

Министерство образования Красноярского края  
краевое государственное бюджетное профессиональное образовательное  
учреждение  
**«Зеленогорский техникум промышленных технологий и сервиса»**

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор КГБПОУ «Зеленогорский  
техникум промышленных  
технологий и сервиса  
С. П. Родченко  
\_\_\_\_\_ 2020 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП.09 Безопасность жизнедеятельности**

**43.02.15 Поварское и кондитерское дело**  
Среднее профессиональное образование

Зеленогорск, 2020 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>3</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>17</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>18</b>

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Безопасность жизнедеятельности

### 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» является частью основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности **43.02.15 Поварское и кондитерское дело**, входящей в укрупненную группу профессий и специальностей **43.00.00 «Сервис и туризм»**.

**1.2. Место дисциплины в структуре ПССЗ:** дисциплина входит в общепрофессиональный цикл.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

**Уметь:**

- организовывать и проводить мероприятия по защите 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;
- 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 России;
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
- задачи и основные мероприятия гражданской обороны;
- способы защиты населения от оружия массового поражения;
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

Результаты освоения учебной дисциплины направлены на формирование общих компетенций:

- 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 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.

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

Максимальной учебной нагрузки обучающихся **68 часов**, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **68 часов**;

## 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>Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем</b>	68
<b>Объем образовательной программы</b>	68
в том числе:	
теоретическое обучение	19
практические занятия	48
Самостоятельная работа	-
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	1

## 2.2. Содержание учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающегося	Формируемые ОК и ПК	Активные формы проведения занятий	Формы и темы внеаудиторных самостоятельных работ	Объем часов		Уровень освоения
					кол-во обязательных аудиторных работ	кол-во часов внеаудиторных с/р	
1	2	3	4	5	6	7	8
Раздел 1. Безопасность жизнедеятельности и в чрезвычайных ситуациях	Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени, организация защиты населения				19		
	Содержание учебного материала				4		
Тема 1.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	1.1.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций: ее структура и задачи.	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10	Применение экранно-звуковых средств наглядности, обсуждение видеофильма		1		2
	1.1.2 ЧС техногенного и природного характера: характеристика, классификация наиболее вероятных для данной местности и района проживания ЧС	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10			1		
	1.1.3 Классификация ЧС социального характера: ЧС военного характера, которые могут возникнуть на территории России в случае локальных конфликтов или ведения широкомасштабных боевых действий. Основные источники ЧС военного характера, современные средства поражения.	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10			1		2

<b>Тема 1.2. Защита населения и территорий при стихийных бедствиях, при авариях (катастрофах) на транспорте, производственных объектах</b>	<b>1.2.1 Защита населения и территорий при стихийных бедствиях, при авариях (катастрофах) на транспорте, производственных объектах:</b> эвакуация и рассредоточение населения, защита продуктов питания, фуража, воды от заражения, санитарная обработка, дегазация, дезактивация, дезинфекция.		ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10			1		2
<b>Тематика практических занятий</b>						<b>6</b>		
	1	Отработка порядка и правил защиты работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций в убежищах.	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	2		
	2	Отработка навыков в использовании средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	2		
	3	Отработка навыков в использовании первичных средств пожаротушения для снижения уровня опасностей и их последствий в профессиональной деятельности	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	1		
	4	Классификация видов оружия массового поражения. Приборы радиационной и химической разведки и контроля.	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	1		
<b>Содержание учебного материала</b>						<b>2</b>		

Тема <b>1.3 Организация гражданской обороны</b>	<b>1.3.1 Гражданская оборона:</b> ее структура и задачи по защите населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или в следствии этих действий.	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10	Собеседование		1		2
							2
Тема <b>1.4 Организация защиты населения от ЧС мирного и военного времени</b>	<b>1.4.1 Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики при стихийных бедствиях, техногенных ЧС и в условиях противодействия терроризму:</b> понятие устойчивости объектов экономики при стихийных бедствиях, устойчивость объектов экономики при техногенных ЧС, их обеспечение в условиях противодействия терроризму	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10	Собеседование		1		
	<b>Содержание учебного материала</b>				<b>2</b>		
Тема <b>1.5 Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке, при неблагоприятной социальной обстановке</b>	<b>1.5.1 Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке, при эпидемии:</b> правила поведения.	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10	Анализ конкретных ситуаций		1		2
	<b>1.5.2 Обеспечение безопасности при нахождении на территории ведения боевых действий и при неблагоприятной социальной обстановке:</b> меры противодействия, правила поведения.	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10	Собеседование		1		
	<b>Тематика практических занятий</b>				<b>5</b>		
5	Планирование и организационные вопросы выполнения эвакуационных мероприятий.	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9,		Составить отчет по практическому занятию	2		



		ОК.10					
6	Отработка порядка и правил в организации получения и использования средств индивидуальной защиты в ЧС.	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	1		
7	Отработка навыков в планировании и организации аварийно-спасательных работ и выполнении неотложных работ при ликвидации ЧС природного и техногенного характера.	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	1		
8	Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	1		
<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>Значение медицинских знаний при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций и оказание первой медицинской помощи пострадавшим. Обеспечение здорового образа жизни, организация труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы</b>				<b>48</b>		
	<b>Содержание учебного материала</b>				<b>1</b>		
<b>Тема 2.1. Значение медицинских знаний</b>	<b>2.1.1 Значение медицинских знаний: доврачебная помощь, признаки жизни.</b>	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10	Дискуссия		1		2
	<b>Тематика практических занятий</b>				<b>31</b>		
10	Отработка умений оказания первой	ОК.1-ОК.4,		Составить	2		

