

**Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Самарской области  
«Тольяттинский социально-экономический колледж»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА  
ОУП.07. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*«общеобразовательного цикла»  
программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих  
по профессии  
естественнонаучного профиля  
19.01.04 Пекарь*

**Тольятти, 2022**

Рабочая программа учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности для профессии среднего профессионального образования естественнонаучного профиля **19.01.04 Пекарь.**

Рабочая программа разработана на основе примерной программы общеобразовательного учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности » для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной ФГАУ «ФИРО» в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования (Протокол № 3 от 21 июля 2015 г. Регистрационный номер рецензии 379 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО»).

Организация-разработчик: государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Самарской области «Тольяттинский социально-экономический колледж»

Составитель:

Зубрик П.А., преподаватель ГБПОУ «ТСЭК»

## **СОДЕРЖАНИЕ**

	стр.
<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА</b>	<b>7</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА</b>	<b>12</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА</b>	<b>13</b>
<b>5. ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АКТИВНЫХ И ИНТЕРАКТИВНЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ</b>	<b>15</b>

# **1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

## **ОУП.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **1.1. Область применения программы**

Рабочая программа учебного предмета является частью основной профессиональной образовательной программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих по профессии 19.01.04 Пекарь.

Рабочая программа разработана с учетом требований ФГОС среднего общего образования, ФГОС среднего профессионального образования по профессии 19.01.04 Пекарь.

Рабочая программа предназначена для профессиональных образовательных организаций, реализующих основную образовательную программу подготовки специалистов среднего звена на базе основного общего образования с одновременным получением среднего общего образования.

### **1.2. Место предмета в структуре основной профессиональной образовательной программы:**

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» является учебным предметом обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» ФГОС среднего общего образования.

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» является базовой дисциплиной основной профессиональной образовательной программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих по профессии 19.01.04 Пекарь.

### **1.3. Цели и задачи предмета – требования к результатам освоения дисциплины :**

Освоение содержания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение 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;

#### **• 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:**

В результате освоения учебного предмета обучающийся должен:

- **знать** 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;

- **знать** основы государственной системы, российского законодательства, направленного на защиту населения от внешних и внутренних угроз;

- **знать** о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения;

- **знать** о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;

- **знать** о распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- **знать** факторы, пагубно влияющих на здоровье человека;

- **знать** основные меры защиты (в том числе в области гражданской обороны) и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- **знать** основы 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;

- **знать** основные виды военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

- **уметь** предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным для них признакам, а также использовать различные информационные источники;

- **уметь** применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- **уметь** оказывать первую помощь пострадавшим при неотложных состояниях (травмах, отравлениях и различных видах поражений), включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике;

**1.4. Количество часов на освоение программы предмета:**  
максимальной учебной нагрузки обучающегося **108** часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **72** часа;  
самостоятельной работы обучающегося **36** часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### 2.1. Объем учебного предмета и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b><i>Объем часов</i></b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>108</i>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<i>72</i>
в том числе:	
лабораторно-практические занятия	<i>50</i>
контрольные работы	<i>8</i>
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<i>36</i>
в том числе:	
Учебно-исследовательская работа	<i>36</i>
<i>Итоговая аттестация в форме</i>	<i>Дифференцированного зачета</i>

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2		4
<b>Раздел 1</b>	<b>Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья</b>	<b>24</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>24</b>	
	1. Здоровый образ жизни - основа укрепления и сохранения личного здоровья.	2	1
	2. Вредные привычки (употребление алкоголя и курение) их профилактика.	2	1
	3. Наркомания и токсикомания, их опасность и профилактика.	2	1
	4. Основные инфекционные болезни их классификация и профилактика.	2	1
	5. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи.	2	1
	<b>Лабораторные работы</b>	(не предусмотрено)	
	<b>Практические занятия</b>	<b>6</b>	
	1. Семинар №1 на тему «Здоровый образ жизни - норма поведения человека».	2	2
	2. Первая медицинская помощь при ранениях и ожогах.	2	2
	3. Первая медицинская помощь при переломах и ушибах.	2	2
	<b>Контрольные работы</b>	<b>2</b>	
	1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья.	2	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>	<b>6</b>	
	1. Подготовка сообщений по теме «Здоровье и здоровый образ жизни», «Двигательная активность и закаливание организма», «Роль курения и его влияние на состояние здоровья».	2	2
	2. Подготовка рефератов на тему: «Наркомания и токсикомания», «Алкоголь и его влияние на здоровье человека», «Инфекционные болезни».	2	2
	3. Подготовка презентаций по теме «Первая медицинская помощь».	2	2
<b>Раздел 2</b>	<b>Основы обороны государства и воинская обязанность.</b>	<b>28</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>28</b>	
	1. История создания Вооруженных Сил и государственных символов России. Задачи и структура Вооруженных сил Российской Федерации.	2	1
	2. Задачи и структура Вооруженных сил Российской Федерации.	2	1



