

Министерство образования, науки и молодежи Республики Крым  
Судакский филиал Государственного бюджетного профессионального  
образовательного учреждения Республики Крым  
«РОМАНОВСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИНДУСТРИИ ГОСТЕПРИИМСТВА»

---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
профессия 43.01.09 «Повар, кондитер»



г. Судак, 2022

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины ОУД.07 «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе требований:

- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413);

- Примерной программы общеобразовательной дисциплины ОУД.07 «Основы безопасности жизнедеятельности», одобренной научно-методическим советом Центра профессионального образования ФГАУ «ФИРО» и рекомендованной для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (Протокол № 3 от 21 июля 2015 г.);

Рабочая программа общеобразовательной учебной дисциплины разработана для социально-экономического профиля входящей в профессию 43.01.09 Повар, кондитер, укрупненную группу направлений профессий 43.00.00 Сервис и туризм

Организация — разработчик: Судакский филиал Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения Республики Крым «Романовский колледж индустрии гостеприимства»

Разработчик: Зекина О.В. – преподаватель высшей категории Судакского филиала ГБПОУ РК «РКИГ»

РАССМОТРЕНО и одобрено на заседании методической комиссии общеобразовательной подготовки

Протокол № \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2022г.

Председатель МК

\_\_\_\_\_ Е.А.Филонидова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующим Судакского филиала ГБПОУ РК «РКИГ»

\_\_\_\_\_ С.С. Колыхалин

**СОДЕРЖАНИЕ**

	Стр.
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4
1 ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	9
3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16
4 КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	18

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа учебной дисциплины ОУд.07 «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для изучения данной дисциплины в образовательной организации среднего профессионального образования Судакский филиал ГБПОУ РК «Романовский колледж индустрии гостеприимства» в пределах освоения образовательной программы среднего профессионального образования на базе основного общего образования по программе подготовки квалифицированных рабочих и служащих

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 учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии среднего профессионального образования.

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» изучает риски производственной, природной, социальной, бытовой, городской и других сред обитания человека, как в условиях повседневной жизни, так и при возникновении чрезвычайных ситуаций техногенного, природного и социального характера. Данная дисциплина является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности.

Изучение дисциплины завершается подведением итогов в форме дифференцированного зачета в рамках промежуточной аттестации обучающихся в процессе освоения ОПОП СПО с получением среднего общего образования (ППКРС).

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

## 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы (далее ОПОП) подготовки квалифицированных рабочих и служащих в соответствии с ФГОС по профессии СПО 43.01.09 Повар, кондитер входящей в укрупненную группу 43.00.00 Сервис и туризм.

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре ОПОП:** учебная дисциплина является базовой и входит в группу общеобразовательных дисциплин среднего общего образования

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

Содержание программы дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на достижение следующих **целей**:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

Освоение содержания учебной дисциплины обеспечивает достижение обучающимися следующих **личностных** результатов реализации программы воспитания:

ЛР 1. Осознающий себя гражданином и защитником великой страны.

ЛР 2. Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций.

ЛР 3. Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.

ЛР 4. Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионально конструктивного «цифрового следа».

ЛР 5. Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России.

ЛР 6. Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.

ЛР 7. Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.

ЛР 8. Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства.

ЛР 9. Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

ЛР 10. Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.

ЛР 11. Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры.

ЛР.12 Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.

**Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности:**

ЛР 13. Способный в цифровой среде использовать различные цифровые средства, позволяющие во взаимодействии с другими людьми достигать поставленных целей; стремящийся к формированию в сетевой среде личностно и профессионального конструктивного «цифрового следа»

ЛР 14. Способный ставить перед собой цели под возникающие жизненные задачи, подбирать способы решения и средства развития, в том числе с использованием цифровых средств; содействующий поддержанию престижа своей профессии и образовательной организации

**метапредметных:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности;
- анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;
- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации– в

области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- развитие умения применять полученные теоретические знания на практике;
- принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;
- приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных – с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

#### **предметных:**

- сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;
- получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
- сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- освоение знания распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;
- развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные

информационные источники;

- развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
- освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

#### **1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося – 78 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 78 часа;



## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>78</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>78</b>
в том числе:	
теоретическое обучение	22
лабораторные работы	-
практические занятия	52
контрольные работы	2
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего) (если предусмотрено)</b>	<b>-</b>
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	<b>2</b>

