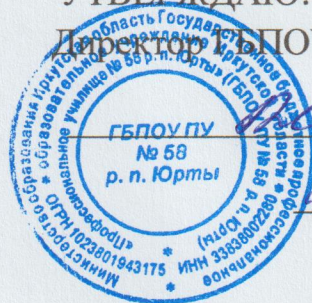


Государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение Иркутской области
«Профессиональное училище №58 р.п. Юрты»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ ПУ № 58 р.п. Юрты



Л. М. Бунис

28 июля

2021 год

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОБД.03 ОСНОВЫ БЕЗОСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

адаптированная программа профессионального обучения и социально-
профессиональной адаптации для обучающихся по профессии 16675 Повар.

р.п. Юрты, 2021 г.

Рассмотрена и одобрена на
заседании методического совета
Протокол № 12
«22» июня 2021 г.
Савр /Н. А. Савченко

Согласовано
Заместитель директора по УПР
Савр О.В. Савицкая

Автор: Савицкая О.В., заместитель директора по учебно-производственной работе ГБПОУ ПУ №58 р.п. Юрты

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» профессионального обучения по профессии **16675 Повар** государственным бюджетным профессиональным образовательным учреждением «Профессиональное училище № 58 р. п. Юрты» на основании:

- Профессиональный стандарт "Повар" (утв. [приказом](#) Министерства труда и социальной защиты РФ от 8 сентября 2015 г. N 610н);
- Комплекта примерной учебно-программной документации, разработанной институтом профессионального образования в 2002 г;
- Модели учебного плана для профессиональной подготовки лиц с отклонением в развитии. Министерство труда и социального развития Российской Федерации. М., 2002;
- письмо Департамента подготовки рабочих кадров и ДПО Министерства образования и науки Российской Федерации 18 марта 2014 г. № 06-281
- Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее - ФГОС для обучающихся с умственной отсталостью), утвержденного приказом Минобрнауки России 19 декабря 2014 г. № 1599.
- Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 260807.01 Повар, кондитер, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 798 от 02.08.2013 г.

Рецензенты: - внутренние - О.В. Савицкая, зам. директора по УПР ГБПОУ ПУ № 58.

СОДЕРЖАНИЕ

1	ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3	ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
4	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	8
5	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОБД.03 Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения программы

Настоящая программа учебной дисциплины является частью программы профессионального обучения и социально-профессиональной адаптации для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и направлена на освоение профессии 16675 Повар.

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

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, 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.

1.3. Рекомендуемое количество часов на освоение программы:

всего теоретического обучения – 39 часов,

в том числе:

лабораторно-практических работ – 10 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов	В том числе по курсам и семестрам			
		1 курс		2 курс	
		1 сем	2 сем	3 сем	4 сем
Максимальная учебная нагрузка (всего)					
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	39			17	22
в том числе:					
практические занятия	10			5	5
контрольные работы	3			1	2
Самостоятельная работа обучающегося (не входит в общее количество часов)	3			2	1
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета					ДЗ

3. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОБД.03 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	№ уч. занятия	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2		3	4
2 курс 1 семестр – 17 ч. (в т.ч. практических - 5 часов)				
Введение	1	Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности.	1	
Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	<i>Содержание учебного материала</i>		10	
	2	Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни – основа укрепления и сохранения личного здоровья. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой.	1	2
	3-4	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. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.	2	2
	5-6	Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании. Практическая работа № 1. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.	1	2
			1	
	7-8	Практическая работа № 2. Первая медицинская помощь при травмах и ранениях. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.	2	2
9-10	Практическая работа № 3. Первая медицинская помощь при остановке сердца	2	2	

	11	Контрольная работа № 1 по теме: Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	1	2
	Самостоятельная работа обучающихся. Подготовить сообщение на тему: «Здоровый образ жизни»		2	
Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	Содержание учебного материала		8	
	12	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1	2
	13-14	Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны	2	2
	15-16	Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.	2	2
	17	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ.	1	2
2 курс 2 семестр – 22 ч. (в т.ч. практических - 5 часов)				
Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	Содержание учебного материала		2	
	18	Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве	1	

		заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.		
	19	Контрольная работа № 2 по теме: Государственная система обеспечения безопасности населения	1	
		Самостоятельная работа обучающихся. Подготовить сообщение на тему: Мероприятия по защите населения.	1	
Тема 3. Основы обороны государства		Содержание учебного материала	10	
	20	История создания Вооруженных Сил России. Вооруженные Силы Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.	1	2
	21-22	Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-Воздушные Силы: история создания, предназначение, структура.	1	2
	23-24	Военно-Морской Флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура.	2	2
	25-26	Космические войска: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.	2	2
	27-28	Другие войска: пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС России. Их состав и предназначение. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности. Реформа Вооруженных Сил.	2	2
	29	Контрольная работа № 3 по теме: Основы обороны государства	1	2
		Самостоятельная работа обучающихся. Подготовить доклад об одном из родов войск.	1	

Тема 4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	Содержание учебного материала		10
	30	Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка.	1
	31-32	Практическая работа № 4. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и злоупотребления наркотическими веществами.	2
	33-34	Ранние половые связи и их последствия для здоровья. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.	2
	35-36	Практическая работа № 5. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.	2
	37-38	Правовые аспекты взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка». Практическая работа № 6. Беременность и гигиена беременности. Уход за младенцем.	1 1
	39	Дифференцированный зачет	1
	Всего:		39

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Безопасности жизнедеятельности и охраны труда», место для стрельбы, открытый стадион широкого профиля

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- стенд «На службе отечеству».
- стенд «Воинская обязанность граждан»
- стенд «Награды России»
- стенд «Новейшие средства защиты органов дыхания».
- стенд «Уголок гражданской обороны».
- стенд «Умей действовать при пожаре».
- стенд «Осторожно - терроризм!».
- стенд «Наша гражданская оборона».
- стенд «Правила постановки на воинский учет»
- стенд с плакатами «Гражданская оборона»
- Плакаты «Основы военной службы»
- противогазы ГП – 5и ГП-7.
- респираторы «Лепесток», «Кама», РУ - 60М
- костюмы химической защиты Л-1.

Технические средства обучения:

- проектор,
- компьютер,
- экран.

4.2. Информационное обеспечение обучения

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

Основные источники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 10 кл. Под ред. Воробьева Ю.Л. – М., 2005.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 11 кл. Под ред. Воробьева Ю.Л. – М., 2005.
3. Топоров И.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10—11 кл. – М., 2005.
4. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10—11 кл. – М., 2003.
5. 100 вопросов — 100 ответов о прохождении военной службы солдатами и сержантами по призыву и по контракту: Сборник. – М., 2006.
6. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 10 кл. общеобразоват. учреждений. / А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, В.А.Васнев; под ред. А.Т.Смирнова. — 8-е изд., перераб. – М., 2007.

7. Федеральные законы «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 61-ФЗ и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. – М., 1993—2007.

5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1 Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися самостоятельных работ.

Итоговая аттестация освоения обучающимися дисциплины «Основы правоведения» не предусмотрена.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p><i>В результате освоения дисциплины обучающийся должен</i></p> <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - безопасное поведение 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; <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; - действовать в чрезвычайных ситуациях; - использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; - оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим. 	<p><i>Оценка за:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - устный опрос; - активность на занятиях (экспертное суждение, дополнения к ответам сокурсников и т.п.); - решение ситуационных задач; - анализ ситуаций - выполнение практических заданий и тренингов; - качество выполнения самостоятельной работы; - освоенные умения в ходе выполнения практических работ; - Итоговая контрольная работа с использованием контрольных материалов в виде набора тестовых заданий