элементы компетенций

Шифр комп.	Наименование компетенций	Дискрипторы (показатели) сформированности)	Умения	Знания
ОК 01	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам	Распознавание сложных проблемных ситуаций в различных контекстах. Проведение анализа сложных ситуаций при решении задач профессиональной деятельности. Определение этапов решения задачи. Определение потребности в информации. Осуществление эффективного поиска. Выделение всех возможных источников нужных ресурсов, в том числе неочевидных. Разработка детального плана действий. Оценка рисков на каждом шагу. Оценивает плюсы и минусы полученного результата, своего плана и его реализации, предлагает критерии оценки и ре-	Распознавать задачу и/или проблему в профессиональном и/или социальном контексте; Анализировать задачу и/или проблему и выделять её составные части; Правильно выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задачи и/или проблемы. Составить план действия. Определить необходимые ресурсы. Владеть актуальными методами работы в профессиональных и смежных сферах; Реализовывать составленный	Актуальный профессиональный и социальный контекст, в котором приходится работать и жить; Основные источники информации и ресурсы для решения задач и проблем в профессиональном и/или социальном контексте. Алгоритмы выполнения в профессиональных и смежных областях. Методы работы в профессиональных и смежных сферах. Структура плана для решения задач. Порядок оценки результатов решения задач профессиональной деятельности.

		комендации по улучшению плана.	план; оценивать результат и последствия своих действий (самостоятельно или с помощью наставника)	
OK 02	Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.	Планирование информационного поиска из широкого набора источников, необходимого для выполнения профессиональных задач. Проведение анализа полученной информации, выделяет в ней главные аспекты. Структурировать отобранную информацию в соответствии с параметрами поиска; Интерпретация полученной информации в контексте профессиональной деятельности	Определять задачи поиска информации. Определять необходимые источники информации. Планировать процесс поиска, структурировать получаемую информацию. Выделять наиболее значимое в перечне информации. Оценивать практическую значимость результатов поиска. Оформлять результаты поиска.	Номенклатура информационных источников применяемых в профессиональной деятельности. Приемы структурирования информации. Формат оформления результатов поиска информации.
OK 03	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие	Использование актуальной нормативно-правовой документации по профессии (специальности). Применение современной научной профессиональной терминологии. Определение траектории профессионального развития и самообразования	Определять актуальность нормативно-правовой документации в профессиональной деятельности. Выстраивать траектории профессионального и личностного развития.	Содержание актуальной нормативно-правовой документации. Современная научная и профессиональная терминология. Возможные траектории профессионального развития и самообразования.
OK 04	Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.	Участие в деловом общении для эффективного решения деловых задач. Планирование профессиональной деятельности	Организовывать работу коллектива и команды. Взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.	Психология коллектива. Психология личности. Основы проектной деятельности.
OK 05	Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом осо-	Грамотно устно и письменно излагать свои мысли по профессиональной тематике на государственном языке. Проявление	Излагать свои мысли на государственном языке. Оформлять документы.	Особенности социального и культурного контекста. Правила оформления документов.

	бенностей социального и культурного контекста	ние толерантность в рабочем коллективе.		
OK 06	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе общечеловеческих ценностей.	Понимать значимость своей профессии (специальности). Демонстрация поведения на основе общечеловеческих ценностей.	Описывать значимость своей профессии. Презентовать структуру профессиональной деятельности по профессии (специальности)	Сущность гражданско-патриотической позиции. Общечеловеческие ценности. Правила поведения в ходе выполнения профессиональной деятельности.
OK 07	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	Соблюдение правил экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности. Обеспечивать ресурсосбережение на рабочем месте	Соблюдать нормы экологической безопасности. Определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по профессии (специальности)	Правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности. Основные ресурсы задействованные в профессиональной деятельности. Пути обеспечения ресурсосбережения.
OK 08	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности	Сохранение и укрепление здоровья посредством использования средств физической культуры. Поддержание уровня Физической подготовленности для успешной реализации профессиональной деятельности.	Использовать физкультурно-оздоровительную деятельность для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей; Применять рациональные приемы двигательных функций в профессиональной деятельности Пользоваться средствами профилактики перенапряжения характерными для данной профессии (специальности)	Роль физической культуры в общекультурном, профессиональном и социальном развитии человека; Основы здорового образа жизни; Условия профессиональной деятельности и зоны риска физического здоровья для профессии (специальности). Средства профилактики перенапряжения.
OK 09	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.	Применение средств информатизации и информационных технологий для реализации профессиональной деятельности	Применять средства информационных технологий для решения профессиональных задач. Использовать	Современные средства и устройства информатизации Порядок их применения и программное обеспе-