## 2.2. Тематический план и содержание ОУД.07 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся		Объем часов	Домашнее задание	Уровень освоения
1	2		3	4	5
Введение	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>		
	1	Основные цели и задачи учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ)	1	О.4 с.5-13	1
Раздел 1	<b>Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>		<b>23</b>		
Тема 1.1 Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>23</b>		
	2	Автономное пребывание человека в природной среде	1	О.1 с.6-9	1
	3	Практическое занятие №1 Подготовка к автономному существованию в природной среде	1	М.У. к пр.з.№1	2
	4	Практическое занятие №1 Подготовка к автономному существованию в природной среде	1	М.У. к пр.з.№1	2
	5	Практическое занятие №2 Разведение костра и обустройство кострового места	1	М.У. к пр.з.№2	2
	6	Практическое занятие №2 Разведение костра и обустройство кострового места	1	М.У. к пр.з.№2	2
	7	Обеспечение личной безопасности на дорогах	1	О.1 с.16-21	1
	8	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях	1	О.1 с.22-25	1
	9	Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера	1	О.1 с.26-31	1
	10	Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера	1	О.1 с.38-41	1
	11	Общие понятия о здоровье	1	О.1 с.138-139	1
	12	Первая медицинская помощь	1	О.2 с.86-90	1
	13	Практическое занятие №3 Порядок и правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим. Первая помощь при переломах	1	М.У. к пр.з.№3	2
	14	Практическое занятие №3 Порядок и правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим. Первая помощь при переломах	1	М.У. к пр.з.№3	2

	15	Практическое занятие №4 Порядок и правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим. Первая помощь при ранениях	1	М.У. к пр.з.№4	2
	16	Практическое занятие №4 Порядок и правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим. Первая помощь при ранениях	1	М.У. к пр.з.№4	2
	17	Практическое занятие №5 Порядок и правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим. Первая помощь при наружных кровотечениях	1	М.У. к пр. з.№5	2
	18	Практическое занятие №5 Порядок и правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим. Первая помощь при наружных кровотечениях	1	М.У. к пр. з.№5	2
	19	Практическое занятие №6 Порядок и правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим. Правила наложения давящей повязки и жгута	1	М.У. к пр. з.№6	2
	20	Практическое занятие №6 Порядок и правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим. Правила наложения давящей повязки и жгута	1	М.У. к пр. з.№6	2
	21	Практическое занятие №7 Порядок и правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим. Первая помощь при ожогах	1	М.У. к пр. з.№7	2
	22	Практическое занятие №7 Порядок и правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим. Первая помощь при ожогах	1	М.У. к пр. з.№7	2
	23	Практическое занятие №8 Порядок и правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим. Первая помощь пострадавшему от электрической травмы	1	М.У. к пр. з.№8	2
	24	Практическое занятие №8 Порядок и правила оказания первой медицинской помощи пострадавшим. Первая помощь пострадавшему от электрической травмы	1	М.У. к пр. з.№8	2
<b>Раздел 2</b>	<b>Пожарная безопасность во всех сферах человеческой деятельности</b>		<b>8</b>		
<b>Тема 2.1</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>8</b>		
<b>Пожарная</b>	25	Причины пожаров в профессиональной деятельности и в быту. Меры пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре	1	О.2 с.6-10	1
	26	Первичные средства пожаротушения	1	О.2 с.	1

