

государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
Самарской области  
«Новокуйбышевский гуманитарно-технологический колледж»

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ОП.09 Безопасность жизнедеятельности**

для специальности:

43.02.15 Поварское и кондитерское дело

профиль подготовки: естественнонаучный

на базе основного общего образования

ОДОБРЕНА  
Предметно-цикловой комиссией  
Председатель ПЦК  
Н.В. Баннова

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора  
О.С. Макарова

Рабочая программа учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности среднего профессионального образования 43.02.15 Поварское и кондитерское дело, рег. № 1565 от 09.12.2016

Разработчик:

ГАПОУ «НГТК»  
ГАПОУ «НГТК»  
(место работы)

преподаватель  
преподаватель  
(занимаемая должность)

В.Г.Букатова  
В.Б. Хренов  
(инициалы, фамилия)

Рецензенты:

ГАПОУ «НГТК»  
(место работы)

председатель ПЦК  
(занимаемая должность)

Н.В. Баннова  
(инициалы, фамилия)

ГАПОУ СО «ННХТ»  
(место работы)

Зам.директора по НМР  
(занимаемая должность)

О.Д. Щелкова  
(инициалы, фамилия)

Дата актуализации	Результаты актуализации	Подпись разработчика

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>12</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>14</b>

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## Безопасность жизнедеятельности

### 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена по специальности **43.02.15 Поварское и кондитерское дело**.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована другими образовательными учреждениями профессионального и дополнительного образования, реализующими данную образовательную программу.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** дисциплина реализуется в рамках профессионального цикла (основная часть) и относится к общепрофессиональным дисциплинам.

### 1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной 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 специальности;
- применять профессиональные знания в ходе выполнения 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;
- оказывать первую помощь пострадавшим

#### **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 специальностям СПО;
- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

**Выпускник, освоивший образовательную программу, должен обладать следующими общими компетенциями:**

- 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 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 рабочей программы учебной дисциплины:**

объём образовательной программы **68** часов, в том числе:

- объём работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем **68** часов;
- объём самостоятельной работы обучающегося **0** часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Объем образовательной программы</b>	<b>68</b>
<b>Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем</b>	<b>68</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	36
лабораторные работы	-
практические занятия	32
самостоятельная работа	0
Промежуточная аттестация ( <b>дифференцированный зачет</b> )	2

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины **Безопасность жизнедеятельности**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел I. Гражданская оборона</b>		<b>18</b>	
<b>Тема 1.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1 Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций <b>Самостоятельная работа</b>	<b>2</b>  <b>0</b>	1-2
<b>Тема 1.2. Организация гражданской обороны</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Ядерное, химическое и биологическое оружие. Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения. Приборы радиационной и химической разведки и контроля. Правила поведения и действия людей в зонах радиоактивного, химического заражения и в очаге биологического поражения <b>Практическое занятие 1, 2, 3</b> 1. Разработка плана действий и защита от воздействия сильнодействующих ядовитых веществ. 2. Разработка плана действий и защита от воздействия радиоактивных веществ. 3. Порядок использования индивидуальных и коллективных средств безопасности. Отработка нормативов по надеванию противогаза и ОЗК <b>Самостоятельная работа</b>	<b>8</b>  <b>6</b>  <b>0</b>	1-2
<b>Тема 1.3. Защита населения и территорий при стихийных бедствиях, при авариях (катастрофах) на транспорте, производственных объектах</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Защита населения и территорий при стихийных бедствиях. Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на транспорте, производственных объектах <b>Практическое занятие 4</b> 1. Порядок проверки исправности, сроков испытаний, использования первичных средств пожаротушения. Практическая отработка эвакуации людей при пожаре <b>Самостоятельная работа</b>	<b>4</b>  <b>2</b>  <b>0</b>	1-2
<b>Тема 1.4. Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке, при неблагоприятной социальной обстановке</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 1. Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке, при эпидемии. Обеспечение безопасности при нахождении на территории ведения боевых действий и при неблагоприятной социальной обстановке <b>Практическое занятие 5</b> 1. Разработка плана действий при обнаружении заложенного взрывного устройства. Разработка плана действий и поведение, будучи заложником <b>Самостоятельная работа</b>	<b>4</b>  <b>2</b>  <b>0</b>	1-2