			современное программное обеспечение.	чение в профессиональной деятельности.
OK 10	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.	Применение в профессиональной деятельности инструкций на государственном и иностранном языке. Ведение общения на профессиональные темы.	Понимать общий смысл четко произнесенных высказываний на известные темы (профессиональные и бытовые), понимать тексты на базовые профессиональные темы участвовать в диалогах на знакомые общие и профессиональные темы строить простые высказывания о себе и о своей профессиональной деятельности кратко обосновывать и объяснить свои действия (текущие и планируемые) писать простые связные сообщения на знакомые или интересные профессиональные темы	Принцип построения простых и сложных предложений на профессиональные темы основные общепотребительные глаголы (бытовая и профессиональная лексика) лексический минимум, относящийся к описанию предметов, средств и процессов профессиональной деятельности особенности произношения правила чтения текстов профессиональной направленности.
OK 11	Планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере.	Определение инвестиционную привлекательность коммерческих идей в рамках профессиональной деятельности Составлять бизнес-план Презентовать бизнес-идею Определение источников финансирования. Применение грамотных кредитных продуктов для открытия дела.	Выявлять достоинства и недостатки коммерческой идеи. Презентовать идеи открытия своего дела а профессиональной деятельности. Оформлять бизнес-план. Рассчитывать размеры выплат по процентным ставкам кредитования.	Основы предпринимательской деятельности. Основы финансовой грамотности. Правила разработки бизнес-планов. Порядок выступления презентации. Кредитные банковские продукты.
ПК 1.1-		Подбор, подготовка	Соблюдать прави-	Требования охраны



<p>1.4 ПК 2.1- 2.8 ПК 3.1- 3.6 ПК 4.1- 4.5 ПК 5.1- 5.5</p>		<p>к работе, проверка технологического оборудования, производственного инвентаря, инструментов</p>	<p>да техники безопасности, пожарной безопасности, охраны труда. Выбирать, безопасно, в соответствии с инструкциями и регламентами эксплуатировать технологическое оборудование, инструменты, инвентарь в процессе обработки сырья</p>	<p>труда, пожарной безопасности и производственной санитарии в организации питания. Виды, назначение, правила безопасной эксплуатации технологического оборудования, производственного инвентаря, инструментов, весоизмерительных приборов, посуды и правила ухода за ними. Возможные последствия нарушения санитарии и гигиены, правил техники безопасности.</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

#### 1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося *42 часа*, в том числе:

- ❖ обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося *36 часов*;
- ❖ самостоятельной работы обучающегося *6 часов*;
- ❖ лекционные занятия 10 часов;
- ❖ практические занятия 26 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ "БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ".

### 2.1. Объем учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» и виды учебной работы.

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	42
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	36
в том числе:	10
лекционные занятия	
практические занятия	26
итоговое занятие в форме дифференцированного зачета	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	6

### 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

№ занятия/ часов	Содержание курса	общее кол-во часов	В т.ч. практические занятия	Самостоятельная работа	Уровень освоения
Раздел 1. Гражданская оборона.		14	12	С/р. № 1 3 час.	1-3
1/2	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.	2			1-2
Практические занятия № 1.		12	12		2-3
2/4	1.1 Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения.	2	2		2-3
3/6	1.2 Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения.	2	2		2-3
4/8	1.3 Отработка нормативов по надеванию противогаза.	2	2		2-3

5/10	1.4 Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.	2	2		2-3
6/12	1.5 Приборы радиационной и химической разведки и контроля.	2	2		2-3
7/14	1.6 Правила поведения и действия людей в зонах заражения и очагах биологического поражения.	2	2		2-3
<b>Раздел 2. Основы военной службы и медицинских знаний</b>		<b>20</b>	<b>14</b>	<b>С/р № 2 3 час.</b>	<b>1-3</b>
8/16	Вооруженные силы России на современном этапе.	2			1-2
9/18	Общие сведения о ранах, способах остановки кровотечения и обработке ран.	2			1-2
<b>Практические занятия № 2</b>		12	12		2-3
10/20	2.1 Строевая подготовка. Строй и управление ими.	2	2		2-3
11/22	2.2 Строевая подготовка. Движение строевым и походным шагом.	2	2		2-3
12/24	2.3 Огневая подготовка. Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.	2	2		2-3
13/26	2.4 Отработка нормативов по неполной разборке и сборке автомата.	2	2		2-3
14/28	2.5 Медико-санитарная подготовка. Наложение повязок, кровоостанавливающего жгута.	2	2		2-3
15/30	2.6 Медико-санитарная подготовка. Наложение шины на место перелома, транспортировка пострадавшего.	2	2		2-3
16/32	2.7 Медико-санитарная подготовка. Отработка оказания первой помощи при остановке дыхания и кровообращения.	2	2		2-3
17/34	Основные инфекционные болезни и их профилактика.	2			1-2
18/36	<b>Дифференцированный зачет</b>	2			3

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
3. – творческий (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Материально-техническое обеспечение.