<b>безопасность во всех сферах человеческой деятельности</b>	27	Практическое занятие № 9 Общие правила пожаротушения	1	М.У. к пр.з.№9	2
	28	Практическое занятие № 9 Общие правила пожаротушения	1	М.У. к пр.з.№9	2
	29	Практическое занятие №10 Изучение устройства и принципа действия первичных средств пожаротушения (воздушно-пенные, химические пенные огнетушители)	1	М.У. к пр.з.№10	2
	30	Практическое занятие №10 Изучение устройства и принципа действия первичных средств пожаротушения (воздушно-пенные, химические пенные огнетушители)	1	М.У. к пр.з.№10	2
	31	Практическое занятие №11 Изучение устройства и принципа действия первичных средств пожаротушения (углекислотные, порошковые огнетушители)	1	М.У. к пр.з.№11	2
	32	Практическое занятие №11 Изучение устройства и принципа действия первичных средств пожаротушения (углекислотные, порошковые огнетушители)	1	М.У. к пр.з.№11	2
	33	<b>Контрольная работа</b>	<b>1</b>		
	34	<b>Контрольная работа</b>	<b>1</b>		
<b>Раздел 3</b>	<b>Государственная система обеспечения безопасности населения.</b>		<b>7</b>		
<b>Тема 3.1</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>1</b>		
<b>Военные угрозы национальной безопасности России</b>	35	Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона	1	О.1 с.48-51	1
<b>Тема 3.2</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>6</b>		
<b>Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</b>	36	Единая государственная система предупреждения ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи	1	О.1 с.60-62	1
	37	Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность	1	О.1 с.64-80	1
	38	Экстремизм и экстремистская деятельность	1	О.1 с.76-82	1
	39	Основные принципы и направления противодействия террористической деятельности и экстремистской деятельности	1	О.1 с.82-87	1
	40	Профилактика террористической деятельности. Уголовная ответственность за	1	О.1 с.107	1

		террористическую деятельность			
	41	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта. О порядке приёма сообщений, содержащих угрозы террористического характера, по телефону	1	О.1 с.120-125	1
<b>Раздел 4</b>	<b>Обеспечение военной безопасности государства</b>		<b>7</b>		
<b>Тема 4</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>7</b>		
<b>Обеспечение военной безопасности государства</b>	42	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Основные виды оружия и их поражающие факторы. Виды оружия на новых физических принципах. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС	1	О.1 с.160-187	1
	43	Практическое занятие № 12 Изучение способов бесконфликтного общения	1	М.У. к пр.з. №12	2
	44	Практическое занятие № 12 Изучение способов бесконфликтного общения	1	М.У. к пр.з. №12	2
	45	Практическое занятие № 13 Использование средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения	1	М.У. к пр.з. №13	2
	46	Практическое занятие № 13 Использование средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения	1	М.У. к пр.з. №13	2
	47	Практическое занятие № 14 Использование средств коллективной защиты от оружия массового поражения	1	М.У. к пр.з. №14	2
	48	Практическое занятие № 14 Использование средств коллективной защиты от оружия массового поражения	1	М.У. к пр.з. №14	2
<b>Раздел 5</b>	<b>Основы здорового образа жизни</b>		<b>28</b>		
<b>Тема 5</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>28</b>		
<b>Основы здорового образа жизни</b>	49	Здоровый образ жизни молодёжи	1	О.4 с.16-29	1
	50	Практическое занятие № 15 Здоровый образ жизни человека – необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества	1	М.У. к пр. з. №15	2
	51	Практическое занятие № 15 Здоровый образ жизни человека – необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества	1	М.У. к пр. з. №15	2
	52	Практическое занятие №16 Правила личной гигиены Уход за кожей	1	М.У. к пр. з №16	2
	53	Практическое занятие №16 Правила личной гигиены. Уход за зубами	1	М.У. к пр. з №16	2

54	Практическое занятие №17 Правила личной гигиены Уход за волосами	1	М.У. к пр. з №17	2
55	Практическое занятие №17 Правила личной гигиены. Гигиена одежды	1	М.У. к пр. з №17	2
56	Практическое занятие №18 Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека	1	М.У. к пр. з №18	2
57	Практическое занятие №18 Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека	1	М.У. к пр. з №18	2
58	Практическое занятие №19 Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека	1	М.У. к пр. з №19	2
59	Практическое занятие №19 Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека	1	М.У. к пр. з №19	2
60	Практическое занятие № 20 Экспресс-оценка состояния здоровья	1	М.У. к пр. з. №20	2
61	Практическое занятие № 20 Экспресс-оценка состояния здоровья	1	М.У. к пр. з. №20	2
62	Практическое занятие №21 Профилактика инфекционных заболеваний	1	М.У. к пр. з. №21	2
63	Практическое занятие №21 Профилактика инфекционных заболеваний	1	М.У. к пр. з. №21	2
64	Практическое занятие №22 Меры профилактики инфекционных болезней, передаваемых половым путём	1	М.У. к пр. з. №22	2
65	Практическое занятие №22 Меры профилактики инфекционных болезней, передаваемых половым путём	1	М.У. к пр. з. №22	2
66	Практическое занятие № 23 Составление рационов питания	1	М.У. к пр. з. №23	2
67	Практическое занятие № 23 Составление рационов питания	1	М.У. к пр. з. №23	2
68	Практическое занятие № 24 Понятие о лечебном и лечебно-профилактическом питании	1	М.У. к пр. з. №24	2
69	Практическое занятие № 24 Понятие о лечебном и лечебно-профилактическом питании	1	М.У. к пр. з. №24	2
70	Правовые основы взаимоотношения полов.	1	О.4 с.46-51	1