<b>Зачет по разделу: Гражданская оборона</b>		<b>2</b>		
<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (для девушек)</b>		<b>46</b>		
<b>Тема 2.1. Основы медицинских знаний. Здоровый образ жизни и его составляющие</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>46</b>	
	1	Общие понятия о здоровье. Репродуктивное здоровье и социально- демографические процессы в России	1-2	
	2	Социальная роль женщины в современном обществе. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Правила личной гигиены	1-2	
	3	Режим дня и отдыха. Стресс и его воздействие на человека. Двигательная активность. Влияние двигательной активности на здоровье. Закаливание и его влияние на здоровье	2-3	
	4	Вредные привычки и их влияние на здоровье. Табакокурение. Алкоголизм. Наркомания и токсикомания. Их опасность, меры профилактики	1-2	
	5	Понятие об аллергии и аллергенах. Первая помощь при аллергии на укусы насекомых, воздействие химических веществ.	2-3	
	6	Понятие об инфекции. Классификация и пути передачи инфекции. Заразные заболевания кожи. Туберкулез, причины, профилактика	2-3	
	7	Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП). Ранние половые связи и их последствия для здоровья	2-3	
	8	Первая помощь при механических, термических воздействиях на организм человека	2-3	
	9	Первая помощь при химических и биологических воздействиях на организм человека	2-3	
	10	Составные компоненты продовольственного питания. Витамины и минеральные вещества. Биологическая ценность отдельных продуктов питания.	2-3	
	11	Загрязнители пищевых продуктов. Пищевые добавки. Пищевые отравления.	2-3	
	12	Основы лекарственной терапии	2-3	
	<b>Практическое занятие 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16</b>		<b>22</b>	
	1.	Разработка правил личной гигиены и здоровья девушки		
	2.	Рациональный рабочий режим дня и отдыха. Разработка рекомендаций по соблюдению рационального режима труда и отдыха		
	3.	Разработка мероприятий по оказанию первой помощи при аллергии и аллергической реакции на отравляющие вещества, укусы насекомых		
	4.	Разработка мероприятий по оказанию первой помощи при инфекционных заболеваниях и их профилактика		
	5.	Разработка мероприятий по оказанию первой помощи при заболеваниях, передаваемых половым путем, их профилактика		
6.	Разработка рекомендаций по здоровому образу жизни и профилактике вредных привычек			
7.	Разработка мероприятий по оказанию первой помощи при переломах, ушибах, растяжении связок, кровотечениях			



	8.	Разработка мероприятий по оказанию первой помощи при синдроме длительного сдавливания		
	9.	Разработка мероприятий по оказанию первой помощи при ожогах, тепловом и солнечном ударах.		
	10	Разработка мероприятий по оказанию первой помощи при обморожении и утоплении		
	11	Разработка рекомендаций по основам рационального питания современного человека		
	<b>Самостоятельная работа</b>		<b>0</b>	
<b>Раздел 2. Основы воинской службы (для юношей)</b>			<b>46</b>	
<b>Тема 2.1. Организация и порядок призыва граждан на военную службу, и поступление на нее в добровольном порядке</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>24</b>	
	1.	Основные понятия о воинской обязанности		1-2
	2.	Организация воинского учета и его предназначение		1-2
	3.	Обязательная подготовка граждан к военной службе		1-2
	4.	Добровольная подготовка граждан к военной службе		1-2
	5.	Прохождение военной службы по призыву и по контракту	1-2	
	<b>Практическое занятие 6, 7, 8, 9, 10,11</b>		<b>10</b>	
	1.	Составление перечня условий прохождения гражданами военной службы по призыву и по контракту		
	2.	Изучение Конституции РФ как основного закона РФ в области обороны государства		
	3.	Изучение ФЗ. Об обороне 1996г. Работа с нормативным правовым актом ФЗ “Об обороне ”		
	4.	Решение ситуационных задач по ФЗ “Об обороне”		
	5.	Изучение ФЗ “О воинской обязанности и воинской службе”. Работа с нормативным правовым актом ФЗ “О воинской обязанности и воинской службе”		
	6.	Решение ситуационных задач по ФЗ “О воинской обязанности и военной службе”		
	<b>Зачет по теме: Организация и порядок призыва граждан на военную службу, и поступление на нее в добровольном порядке</b>		<b>2</b>	
<b>Самостоятельная работа</b>		<b>0</b>		
<b>Тема 2.2. Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении воинских подразделений</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>18</b>	
	1.	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил Российской Федерации		1-2
	2.	Роль и место Вооруженных Сил Российской Федерации в системе обеспечения национальной безопасности		1-2
	3.	Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации		1-2
	4.	Состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации		1-2
	5.	Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск	1-2	
	<b>Практическое занятие 12,13,14</b>		<b>6</b>	
	1.	Составление таблицы видов и родов Вооруженных Сил Российской Федерации		
	2.	Составление таблицы военной техники, применяемой в различных видах и родах войск Вооруженных Сил Российской Федерации		
	3.	Анализ развития военной техники в контексте реформы Вооруженных Сил Российской Федерации		

	<b>Зачет по теме:</b> Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении воинских подразделений	<b>2</b>	
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>0</b>	
<b>Тема 2.3. Применение полученных профессиональных учений и исполнений обязанностей военной службы</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>4</b>	
	<b>Практическое занятие 15, 16</b>	<b>4</b>	
	1. Составление перечня военных учетных специальностей, родственных специальности СПО		
	2. Разбор ситуаций бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы		
	<b>Самостоятельная работа</b>	<b>0</b>	
<b>Дифференцированный зачет</b>		<b>2</b>	
<b>Всего:</b>		<b>68</b>	

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

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

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета

Безопасности жизнедеятельности

Оборудование учебного кабинета:

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

Технические средства обучения:

- компьютером с лицензионным программным обеспечением,
- экран и мультимедиапроектор.

