

АДАптированная рабочая программа дисциплины
ОУД.01 основы безопасности жизнедеятельности

Братск 2023 г.

Рассмотрено
на заседании МОПОД
Протокол № 9 от 16.05.2023 г.
Председатель МОПОД
_____ В.В. Дубынина

Рабочая программа дисциплины разработана на основе:

1. Профессионального стандарта Пекарь (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 1 декабря 2015 г. № 914н);
2. Методических рекомендации по разработке и реализации адаптированных образовательных программ среднего профессионального образования, утв. Минобрнауки России 20.04.2015 N 06-830вн)

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Иркутской области «Братский торгово-технологический техникум»

Разработчик(и):

Александров Георгий Павлович., преподаватель-организатор ОБЖ

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОУД 01. Основы безопасности жизнедеятельности

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины разработана с учетом Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по ППКРС 43.01.09, Повар кондитер адаптирована для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья по профессиональной подготовке ППКРС 43.01.09, Повар кондитер в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», статья 79, п.8.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в общеобразовательный цикл.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен	№ дидактической единицы	Формируемая дидактическая единица
Уметь	У. 1	Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: - ведения здорового образа жизни;
	У. 2	Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для - воинская обязанность
	У.3	Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для – оказания первой медицинской помощи;
Знать		
	З. 1	основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
	З. 2	потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
	З. 3	Основы обороны государства и воинская обязанность
	З. 4	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины.

Объем образовательной нагрузки 51 часов, в том числе:

Всего занятий 51 часов:

Теоретического обучения 31 часов;

Практические занятия 20 часов;

Промежуточная аттестация:

Дифференцированный зачет

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной нагрузки	51
Всего занятий	51
теоретического обучения	31
практические занятия	20
Промежуточная аттестация в форме <i>дифференцированного зачета</i>	

2.2 Учебная работа

Виды учебной работы	1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	Всего часов
Объем образовательной нагрузки	10	15	12	14	51
Всего занятий	10	15	12	14	51
теоретического обучения	7	8	8	8	31
практические занятия	3	7	4	6	20
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета					

2.3 Тематический план и содержание учебной дисциплины ОУД.01 Основы безопасности жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	№ учебного занятия	Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, консультации, самостоятельная работа обучающегося	Методические характеристики учебного занятия	Объем часов	№ дидактической единицы	Формируемые компетенции	Уровень освоения	Текущий контроль
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Раздел 1 Основы здорового образа жизни				7				
Введение	1	Цели и задачи дисциплины. Основные теоретические понятия и положения.		1			1	
Тема 1.1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	2	Содержание учебного материала Здоровье и здоровый образ жизни.	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная	1			2	
Тема 1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья	3	Содержание учебного материала Режим жизнедеятельности, закаливание, здоровое питание	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная	1			2	
	4	Содержание учебного материала Вредные привычки .Алкоголь	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая,	1			2	

			фронтальная					
	5	Содержание учебного материала Наркотики, курение, влияние на состояние здоровья	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная	1			2	
	6	Практические занятия №1 Составить схему «Основные составляющие ЗОЖ»	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1			2	
	7	Содержание учебного материала Правовые основы взаимодействия полов	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная	1			2	
Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций				15				
Тема 2.1. Потенциальные	8	Содержание учебного материала	Тип занятия: изучение нового	1			2	

опасности природного, техногенного и социального характера.		Потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, характерные для региона проживания, опасности и чрезвычайные ситуации, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий.	материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная					
	9	Практические занятия №2 Модели поведения поведения при ЧС природного и техногенного характера	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1			2	
	10	Практические занятия №3 Тестовое задание 1.раздел.Модели поведения при чрезвычайных ситуациях, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий,	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1				
	11	Практические занятия №4 Эвакуация населения в условиях ЧС	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1				
	12	Практические занятия №5 Инженерная защита. Виды защитных сооружений и правила поведения в них	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1				
	13	Содержание учебного материала	Тип занятия: изучение нового	1			2	

