ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ «НОВОСИБИРСКИЙ ЛИЦЕЙ ПИТАНИЯ»

УТВЕРЖДАЮ
Зам директора по УПР
_____ О.Н.Павлова
«31» августа 2018 г.

Рабочая учебная программа по общеобразовательной дисциплине ОУД.06 Основы безопасности жизнедеятельности Профессия 19.01.04. Пекарь

Разработчик: Василенко В.А_____
_преподаватель высшей квалификационной категории_____

Рассмотрено
на заседании МК
Протокол №_1_____
«_31_» _августа_ 2018 г.

Председатель МК_____

Содержание

	Стр.
1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»	3
2. Структура и содержание учебной дисциплины	5
3. Условия реализации учебной дисциплины	14
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	15

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы безопасности жизнедеятельности

1.1 Область применения рабочей программы

Программа общеобразовательной учебной дисциплины **«Основы безопасности жизнедеятельности»** предназначена для изучения ОБЖ в в профессиональной деятельности образовательной организации СПО ГАПОУ НСО «Новосибирский лицей питания», реализующей образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы СПО (ОПОП СПО) на базе основного общего образования при подготовке квалифицированных рабочих по профессиям 19.01.17 Повар, кондитер» и 19.01.04 «Пекарь». Программа разработана на основе требований ФГОС среднего общего образования, предъявляемых к структуре, содержанию и результатам освоения учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», в соответствии с Рекомендациями по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учётом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 №06-259)

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен ***уметь:***

- предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;
- применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- владеть основами медицинских знаний и оказывать первую помощь пострадавшим при неотложных состояниях (при травмах, отравлениях, различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

знать /понимать

- культуру безопасности жизнедеятельности, в том числе культуру экологической безопасности как жизненно важную социально-нравственную позицию личности, а также как средство, повышающее защищённость личности, общества, государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- основы государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- необходимость отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциальное поведение;
- здоровый образ жизни как средство обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- распространённые опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера;
- факторы пагубного влияния на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т.д.);
- основные меры защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- основы обороны государства и воинской службы: законодательство об обороне государства и воинской обязанности граждан; права и обязанности гражданина до призыва и прохождение военной службы, уставные отношения, быт военнослужащих, порядок несения службы и воинские ритуалы, строевая, огневая и тактическая подготовка;
- основные виды военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе.

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

максимальной учебной нагрузки учащихся _117_ часов, в том числе:
обязательной аудиторской нагрузки учащихся __78_____ часов;
самостоятельной работы учащихся _____ 39_____часов.

2. СТРУКТУРА и ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объём учебной дисциплины и виды учебной деятельности

Вид учебной работы	*Объём часов*
Максимальная учебная нагрузка (всего)	117
Обязательная аудиторская учебная нагрузка (всего)	78
в том числе:	
лабораторные работы	
практические работы	42
контрольные работы	4
курсовая работа (проект) (*если предусмотрено*)	
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	39
в том числе:	
реферат *внеаудиторская самостоятельная работа)*	
Итоговая аттестация в форме тестирования	

Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета проводится в первом полугодии на втором курсе

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа учащихся (*если предусмотрены*)	Объём часов	Уровень усвоения
1	2	3	4
Введение.	Основные теоретические положения дисциплины, определение терминов «среда обитания», «опасность», «риск», «безопасность»	1	2
Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья	**Содержание учебного материала**		
	1 Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья. Факторы, способствующие укреплению здоровья 2 . Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Техносфера как источник негативных факторов. 3 Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь, и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. 4 Курение, его влияние на состояние здоровье. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно – сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье. 5 Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании. 6 Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. 7 Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления репродуктивного здоровья.	7	2
	Практические занятия 1. «Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья. Психологическая уравновешенность. Рациональное питание и его значение для человека» 2. «Режим дня, труда и отдыха». 3. «Влияние двигательной активности на здоровье человека. 4. «Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье	8	2