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

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

**Печатные издания**

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник для СПО / отв. ред. Я. Д. Вишняков. – 5 изд., пер. и доп. – Москва : Юрайт, 2016.

2. Безопасность жизнедеятельности : практикум : учебное пособие для СПО / отв. ред. Я. Д. Вишняков. – 5 изд., пер. и доп. – Москва : Юрайт, 2016.

3. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для СПО / отв. ред. В. П. Соломин. – Москва : Юрайт, 2017.

4. Белов С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность). В 2 ч. Ч. 1. : учебник для СПО / С. В. Белов. – 5 изд., пер. и доп. – Москва : Юрайт, 2017

5. Белов С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность). В 2 ч. Ч. 2. : учебник для СПО / С. В. Белов. – 5 изд., пер. и доп. – Москва : Юрайт, 2017.

6. Беляков, Г. И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях : учебник для СПО / Г. И. Беляков. – 3 изд., пер. и доп. – Москва : Юрайт, 2017.

7. Графкина, М. В. Безопасность жизнедеятельности : учебник / М. В. Графкина, Б. Н. Нюнин, В. А. Михайлов. – Москва : Форум, НИЦ ИНФРА-М, 2013.

8. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для СПО / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. – 2 изд., пер. и доп. – Москва : Юрайт, 2017.

9. Косолапова, Н. В. Безопасность жизнедеятельности / Н. В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Е.Л. Побежимова . – Москва : ИЦ «Академия», 2015.

10. Суворова, Г. М. Методика обучения безопасности жизнедеятельности : учебное пособие для СПО / Г. М. Суворова, В. Д. Горичева. – 2 изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2017.

### **Электронные издания (ресурсы)**

- 11.База данных информационной системы «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» <http://window.edu.ru/>
- 12.Официальный сайт МЧС РФ [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.mchs.gov.ru>.
- 13.Университетская информационная система «РОССИЯ» <http://uisrussia.msu.ru/>
- 14.Федеральная государственная информационная система «Национальная электронная библиотека» <http://нэб.рф/>
- 15.Энциклопедия безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]. — URL: <http://bzhde.ru>.

### **Дополнительные источники (печатные издания)**

- 16.Журналы: «Основы безопасности жизнедеятельности», «Военные знания».
- Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.
- 17.Постановление Правительства РФ от 30.12.2003г. № 794 (ред. от 16.07.09) «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций»
- 18.Постановление Правительства РФ от 11.11,2006г. № 663 «Об утверждении положения о призыве на военную службу граждан Российской Федерации»
- 19.Постановление Правительства РФ от 31.12.1999г. № 1441 (ред. 15.06.09) «Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе»
- 20.Справочная правовая система «Консультант плюс», «Гарант»
- 21.Федеральный закон от 21.12.1994г. № 68-ФЗ (ред. от 25.11.09) «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»
- 22.Федеральный закон от 10.01.2002г. № 7-ФЗ (ред. от 14.03.09) «Об охране окружающей среды»
- 23.Федеральный закон от 22.07.2008г. № 123-ФЗ «Технический регламент о требованиях пожарной безопасности»
- 24.Федеральный закон от 28.03.1998г. № 53-ФЗ (ред. 21.12.09) «О воинской обязанности и воинской службе»

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

**Контроль и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, контрольных и самостоятельных работ, а также выполнения обучающимися докладов, рефератов, рекомендаций, памяток и презентаций.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<b>Умения</b>	
организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций	практическое задание; защита индивидуальных заданий; зачет;
предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту	практическое задание; защита индивидуальных заданий; зачет;
использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения	практическое задание; защита индивидуальных заданий; зачет;
применять первичные средства пожаротушения	практическое задание; защита индивидуальных заданий; зачет;
ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности	практическое задание; защита индивидуальных заданий;
применять профессиональные знания в ходе выполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью	практическое задание; защита индивидуальных заданий;
владеть способами бесконфликтного общения в повседневной деятельности	практическое задание; защита индивидуальных заданий; зачет;
оказывать первую помощь пострадавшим	практическое задание; защита индивидуальных заданий; зачет;

<b>Знания</b>	
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	практическое задание; защита индивидуальных заданий; зачет;
основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности быту, принципы снижения вероятности их реализации	практическое задание; защита индивидуальных заданий; зачет; контрольная работа;
основы военной службы и обороны государства	практическое задание; защита индивидуальных заданий; контрольная работа;
задачи и основные мероприятия гражданской обороны	защита индивидуальных заданий; зачет;
способы защиты населения от оружия массового поражения	практическое задание; защита индивидуальных заданий; зачет;
меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах	практическое задание; защита индивидуальных заданий; зачет;
организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке	практическое задание; защита индивидуальных заданий; контрольная работа;
основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО	практическое задание; защита индивидуальных заданий;
область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы	практическое задание; защита индивидуальных заданий;

порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим	практическое задание; защита индивидуальных заданий; зачет;
---	---