

**Министерство образования Красноярского края**  
**КГБПОУ «Уярский сельскохозяйственный техникум»**

РАССМОТРЕНА

на заседании ЦК  
социально-экономических и  
естественных наук  
Председатель ЦК

 / Горюнова Т.В. /  
Подпись Ф.И.О.

Протокол № 2  
от « 02 » 10 2020 .г.

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора  
по научно-методической работе

 / Кириченко Г.П. /  
Подпись Ф.И.О.  
от « 05 » 10 2020 .г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП.08 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
обще профессионального цикла  
программа подготовки специалистов среднего звена по профессии:

43.01.09 Повар, кондитер.

г.Уяр

2020

Рабочая программа учебной дисциплины ОП .13 «Безопасность жизнедеятельности» разработана в соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта (далее –ФГОС) федерального государственного стандарта среднего профессионального образования (далее – СПО) по профессии 43.01.09 Повар, кондитер.

ОРГАНИЗАЦИЯ - РАЗРАБОТЧИК: КГБПОУ «Уярский сельскохозяйственный техникум»

РАЗРАБОТЧИК: О.Н. Никонов преподаватель-организатор ОБЖ  
КГБПОУ «Уярский сельскохозяйственный техникум»

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	3
1.1. Область применения программы учебной дисциплины	3
1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы	3
1.3. Цели и задачи дисциплины - планируемые результаты освоения учебной дисциплины	10
1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины	11
2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	12
2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы	12
2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины	13
2.3. Содержание профильной составляющей	26
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	27
3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению	27
3.2. Информационное обеспечение	
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	
ПРИЛОЖЕНИЕ 1. ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АКТИВНЫХ И ИНТЕРАКТИВНЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ	
ПРИЛОЖЕНИЕ 2. Контрольные вопросы для оценки качества освоения учебной дисциплины.	
ПРИЛОЖЕНИЕ 3. Темы рефератов и индивидуальных проектов.	

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП .08 «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ».

## 1.1. Область применения программы учебной дисциплины

Программа учебной дисциплины ОП .13 «Безопасность жизнедеятельности» является частью общепрофессионального цикла основной профессиональной образовательной программы СПО - программы подготовки рабочих, служащих по профессии Повар, кондитер, профессионального образования.

## 1.2. Место учебной дисциплины в структуре ППССЗ

Учебная дисциплина ОП13 «Безопасность жизнедеятельности» является дисциплиной общепрофессионального учебного цикла.

## 1.3. Цели и задачи дисциплины-планируемые результаты освоения учебной дисциплины

Освоение содержания учебной дисциплины ОП08 «Безопасность жизнедеятельности» обеспечивает достижение студентами следующих *результатов*:

### **личностных:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

В результате изучения учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» 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;
- оказывать первую помощь пострадавшим.

В результате изучения учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» 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;
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

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

Максимальной учебной нагрузки обучающегося 38 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка 36 часа,
- самостоятельная работа обучающегося 2 часов

## **2.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ И ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	38
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	36
<b>Самостоятельная работа</b>	2

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

№ занятия	Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные, практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект (если предусмотрены))	Объем часов	Дидактический материал и технические средства	Домашнее задание	Уровень усвоения
1	2	3	4	5	6	7
<b>71/6/4</b>						
<b>Раздел 1. ВВЕДЕНИЕ В ДИСЦИПЛИНУ «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»</b>					Учебник. Безопасность жизнедеятельности Н.В.Косолапов, Н.А.Прокопенко, Е.Л.Побежимова..	3
<b>1</b>	<b>Тема 1.1. Цели и задачи, основные понятия дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	Видео фильм по теме ,плакаты, тренажёр.	Учебник Н.В.Косолапов Стр 6-14	
		Основные понятия и их определения, задачи и предмет изучения безопасности жизнедеятельности (БЖД).				
		Понятие риска. Виды риска. Опасность и риск – ключевые понятия учения о БЖД. Концепция приемлемого риска как теоретическая основа учения				
<b>2</b>		Проблемы оптимального управления безопасностью системы «человек – окружающая среда».	<b>2</b>	Видео фильм по теме ,плакаты, тренажёр.		
<b>3</b>		Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни, в природной среде, на дорогах.	<b>2</b>	Видео фильм по теме ,плакаты, тренажёр.		