	человека» 5. «Правила и безопасность дорожного движения» 6. «Правовые взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи» 7. «Основы семейного права в Российской Федерации» 8. «Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребёнка»			
	Тестирование		1	
	Самостоятельная работа - Систематическая проработка учебной литературы; - подготовка ответов на вопросы; - составление кроссвордов; - составление режима дня; - составление меню правильного рационального питания; - подготовка сообщений по данной теме: «Здоровый образ жизни», «Двигательная активность», «Закаливание организма». «Вредные привычки (курение, наркомания, алкоголизм), их профилактика»;		8	
Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	**Содержание учебного материала**			
	1,2	Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	8	2
	3	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). РСЧС, история её создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от ЧС.		
	4	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной.		
	5,6	Аварийно – спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах ЧС. Организация и основное содержание аварийно – спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения.		
	7	Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств РФ по защите населения и территорий от ЧС: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно – спасательные работы, обучение населения. Правовые основы организации защиты населения от ЧС мирного времени.		
	8	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан: МЧС России, милиция в РФ, служба скорой помощи, другие государственные службы в области безопасности.		

	Практические занятия 9. « Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.)» 10,11. « Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения» 12. « Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС мирного и военного времени» 13. « Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. 14,15. «Защитные сооружения ГО. Основное предназначение защитных сооружений ГО. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях». 16. «Организация ГО в общеобразовательном учреждении, её предназначение» 17,18. « Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате, в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий».	10	2
	Зачет	1	
	Самостоятельная работа обучающихся: - систематическая проработка учебной литературы; - составление схем, кроссвордов; - подготовка сообщений: чрезвычайные ситуации природного и антропогенного характера; ядерное, химическое и бактериологическое оружие; правила поведения при захвате террористами.	9	
Тема 3. **Основы обороны государства и воинская обязанность**			
	Структура и содержание учебного материала		
	1 История создания Вооружённых Сил России. Организация вооружённых сил Московского государства в XIV – XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, её особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, 2 Создание Советских Вооружённых Сил, их структура и предназначение. Вооружённые Силы Российской Федерации, основные предпосылки военной реформы.	13	2

	3	Функции и основные задачи современных Вооружённых Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформа Вооружённых Сил.		
	4	Основные понятия о воинской обязанности.		
	5	Воинский учёт. Организация воинского учёта и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учёт. Обязанности граждан по воинскому учёту.		
	6	Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учёт.		
	7	Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно – прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.		
	8	Призыв на военную службу. Общие, должностные специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части.		
	9	Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступившим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.		
	10	Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.		
	11	Общие права и обязанности военнослужащих. Виды ответственности, установленной для военнослужащих: дисциплинарная, административная, гражданско – правовая, материальная, уголовная. Соблюдение норм международного гуманитарного права.		
	12	Военнослужащий – защитник Отечества. Основные качества личности военнослужащего: любовь к Родине, высокая военная дисциплина, верность		

	13	воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий – специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооружённых Сил и родах войск. Требования к психическим и морально – этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчёта). Военнослужащий – подчинённый, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Единоначалие – принцип строительства Вооружённых Сил Российской федерации. Воинская дисциплина, её сущность и значение. Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.) Как стать офицером Российской армии. Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооружённых Сил Российской Федерации.		

	Практические занятия 19,20 Таблица: «Военные реформы России» 21, 22 «Виды Вооружённых Сил РФ, рода Вооружённых Сил РФ. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно – Морской Флот, история создания, предназначение, структура». 23 «Военно-воздушные войска. Ракетные войска стратегического назначения, Космические войска, Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура». 24 «Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности РФ, железнодорожные войска РФ, войска гражданской обороны МЧС России, их состав и предназначение. Тыл Вооружённых Сил». 25. «Боевые традиции Вооружённых Сил России. *Патриотизм и верность воинскому долгу – основные качества защитника Отечества. Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооружённой защите. Дни воинской славы России – дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, воинское товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение воинского товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Воинское товарищество – боевая традиция Российской армии и флота*». 26. «Символы воинской чести. *Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и воинской службе.* Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к воинской присяге. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку». 25 « Стрельба по неподвижным целям»	14	2
	Тестирование	1	
	Самостоятельная работа - систематическая проработка учебной литературы; - составление кратких конспектов о истории создания вооружённых сил; - подготовка ответов на вопросы; - подготовка сообщений: виды Вооружённых Сил, их краткая характеристика. - подготовка рефератов для защиты	15	