	71	Социальная роль женщины в современном обществе.	1	О.4 с.39-42	1
	72	Здоровье родителей и здоровье будущего ребёнка.	1	О.4 с.42-46	1
	73	Практическое занятие № 25 Уход за младенцем	1	М.У. к пр. з. №25	2
	74	Практическое занятие № 25 Уход за младенцем	1	М.У. к пр. з. №25	2
	75	Практическое занятие № 26 Ежедневный и еженедельный уход за новорожденным	1	М.У. к пр. з. №26	2
	76	Практическое занятие № 26 Ежедневный и еженедельный уход за новорожденным	1	М.У. к пр. з. №26	2
	77	<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	<b>1</b>		
	78	<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	<b>1</b>		
<b>Всего:</b>			<b>78</b>		

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1– ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);

2– репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);

3 – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности);

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

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

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

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

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- мультимедийный проектор;
- экран;
- колонки.

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

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

**Основные источники:**

1. Смирнов А.Т., Шахманьян М.А. Безопасность жизнедеятельности, учебное пособие, Издательство «Дрофа», 2019 г.- 375 с.
2. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова; Рос.акад. наук Рос. Акад. Образования, изд-во «Просвещение». – М.: Просвещение, 2019 – 320 с.
3. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений среднего профессионального образования – 6-е издание – М.: Издательский центр «Академия», 2019. – 336 с.
4. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для среднего профессионального образования-10-е издание - М.: Издательский центр «Академия», 2019.-336 с.
5. Косолапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студентов учреждений среднего проф образования/ Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко.- 6е издание, стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2019. – 368 с.
6. Ким С.В. Основы безопасности жизнедеятельности, 10-11 классы: базовый уровень: учебник/ С.В. Ким, В.А.Горский.-5-е издание, стер. – Москва: Просвещение, 2022. - 396 с.

**Дополнительные источники:**

1. Косолапова Н.В. Безопасность жизнедеятельности: учебник для среднего профессионального образования-6-е издание - М.: Издательский центр «Академия», 2016.-288 с.
2. Бурашников Ю.М., Максимов А.С. Охрана труда в пищевой промышленности, общественном питании и торговле: учебное пособие– 8-е изд.стер. – М. Издательский центр «Академия», 2016.–320с.
3. Матюхина З.П. Основы физиологии питания, микробиологии, гигиены и санитарии: учебник для нач. проф. образования /З.П. Матюхина. -7-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2016. - 256с.

**Интернет-ресурсы:**

1. <http://www.school-obz.org/> - Интернет журнал ОБЖ. Основы Безопасности Жизнедеятельности. Журнал МЧС России



2. [http://window.edu.ru/window/catalog?p\\_rubr=2.1.15](http://window.edu.ru/window/catalog?p_rubr=2.1.15) - Каталог по основам безопасности жизнедеятельности единого окна доступа к образовательным ресурсам
3. <http://shkolazhizni.ru/tag/%E1%E5%E7%EE%EF%E0%F1%ED%EE%F1%F2%FC/> - Статьи по теме «Безопасность» на сайте «ШколаЖизни.ру»
4. <http://www.rusedu.info/Article958.html> - Егоров Б.В. Методические рекомендации для учителя ОБЖ по использованию ИКТ
5. <http://www.fireevacuation.ru/pravila-povedeniya.php> - Правила поведения при различных экстремальных ситуациях, связанных с пожаром