	3.	Правовые основы обороны государства, воинской обязанности и военной службы в Российской Федерации.	2	1
	4.	Права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы.	2	1
	5.	Особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, увольнения с военной службы и пребывания в запасе. Дни воинской славы России.	2	1
	<b>Лабораторные работы</b>		<i>(не предусмотрено)</i>	
	<b>Практические занятия</b>		<b>4</b>	
	1.	Семинар №2 на тему «Служба в рядах Вооруженных Сил РФ - Конституционный долг гражданина России»	2	2
	2.	Дни воинской славы России.	2	2
	<b>Контрольные работы</b>		<b>2</b>	
	1.	Основы обороны государства и воинская обязанность.	2	2
	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>		<b>12</b>	
	1.	Подготовка презентаций по теме «Военная реформа Ивана Грозного», «Вооруженные Силы Российской Федерации».	4	2,3
	2.	Подготовка рефератов по теме «Обязательная подготовка граждан к военной службе», «Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих», «Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части».	4	2,3
	3.	Подготовка сообщений «Основные условия прохождения военной службы по контракту», «Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы».	4	2,3
<b>Раздел 3</b>	<b>Государственная система обеспечения безопасности населения</b>		<b>54</b>	
	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>54</b>	
	1.	Основы государственной системы, направленные на защиту населения от внешних и внутренних угроз.	2	1
	<b>Лабораторные работы</b>		<i>(не предусмотрено)</i>	
	<b>Практические занятия</b>		<b>30</b>	
	1.	Классификация чрезвычайных ситуаций мирного времени и действия населения	2	2
	2.	Чрезвычайные ситуации природного характера и действия населения	2	2
	3.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и действия населения	2	2
	4.	Единая государственная система защиты населения и территорий в чрезвычайных	2	2

	ситуациях		
5.	Правила пожарной безопасности	2	2
6.	Первичные средства пожаротушения	2	2
7.	Правила безопасности на водоемах летом и зимой	2	2
8.	Семинар №3 на тему «Правила безопасности на общественном и железнодорожном транспорте»	2	2
9.	Правила безопасности на автомобильном транспорте	2	2
10.	Правила дорожного движения.	2	2
11.	Модели поведения пешеходов	2	2
12.	Правила безопасности в гражданской авиации и на морских (речных) судах	2	2
13.	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта	2	2
14.	Правила безопасного поведения при захвате в заложники	2	2
15.	Практическое занятие на тему «Действия людей в условиях вынужденной автономии »	2	2
<b>Контрольные работы</b>		<b>2</b>	
1.	Классификация чрезвычайных ситуаций мирного времени и действия населения.	2	2
<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b>		<b>18</b>	<b>2</b>
1.	Подготовка докладов по теме «Единая государственная система предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций»	4	2,3
2.	Подготовка рефератов по теме «Гражданская оборона»	2	2,3
3.	Подготовка докладов по теме «Правила безопасности дорожного движения касающегося пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств».	4	2,3
4.	Подготовка сообщений по теме «Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения» «Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий».	4	3
5.	Подготовка презентаций по теме «Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва», «Химическое оружие», «Бактериологическое (биологическое) оружие», «Современные обычные средства поражения, их поражающие факторы», «Защитные сооружения гражданской обороны».	4	2,3
<b>Контрольная работа</b>		<b>2</b>	
1.	Государственная система обеспечения безопасности населения.	2	2

	Дифференцированный зачет	2	2
	Всего:	108	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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

Реализация учебного предмета требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий (схемы, таблицы, плакаты).

Технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- мультимедийное оборудование; –
- экран.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

##### *1) основная литература*

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник.- ОИЦ «Академия», 2015.