		Аварийно- спасательные и другие неотложные работы	материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная					
	14	Практические занятия №6 Правила поведения при угрозе террористического акта и Захвате заложника	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1			2	
	15	Практические занятия №7 «Характеристика ЧС характерных для Иркутской области. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плана учреждения».	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1			2	
Тема 2.2. Предназначение и использование сигнальных цветов, знаков безопасности, сигнальной разметки и плана эвакуации.	16	Содержание учебного материала	Тип занятия: изучение нового материала	1			2	
		Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих при ЧС мирного и военного времени	Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная					
Тема 2.3. Средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля.	17	Содержание учебного материала	Тип занятия: изучение нового материала	1			2	
		Средства индивидуальной и коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля.	Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая,					

			фронтальная					
	18	Практическое занятие №8. Средства индивидуальной и коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля.	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1			2	
	19	Содержание учебного материала Обучение населения защите от ЧС	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная	1			2	
Раздел 2.4. Органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации	20	Содержание учебного материала Органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная	1			2	
Тема 2.5. Способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и	21	Содержание учебного материала Безопасное поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия:	1			2	

употреблению наркотических средств.			групповая, фронтальная					
Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность				19				
Тема 3.1. Состояние и тенденции развития современного мира и России.	22	Содержание учебного материала История создания ВС	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная	1				
Тема 3.2. Вооруженные Силы Российской Федерации	23	Содержание учебного материала Функции и основные задачи современных ВС РФ	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная	1			2	
Тема 3.3. Основные направления развития и строительства ВС РФ	24	Содержание учебного материала Организация и структура ВС РФ	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная	1			2	

Тема 3.4. Элементы начальной военной подготовки	25	Практические занятия № 9 Огневая подготовка: Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Работа частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе.	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1			2	
	26	Практические занятия № 10 Огневая подготовка: Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова.	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1			2	
Тема 3.5. Огневая подготовка: Приёмы и правила стрельбы из автомата.	27	Практические занятия № 11 Огневая подготовка: Приёмы и правила стрельбы из автомата.	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1			2	
Тема 3.6. Разборка и сборка автомата Калашникова.	28	Практические занятия №12 Чистка и смазка автомата Калашникова	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1			2	
	29	Практические занятия №13 Огневая подготовка:	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1			2	
	29	Содержание учебного материала	Тип занятия: изучение нового	1			2	

		:Основные понятия воинской обязанности	материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная					
Тема 3.7. Строевые приёмы и движение без оружия.	30	Практические занятия № 14 Строевая подготовка: «Строй и управление ими. Строевые приемы и движение без оружия».	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1			2	
	31	Практические занятия №15 Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Строй отделения».	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1				
	32	Содержание учебного материала Строевые приёмы и движение без оружия	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная	1			2	
Тема 3.8. Выполнение воинского приветствия	33	Содержание учебного материала Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая,	1			2	

			фронтальная					
Тема 3.9. Правовые основы военной службы. Воинские должности и звания первоначальной постановки граждан на воинский учет.	34	Содержание учебного материала	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная	1			2	
		Воинская обязанность. Подготовка граждан к военной службе.						
Тема 3.10. Постановка граждан на воинский учет	35	Содержание учебного материала	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная	1			2	
		Состав комиссии по первоначальной постановке граждан на воинский учет».						
Тема 3.11. Увольнение с военной службы	36	Содержание учебного материала	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная	1			1	
		Увольнение с военной службы. Запас. Воинские должности и звания. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ.						
Тема 3.12. Срок военной службы	37	Содержание учебного материала	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая,	1			1	
		Срок военной службы для военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, по контракту и для проходящих альтернативную гражданскую службу.						

			фронтальная					
Тема 3.13. Военно-профессиональная деятельность	38	Содержание учебного материала	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная	1			2	
		Воинская дисциплина и ответственность						
Тема 3.14. Воинские символы, традиции и ритуалы в ВС РФ. Символы воинской чести.	39	Содержание учебного материала	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная	1			2	
		Понятия воинской чести, боевые традиции, патриотизм. Понятие воинские ритуалы. Военная присяга как основа верности военнослужащего своей родине.						
Тема 3.15. Воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	40	Практические занятия № 16	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1			2	
		Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. Награда за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.						
Раздел 4. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи				11				
Тема 4.1. Основы	41	Содержание учебного материала	Тип занятия: изучение нового	1			2	