- Учебный кабинет ОБЖ;
- стрелковый тир.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения.

- информационно-коммуникативные средства;
- экранно-звуковые пособия;
- образцы средств индивидуальной защиты (СИЗ): макет противогаза ГП-5, респиратор Р-2;
- образцы средств первой медицинской помощи: индивидуальный перевязочный пакет ИПП-1; жгут кровоостанавливающий; макет аптечки индивидуальной АИ-1; сумка санитарная;
- образцы средств пожаротушения (СП);
- макет автомата Калашникова;
- библиотечный фонд.

#### Перечень учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы:

##### *Основные источники:*

1. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для учреждений сред. проф. образования. — М., 2016.
2. Косолапова Н. В., Прокопенко Н. А., Побежимова Е. Л. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для учреждений сред. проф. образования. — М., 2016.

##### *Дополнительные источники:*

1. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для студ. сред. проф. учеб. заведений / Э.А. Арустамов, Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко, Г.В. Гуськов. – 9-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 176 с.
2. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / А.Т. Смирнов, М.А. Шахрамьян, Н.К. Крючек – 2-е изд., стереотип.-М.:Дофа,2013.
3. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: Учебник. - М.: КНОРУС, 2010. - 288с.
4. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие /Ю.Г. Сапронов, А.Б. Сыса, В.В. Шахбазян - М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 320 с.

##### *Интернет-ресурсы:*

1. <http://www.knigafound.ru/books/52234>
2. <http://www.bezopasnost.edu/66/ru/>

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

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
<b>Умения:</b>	
организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;	тестирование,
предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;	Оценка решения ситуационных задач
использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; применять первичные средства пожаротушения;	Демонстрация умения пользоваться средствами индивидуальной защиты и оценкам правильности их применения; решение ситуационных задач по использованию средств коллективной защиты; Демонстрация умения пользоваться первичными средствами пожаротушения и оценка правильности их применения;
ориентироваться в перечне воинских 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;	устный опрос, тестирование
оказывать первую помощь пострадавшим.	Демонстрация умения оказывать первую помощь пострадавшим, оценка правильности выполнения алгоритма оказания первой помощи; оценка решения ситуационных задач; тестирование, устный опрос.
<b>Знания:</b>	
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;	Устный опрос, тестирование

основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;	Устный опрос, тестирование
основы военной службы и обороны государства; задачи и основные мероприятия гражданской обороны;	Устный опрос, тестирование
способы защиты населения от оружия массового поражения; меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;	Устный опрос, тестирование
организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке;	Устный опрос, тестирование
основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются боеучетные специальности, родственные специальностям СПО;	Устный опрос, тестирование
область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы; порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.	Устный опрос, тестирование
Порядок оказания первой медицинской помощи.	Устный опрос, тестирование

**ПРИМЕЧАНИЕ:** Применяется критериальная система оценки по каждой контрольной точке. В качестве критериев выступает признак проявлений сформированных компетенций (умений), знаний. Сумма баллов по критериям соотносится с универсальной шкалой оценки и определяется отметка.

Процент результативности (правильных ответов)	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений	
	Балл (отметка)	Вербальный аналог
90 - 100	5	отлично
80 - 89	4	хорошо
70 - 79	3	удовлетворительно
Менее 70	2	не удовлетворительно

**Внеаудиторные самостоятельные работы  
учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»**

№ раздела	Содержание раздела	Самостоятельные работы	Темы для самостоятельных работ	Кол-во часов	Продукт
1	Гражданская оборона.	Самостоятельная работа № 1 на освоение, закрепление и углубление содержания изученного материала	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Чрезвычайные ситуации природного происхождения.</li> <li>2. Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения.</li> <li>3. Чрезвычайные ситуации социального происхождения.</li> <li>4. Оружие массового поражения.</li> <li>5. Инженерная защита в системе обеспечения безопасности населения.</li> <li>6. Правовые и организационные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности.</li> <li>7. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</li> <li>8. Современные средства коллективной и индивидуальной защиты населения.</li> <li>9. Пути и способы повышения устойчивости работы объектов экономики.</li> </ol>	3	Конспект
2	Основы военной службы и медицинских знаний.	Самостоятельная работа № 2 на обобщение и систематизацию полученных знаний и практических умений	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Национальная и военная безопасность РФ.</li> <li>2. Основные задачи и структура современных ВС России.</li> <li>3. Военная служба - особый вид федеральной государственной службы.</li> <li>4. Общие правила оказания первой медицинской помощи.</li> <li>5. Виды повязок.</li> <li>6. Кровотечения и их виды.</li> <li>7. Первая помощь при ранениях.</li> <li>8. Первая помощь при кровотечениях.</li> <li>9. Первая помощь при ожогах, переломах, обмороке, шоке и поражении электрическим током.</li> </ol>	3	Презентация