**Раздел 2.  
ЧЕЛОВЕК И СРЕДА ОБИТАНИЯ**

4	<b>Тема 2.1. Физиология труда и комфортных условий жизнедеятельности</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		Видео фильм по теме ,плакаты, тренажёр.	Учебник Н.В.Косолапов Стр 24-33
		Классификация основных форм деятельности человека. Физический и умственный труд. Тяжесть и напряженность труда. Статистические и динамические усилия. Методы оценки тяжести труда. Аксиома о взаимосвязи показателей комфортности с видами деятельности человека.	2		
5		Гигиеническое нормирование параметров микроклимата производственных и непромышленных помещений. Влияние отклонений параметров от нормативных значений на производительность труда, состояние здоровья и профессиональные заболевания.	2	Видео фильм по теме ,плакаты, тренажёр.	Учебник Н.В.Косолапов Стр 33-37
6		Рациональная организация рабочего места, требования к производственным помещениям.			
		Режимы труда и отдыха, пути снижения утомления и монотонности труда.	2	Видео фильм по теме ,плакаты, тренажёр.	Учебник Н.В.Косолапов Стр37-43
		Основные санитарные требования к производственным помещениям, зданиям и сооружениям.			
	<b>Тема 2.2. Обеспечение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		Видео фильм по теме ,плакаты, тренажёр.	Учебник Н.В.Косолапов Стр 43-49
		Система обеспечения параметров			2

7	<b>комфортных (нормальных) условий жизнедеятельности</b>	<p>микроклимата и состава воздуха: отопление, вентиляция, кондиционирование, их устройство и требования к ним. Контроль параметров микроклимата.</p> <p>Освещение. Основные светотехнические характеристики. Системы и виды производственного освещения. Источники света и светотехнические приборы. Нормирование производственного освещения. Заболевания и травматизм при несоблюдении требований к освещению. Контроль освещения.</p>	2			
8		<b>Тема 2.3. Негативные факторы в системе «человек – среда обитания»</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p> <p>Источники и уровни различных видов опасностей естественного, антропогенного и техногенного происхождения. Отходы и неконтролируемый выход энергии, как основные причины негативного воздействия на человека и среду обитания.</p> <p>Понятие негативного фактора. Классификация негативных факторов. Вероятность (риск) и уровни воздействия негативных факторов.</p>	2	<p>Видео фильм по теме ,плакаты, тренажер.</p>	<p>Учебник Н.В.Косолапов Стр 57-59</p>
9	<p>Виды, источники и уровни негативных факторов производственной среды. Источники и уровни негативных факторов бытовой среды. Взаимосвязь состояния бытовой среды с комплексом негативных факторов производственной и городской среды.</p>		2	<p>Видео фильм по теме ,плакаты, тренажер.</p>		
		<p>Самостоятельная работа обучающихся:</p>	2			