законодательства Российской Федерации в области оказания первой помощи.		Права, обязанности и ответственность гражданина при оказании первой помощи.	материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная					
	42	Практические занятия № 17 Правила поведения в случае возникновения эпидемии.	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1			2	
	43	Практические занятия № 18 Первая помощь при ранениях и травмах (кровотечения, раны)	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1			2	
	44	Содержание учебного материала Первая помощь при переломах	Тип занятия: изучение нового материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная	1			2	
	45	Практические занятия № 19 Первая помощь при ранениях и травмах верхних и нижних конечностей.	Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков Методы урока: практический Форма урока: индивидуальная	1				

	46	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Ушибы, растяжения, вывихи, переломы</p>	<p>Тип занятия: изучение нового материала</p> <p>Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа</p> <p>Форма занятия: групповая, фронтальная</p>	1			2	
	47	<p>Практические занятия № 20</p> <p>Оказание первой помощи. Первая помощь при ожогах, отморожениях.</p>	<p>Тип занятия: занятие совершенствования знаний, умений и навыков</p> <p>Методы урока: практический</p> <p>Форма урока: индивидуальная</p>	1				
	48	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Первая помощь при поражении эл. током</p>	<p>Тип занятия: изучение нового материала</p> <p>Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа</p> <p>Форма занятия: групповая, фронтальная</p>	1				
	49	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Восстановление проходимости дыхательных путей, искусственное дыхание</p>	<p>Тип занятия: изучение нового материала</p> <p>Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа</p> <p>Форма занятия: групповая, фронтальная</p>	1				
	50	<p>Содержание учебного материала</p>	<p>Тип занятия: изучение нового</p>	1				

		Первая помощь при ожогах	материала Методы занятия: объяснительно-иллюстративный, беседа Форма занятия: групповая, фронтальная					
Итоговый урок	51	Дифференцированный зачет		1				
		Итого:		51				

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. (Содержание дидактической единицы закрепляется на лабораторных, практических занятиях)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач. (Содержание дидактической единицы закрепляется во время прохождения практики. В дисциплине указывать третий уровень не рекомендуется).

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличие учебного кабинета

Оборудование учебных кабинетов:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий «Основы безопасности жизнедеятельности»;
- комплект учебно- методической документации;
- наглядные пособия.
- учебные стенды

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет- ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Касалапова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для студ. Учреждений. Сред. проф. образования/Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. -5-е изд., стер – М: Издательский центр «Академия» 2018-368 с. ISBN 978-5-4468-6374-1

Литература для преподавателя:

1.1. Хренников Б.О., Смирнов А.Т.: Основы безопасности жизнедеятельности учебник: Допущено Минобразованием России – 4-е изд., 2012г, стер. – 464.,

1.2. Хван Т.А., Хван П.А.: учебник: Безопасность жизнедеятельности Допущено Минобразованием России. – 2-е изд., 2002г, стер. – 256 с.

1.3. Дзыбов М.М.: Безопасность жизнедеятельности: учебник для НПО, 2009г., 464 с.

Литература для учащихся:

1.4. Хренников Б.О., Смирнов А.Т.: Основы безопасности жизнедеятельности учебник: Допущено Минобразованием России – 4-е изд., 2012г, стер. – 464.,

1.5. Фролов М.П., Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 2002г. 366.

Дополнительные источники:

Отечественные журналы:

1. Безопасность жизнедеятельности.

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, проектов, исследований.

Результаты обучения (умения, знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения:	оценка результатов выполнения практической работы
Применять комплексы гимнастических упражнений для двигательной активности и физической культуры для здоровья человека	оценка результатов выполнения практической работы
Использовать рецепты полезных завтраков для полезного питания.	оценка результатов выполнения практической работы
Вести здоровый образ жизни.	оценка результатов выполнения практической работы
Применять профилактические мероприятия в борьбе с инфекционными заболеваниями.	Оценка результатов выполнения практической работы
Применять основы медицинских знаний и оказывать первую помощь.	Оценка результатов выполнения практической работы
Знания:	
Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	Текущий контроль в форме устного или письменного опроса
Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций	Проверка сообщений в форме устного опроса
Здоровый образ жизни и его составляющие	Устный или письменный опрос на занятии