Тема 4. Основы медицинских знаний.	**Содержание учебного материала**		
	1 Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан РФ 3 Инфекции, передаваемые половым путем, их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья. 4 Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основы ухода за ребёнком. Духовность и здоровье семьи.	3	2
	Практические занятия 26. «Травмы, их виды. Первая помощь при ранениях, сотрясениях и ушибах головного мозга, переломах» 27. «Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Периоды развития травматического токсикоза». 28. «Виды кровотечений. Правила наложения жгута. Внутреннее кровотечение»; 29. « Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды, степени ожогов. Основные признаки теплового удара»; 30. «Первая помощь при воздействии низких температур. Основные степени отморожения» 31. «Перовая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей»; 32. «Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление». 33 «Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения. Правила проведения массажа сердца и искусственного дыхания» 34,35 «Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика»	10	2
	Тестирование	1	
	Самостоятельная работа: - систематическая проработка учебной литературы; Подготовка сообщений по темам: - классификация инфекционных заболеваний. - пути передачи инфекций - возможные травмы на предприятиях общественного питания и оказание первой помощи - классификация ран и правила их обработки	7	

Всего:	78	
Практические занятия:	42	
Тестирование, зачеты:	4	
Самостоятельная работа обучающихся:	39	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины предполагает наличие учебного кабинета «Основы безопасности жизнедеятельности» и стрелкового тира.

Оборудование учебного кабинета:

рабочие места по количеству учащихся;

рабочее место преподавателя;

комплект учебно – методических материалов по предмету;

методические разработки уроков и практических работ;

комплекты тестов, таблицы, плакаты, стенды;

учебные фильмы, электронные пособия.

Технические средства обучения: компьютер, видеопроектор, телевизор, ДВД-центр, экран.

Противогазы, носилки, шины, жилеты, мед. сумки, защитные комбинезоны.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

Учебные пособия:

1.А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, В. А. Васнев «Основы безопасности жизнедеятельности», 10 кл. -М: Просвещение, 2008 – 223с;

2. А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, В. А. Васнев «Основы безопасности жизнедеятельности», 11 кл. -М: Просвещение, 2008 – 176с.

Дополнительные источники:

3. Е. Н. Браунер и др. «Обучение работающего населения по вопросам гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций», - Чита: Экспресс – издательство, 2009. – 248с;

4. Б. О. Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности. Сборник ситуационных задач», - М: Просвещение, 2010, - 128с.

5. www.bezopasnost. ru

6. www.bti.secna. ru

7. www.alleng. ru

4.Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
уметь: - владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; - пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; - оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе. использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни: - для ведения здорового образа жизни; - оказания первой медицинской помощи; - развитие в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы; - вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи. **знать /понимать** - основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него; - потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; - основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; Основы российского законодательства об обороне государства и воинской	Наблюдение и оценка соответствия результатов действий обучающихся при проведении практических работ; Самоконтроль при выполнении заданий для самостоятельной работы; Анализ продуктивной учебной деятельности (написание рефератов); Устный фронтальный опрос; Тестирование Текущий контроль в форме: зачётов; тестирования; устного фронтального опроса

обязанности граждан; - порядок первоначальной постановки на воинский учёт, медицинского освидетельствования, призыва на воинскую службу; - состав и предназначение Вооружённых Сил Российской Федерации; - основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе; - основные виды военно – патриотической деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы; -требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника; - предназначение, структуру и задачи РСЧС; - предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.	Итоговое тестирование

Разработчик:

ГАПОУ НСО «Новосибирский лицей питания» преподаватель В. А. Василенко

(место работы) (занимаемая должность) (инициалы, фамилия)