		Работа с учебником и ресурсами Интернет. Реферат.				
	<b>Тема 2.4. Воздействие негативных факторов на человека и среду обитания</b>	<b>Содержание учебного материала</b>			Учебник Н.В.Косолапов Стр77-93	2
10		Структурно – функциональные системы восприятия и компенсации организмом человека изменений факторов среды обитания. Допустимое воздействие вредных факторов на человека и среду обитания.	2	Видео фильм по теме ,плакаты, тренажор.		
11		Вредные вещества. Классификация, агрегатное состояние, пути поступления в организм человека, распределение и превращение вредного вещества, действие вредных веществ и чувствительность к ним. Нормирование содержания вредных веществ. Негативное воздействие вредных веществ на среду обитания.Механические колебания.	2	Видео фильм по теме ,плакаты, тренажор.		
12		Постоянный и непостоянный шум, действие шума на организм человека. Ультразвук, контактное и акустическое действие ультразвука.Электромагнитные поля. Ионизирующие излучения. Виды и источники ионизирующего излучения.	2	Видео фильм по теме ,плакаты, тренажор.		
13		Биологическое действие ионизирующих излучений на человека и среду обитания. Понятие радиочувствительности. Острое и хроническое лучевое поражение. Острая и хроническая лучевая болезнь. Биологическое обоснование предельно допустимой дозы облучения. Радиационная гигиена населения.Электрический ток. Воздействие электрического тока на организм человека.	2	Видео фильм по теме ,плакаты, тренажор.		

<b>Раздел 3. БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ</b>						2
14	<b>Тема 3.1. Чрезвычайные ситуации мирного времени</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b> Понятие и общая классификация чрезвычайных ситуаций. Чрезвычайные ситуации природного происхождения. Чрезвычайные ситуации техногенного происхождения. Чрезвычайные ситуации социального происхождения. Защита и жизнеобеспечение населения в условиях чрезвычайной ситуации.</p>	2	Видео фильм по теме ,плакаты, тренажер.	Учебник Н.В.Косолапов Стр 96-135	
15	<b>Тема 3.2. Чрезвычайные ситуации военного времени и террористических актов</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b> Характеристика ядерного оружия и действия населения в очаге ядерного поражения. Особенности химического оружия. Действия населения в очаге химического поражения. Биологическое оружие. Действия населения в очаге биологического поражения</p>	2	Видео фильм по теме ,плакаты, тренажер.	Учебник Н.В.Косолапов Стр 140-150	2
16		<p>Защита населения при радиоактивном и химическом заражении местности. Назначение и задачи гражданской обороны.</p>	2	Видео фильм по теме ,плакаты, тренажер		
17	<b>Тема 3.3. Устойчивость производств в условиях чрезвычайных ситуаций</b>	<p><b>Содержание учебного материала</b> 1. Понятие устойчивости работы объектов экономики. Факторы, определяющие устойчивость работы объектов. Пути и способы повышения устойчивости работы объектов.</p>	2	Видео фильм по теме ,плакаты, тренажер.	Учебник Н.В.Косолапов Стр 24-38	2
18		<b>Дифференцированный зачет</b>	2			
<b>Всего</b>			<b>36</b>			

**2.3. Содержание профильной составляющей**  
для программ подготовки специалистов по профессии:  
повар, кондитер.

являются следующие дидактические единицы:

Наименование разделов и тем	Количество часов
Раздел 1. Устойчивость работы объектов экономики.	2
Раздел 2 Сведения об опасностях. Последствия опасностей в профессиональной деятельности и в быту	4
Раздел 4. Способы защиты от оружия массового поражения	2
<b>ИТОГО</b>	<b>8</b>

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ « БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

#### **3.1. ТРЕБОВАНИЯ К МИНИМАЛЬНОМУ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ**

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета основ безопасности жизнедеятельности.

##### **Оборудование учебного кабинета:**

- посадочные места по количеству обучающихся;

- рабочее место преподавателя;
- комплекты плакатов: «Безопасность жизнедеятельности», «Охрана труда», «Медико-санитарная подготовка», «Гражданская оборона»;
- комплект табельных и подручных средств для оказания первой доврачебной медицинской помощи;
- комплект средств индивидуальной защиты (противогазы, респираторы, противодымные маски);
- комплект первичных средств пожаротушения;
- комплект бланков документации;
- комплект дидактического материала (карточки-задания, тесты, раздаточный материал для выполнения практических и контрольных работ);
- комплект мультимедийных презентаций, медиатека.