2. Бондаренко В.А., Евтушенко С.И., Лепихова В.А., Чибинев Н.Н. Обеспечение безопасности при чрезвычайных ситуациях в примерах и задачах: учебное пособие.- ООО «Издательский центр РИОР», 2015.

3. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности.- ОИЦ «Академия», 2015.

4. Смирнов А.Т., Васнев В.А. Основы военной службы.- ООО «Дрофа», 2016.

##### *2) дополнительная литература*

1. Арустамов А.Э., Прокопенко Н.А., Косолапова Н.В., Гуськова Г.В. Безопасность жизнедеятельности.- ОИЦ «Академия», 2015.

2. Микрюков М.Ю. Безопасность жизнедеятельности.- ООО «КноРус», 2016

3. Смирнов А.Т., Шахраманьян М.А. Безопасность жизнедеятельности.-

Издательство «Дрофа», 2016.

##### *в) интернет - ресурсы*

1. Безопасность жизнедеятельности <http://kuhta.clan.su>

2. Промышленная и пожарная безопасность. Предупреждение чрезвычайных ситуаций <http://www.hsea.ru>

3. Первая медицинская помощь <http://www.meduhod.ru>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

**Контроль и оценка** результатов освоения учебного предмета осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</li> <li>• пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты</li> <li>• оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе</li> </ul> <p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• основные оставляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности, репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него</li> <li>• потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания</li> <li>• основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</li> <li>• основы Российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан</li> <li>• порядок первоначальной постановки на воинский учёт, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу</li> <li>• состав и предназначение Вооружённых сил Российской Федерации</li> <li>• основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения</li> </ul>	<p>Формы контроля:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-тестовый контроль</li> <li>-краткая самостоятельная работа</li> <li>-устный зачёт по изученной теме</li> <li>-практические работы</li> </ul> <p>Виды контроля:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- текущий, тематический</li> <li>- промежуточный</li> <li>- итоговый</li> </ul> <p>Методы контроля:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- устная проверка</li> <li>- ответы на вопрос</li> <li>- фронтальная устная проверка (беседа)</li> <li>- письменная проверка (самостоятельная работа, работа с карточками-заданиями)</li> <li>- тест</li> </ul> <p>Оценка результатов обучения:</p> <p>Первый уровень (низкий) – действия на узнавание, распознавание и различие понятий (объектов изучения)</p> <p>Второй уровень (удовлетворительный) – действия по воспроизведению учебного материала (объектов изучения) на уровне памяти.</p> <p>Третий уровень (средний) – действия по воспроизведению учебного материала (объектов изучения) на уровне понимания; описание и анализ действий с объектами изучения.</p> <p>Четвёртый уровень (достаточный) – действия по применению знаний в знакомой ситуации по образцу; объяснение сущности, объектов изучения; выполнение действий с чётко обозначенными правилами; применение знаний на основе обобщённого алгоритма для решения новой учебной задачи.</p> <p>Пятый уровень (высокий) – действия по применению знаний в незнакомых, нестандартных ситуациях для решения качественно новых задач; самостоятельные</p>

<p>военной службы и пребывания в запасе</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• основные виды военно-профессиональной деятельности, особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы</li> <li>• требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника</li> <li>• предназначение, структуру и задачи РСЧС</li> <li>• предназначение, структуру и задачи гражданской обороны</li> </ul> <p><b>Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Для ведения здорового образа жизни</li> <li>• Оказания первой медицинской помощи</li> <li>• Развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы</li> <li>• Вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующей службы экстренной помощи</li> </ul>	<p>действия по описанию, объяснению и преобразованию объектов изучения.</p>
--	---

## 5. ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АКТИВНЫХ И ИНТЕРАКТИВНЫХ ФОРМ И МЕТОДОВ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ

<b>№ п/п</b>	<b>Тема учебных занятий</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Активные и интерактивные формы и методы обучения</b>	<b>Код формируемых образовательных результатов</b>
1.	Семинар №1 на тему «Здоровый образ жизни - норма поведения человека»	2	Эвристическая беседа	У2, У3, У4, У5
2.	Права и обязанности гражданина до призыва, во время призыва и прохождения военной службы	2	Работа в группах	У2, У3, У4
3.	Правила безопасности при возникновении пожара в помещении	2	Работа в группах	У2, У3, У4