	помощи при травматических повреждениях	ОК.6, ОК.9, ОК.10		отчет по практическому занятию			
11	Отработка умений оказания первой помощи при кровотечении	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	2		
12	Отработка умений оказания первой помощи при переломах	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	2		
13	Отработка умений оказания первой помощи при синдроме длительного сдавливания	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	2		
14	Отработка умений оказания первой помощи при отравлениях	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	2		
15	Отработка умений оказания первой помощи при шоке	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	2		
16	Отработка умений оказания первой помощи при ожогах	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	2		

17	Отработка умений оказания первой помощи при отморожениях	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	2		
18	Отработка умений оказания первой помощи при электротравме	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	2		
19	Отработка умений выполнения искусственного дыхания и закрытого массажа сердца при оказании первой помощи	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	2		
20	Отработка умений оказания первой помощи при внезапной потере сознания	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	2		
21	Отработка умений наложения кровоостанавливающего жгута (закрутки), пальцевого прижатия артерий	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	3		
22	Отработка умений наложения повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	3		
23	Отработка умений наложения шины на место перелома, транспортировка поражённого	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9,		Составить отчет по практическому занятию	3		

		ОК.10					
	<b>Содержание учебного материала</b>					<b>3</b>	
<b>Тема 2.2. Понятие здоровья и содержание ЗОЖ</b>	<b>2.2.1</b> Понятие здоровья и критерии, определяющие здоровье человека	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10	Работа в подгруппах			1	2
	<b>2.2.2</b> Основные составляющие здорового образа жизни: способность к рефлексии, различные виды пространства, рациональное питание, режим труда и отдыха.	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10	Собеседование			1	2
	<b>2.2.3</b> Факторы риска: утомление, стресс, гиподинамия	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10	Работа в подгруппах			1	2
	<b>Содержание учебного материала</b>					<b>1</b>	
<b>Тема 2.3 Организация труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы учащихся.</b>	<b>2.3.1</b> Специфика труда учащихся: основные положения культуры умственного труда	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10	Собеседование			1	2
	<b>Тематика практических занятий</b>					<b>6</b>	
	24	Составление режима дня с учетом гигиены умственного труда	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	2	
	25	Описание приемов работы с текстом и демонстрация одного из них на практике	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	2	

	26	Применение правил личной гигиены в повседневной деятельности	ОК.1-ОК.4, ОК.6, ОК.9, ОК.10		Составить отчет по практическому занятию	2		
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>						<b>1</b>		
<b>Итого</b>						<b>68</b>		

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- учебная доска;
- комплект учебно-наглядных пособий «Основы гражданской обороны и защита населения от ЧС», «Здоровый образ жизни», «Основы медицинских знаний»;
- противогазы;
- технические средства обучения: компьютер с лицензионным программным обеспечением, мультимедиапроектор, видеодвойка.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

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

Основные источники:

1. Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности - М.: Академия,2017

Дополнительные источники:

- 1 В.Ю. Микрюков Безопасность жизнедеятельности (электронный ресурс): учебник – М.: КноРус, 2017: <https://www.book.ru/book/918804>
- 2 Э.Н.Вайнер, Основы медицинских знаний и здорового образа жизни, 2015 электронный ресурс <https://e-reading.mobi/book.php?book=1052988>
- 3 А.В. Мартыненко, Основы социальной медицины учебник для СПО, 2018 электронный ресурс <https://biblio-online.ru/viewer/4E3BA8C5-2A50-4D59-90C5-37BF4B9603FF/osnovy-socialnoy-mediciny#page/2>

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

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и практических работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы оценки
<p><b>Знания:</b></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 бедствиях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;</li><li>– принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных бедствиях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;</li><li>– задачи и основные мероприятия гражданской обороны;</li><li>– способы защиты населения от оружия массового поражения;</li></ul>	<p>Полнота ответов, точность формулировок, не менее 75% правильных ответов.</p> <p>Не менее 75% правильных ответов.</p> <p>Актуальность темы, адекватность результатов поставленным целям, полнота ответов, точность формулировок, адекватность применения профессиональной терминологии</p>	<p><b>Текущий контроль при проведении:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>– письменного/устного опроса;</li><li>– тестирования;</li><li>– оценка результатов самостоятельной работы (докладов, рефератов, теоретической части проектов, учебных исследований и т.д.)</li></ul> <p><b>Промежуточная аттестация</b> в форме дифференцированного зачета в виде тестирования</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>– меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;</li> <li>– порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим</li> </ul>		
<p><b>Умения:</b></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 быту;</li> <li>– использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;</li> <li>– применять первичные средства пожаротушения;</li> <li>– оказывать первую помощь пострадавшим</li> </ul>	<p>Правильность, полнота выполнения заданий, точность формулировок, точность расчетов, соответствие требованиям.</p> <p>Адекватность, оптимальность выбора способов действий, методов, техник, последовательностей действий и т.д.</p> <p>Точность оценки, самооценки выполнения.</p> <p>Соответствие требованиям инструкций, регламентов.</p> <p>Рациональность действий и т.д.</p>	<p><b>Текущий контроль:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– экспертная оценка демонстрируемых умений, выполняемых действий;</li> <li>– защите отчетов по практическим занятиям;</li> <li>– оценка заданий для самостоятельной работы.</li> </ul> <p><b>Промежуточная аттестация:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- экспертная оценка выполнения практических заданий на зачете</li> </ul>