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

Информационное обеспечение обучения содержит перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

#### **РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА**

1. Косолапова, Н.В., Прокопенко, Н.А. «Безопасность жизнедеятельности» Учебник. – М.: Академия, 2017.

#### **Дополнительные источники**

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., 2007.

1. Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10 кл. - М.: Академия, 2003.
2. Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: тестовый контроль знаний старшеклассников: 10 - 11 кл. /А.Т. Смирнов, М.В. Маслов; под ред. А.Т. Смирнова. - М.: Академия, 2002.
3. Большой энциклопедический словарь. - М.,2017

## Интернет-ресурсы

1. Коллекция материалов о бронетанковой технике: справочник, описание, история, библиотека. Новости проекта. Тематический форум. Режим доступа: <http://armor.kiev.ua/>;
2. Материалы, посвящённые воздушно-десантным войскам и войскам специального назначения ГРУ СССР. Информация о событиях истории десантных войск, сведения об их вооружении и боевой технике. Сборник статей по тематике, справочники и каталоги. Тематический форум. Режим доступа: <http://www.desantura.ru/>
3. Материалы для учебной работы по безопасности дорожного движения: методические разработки для педагогов-предметников, классных руководителей, руководителей учебных заведений, наглядные пособия, статьи по тематике. Материалы для родителей. Галерея творческих детских работ. Обзор конкурсов по БДД. Архив материалов с 2002 г.

## 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Текущий контроль проводится в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля
<p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Определение источников негативных факторов, воздействующих на человека в быту и в процессе трудовой деятельности</li><li>✓ Использование нормативных документов по безопасности (ПДК, ПДС, ПДУ) для создания нормальных условий жизнедеятельности</li><li>✓ Пользование средствами индивидуальной и коллективной защиты</li></ul>	<p>Практическая работа</p> <p>Лабораторная работа</p> <p>Умения и навыки демонстрируются при выполнении практических работ, при использовании СИЗ (респиратор, противогаз), при обращении с первичными средствами пожаротушения (огнетушитель, пожарный гидрант), при отработке приемов сердечно-легочной реанимации, наложении бинтовых повязок,</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Применение первичных средств пожаротушения</li> <li>✓ Предупреждение возможности проведения террористических актов</li> <li>✓ Использование средств защиты от поражающих факторов военного времени</li> <li>✓ Оказание первой помощи пострадавшим при несчастных случаях</li> </ul>	<p>наложении шин.</p>
<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Основные понятия и определения в области безопасности жизнедеятельности</li> <li>✓ Факторы окружающей среды обитания, влияющие на работоспособность и здоровье человека</li> <li>✓ Источники и негативные факторы бытовой и производственной среды обитания, влияющие на работоспособность и здоровье человека</li> <li>✓ Критерии комфортности и системы обеспечения комфортности</li> <li>✓ Требования к системам освещения</li> <li>✓ Классификацию вредных веществ окружающей среды и их воздействие на организм человека</li> <li>✓ Способы защиты человека от опасных и вредных факторов среды обитания</li> <li>✓ Воздействие на человека электрического тока и защита от его поражения</li> <li>✓ Причины пожаров и их классификация</li> <li>✓ Поражающие факторы пожаров, особенности процесса горения твердых и жидких веществ</li> <li>✓ Организационные и технические мероприятия по предотвращению пожаров</li> <li>✓ Термины, определения и признаки чрезвычайных ситуаций</li> </ul>	<p>Тестирование Контрольная работа Устный опрос Проектные задания Рефераты</p>

- |   |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>✓ Организационная структура, задачи единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций</li><li>✓ Роль и место ГО в российской системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций</li><li>✓ Особенности и поражающие факторы чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характеров</li><li>✓ Особенности и поражающие факторы военных действий, террористических актов</li><li>✓ Факторы, определяющие устойчивость производства, способы повышения устойчивости функционирования объектов экономики при чрезвычайных ситуациях</li></ul> |  |
|---|--|