#### **Нормативные документы:**

1. Конституция Российской Федерации [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://www.constitution.ru/>
2. Гражданский кодекс Российской Федерации. [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://base.garant.ru/10164072/>
3. Трудовой кодекс Российской Федерации [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://ivo.garant.ru/#/document/12125268/paragraph/6963504:1>
4. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях [Электронный ресурс] / Режим доступа: Уголовный кодекс Российской Федерации [Электронный ресурс] / Режим доступа: <http://base.garant.ru/10108000/>
5. Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 125-ФЗ «Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваниях».
6. Федеральный закон от 30 марта 1999 г. № 52-ФЗ «С санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».
7. Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. №69-ФЗ «О пожарной безопасности»
8. Федеральный закон от 31 июля 2008 г. № 123-ФЗ «Технический регламент о требованиях пожарной безопасности».
9. Постановление Правительства Российской Федерации «Об утверждении Положения о расследовании и учете профессиональных заболеваний», № 967 от 15.12.2000.
10. Постановление Министерства труда и социального развития РФ «Об утверждении правил обеспечения работников специальной одеждой, специальной обувью и другими средствами индивидуальной защиты» от 18.12.1998 г.
11. ГОСТ 30389 - 2013 Услуги общественного питания. Предприятия общественного питания. Классификация и общие требования
12. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья. СП 2.3.6.1079-01 от 06.11.2001г (в ред. 31.03.2011г.)

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

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, дифференцированного зачета.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Основные показатели оценки результата</b>
<b>личностные</b>	
развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;	- демонстрация 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;	- демонстрация готовности к служению Отечеству, его защите;
формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;	- осознание потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
исключение из своей жизни вредных привычек (курения, пьянства и т. д.);	- демонстрация исключения 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;	- демонстрация 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;	- демонстрация приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
<b>метапредметные</b>	
овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности;	- формулирование личных понятий о безопасности;
анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;	- учет всех факторов при анализе причин возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;	- анализировать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;
выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;	- анализ причинно-следственных связей опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать	- способность самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в

результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;	обеспечении личной безопасности;
формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;	- способность умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации – в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;	- способность самостоятельного поиска, анализа и отбора информации – в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;	- демонстрация умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;	- демонстрация умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;	- оценка опасности возникновения опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
развитие умения применять полученные теоретические знания на практике;	- демонстрация умения применять полученные теоретические знания на практике;
принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;	- способность принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
формирование умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;	- анализ явления и события природного, техногенного и социального характера, выявления причины их возникновения и определение возможных последствий, проектирование модели личного безопасного поведения;
развитие умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;	- способность информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
освоение знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств,	- демонстрация знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых

используемых в повседневной жизни;	в повседневной жизни;
приобретение опыта локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;	- демонстрация локализации возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
формирование установки на здоровый образ жизни;	- демонстрация способности вести здоровый образ жизни;
развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;	- демонстрация необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;
<b>предметные</b>	
сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической безопасности как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора;	- демонстрация культуры безопасности жизнедеятельности, культуры экологической безопасности;
получение знания основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;	- понимание основ государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;	- отрицание экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;
сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;	- демонстрация способности вести здоровый образ жизни;
освоение знания о распространенных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;	- понимание сущности опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
освоение знания факторов, пагубно влияющих на здоровье человека;	- демонстрация способности вести здоровый образ жизни;
развитие знания основных мер защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;	- демонстрация знания основных мер защиты правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

формирование умения предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;	- анализ факторов, которые могут привести к возникновению опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также различным информационным источникам;
развитие умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;	- демонстрация умения применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
получение и освоение знания основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;	- понимание основ обороны государства и воинской службы: законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;	- понимание прав и обязанностей гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы, уставных отношений, быта военнослужащих, порядка несения службы и воинских ритуалов, строевой, огневой и тактической подготовки;
освоение знания основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;	- понимание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;	- демонстрация способности оказывать первую помощь пострадавшим

**ЛИСТ ВНЕСЕНИЯ ИЗМЕНЕНИЙ (ДОПОЛНЕНИЙ)  
В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОУД.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

<b>Учебный год</b>	<b>Группа</b>	<b>Содержание внесенных изменений (дополнений)</b>	<b>Обоснование (причина) внесения изменений (дополнений)</b>	<b>Решение о внесении изменений (дополнений) № протокола, дата, подпись</b>	<b>Подпись преподава- теля</b>