

Приложение 5.7
к ОПОП СПО (ППКРС) по профессии
43.01.09 Повар, кондитер

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
«САКСКИЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УПР
О.В. Добровольская
«26» мая 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА УП.07 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Профессия: 43.01.09 Повар, кондитер

Профиль профессионального образования - естественнонаучный

Рассмотрена на заседании предметной
(цикловой) комиссии общеобразовательных
учебных дисциплин
протокол № 10 от «25» мая 2022 г.
Председатель П(Ц)К В.Ю. Ильин

Рабочая программа учебного предмета разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 (с изменениями и дополнениями);
- рекомендаций 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 или специальности среднего профессионального образования (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259);
- примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной ФГАУ «ФИРО» (протокол № 3 от 21 июля 2015 г., регистрационный номер рецензии 382 от 23 июля 2015 г. ФГАУ «ФИРО»);
- примерной основной образовательной программы среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з)

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Республики Крым «Сакский технологический техникум»

Разработчик: Бедухин Юрий Анатольевич, преподаватель основ безопасности жизнедеятельности Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения Республики Крым «Сакский технологический техникум», первая квалификационная категория

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	4
2. Планируемые результаты освоения учебного предмета	7
3. Содержание учебного предмета.....	10
4. Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.....	18
5. Условия реализации учебного предмета.....	29

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Цели учебного предмета

Содержание рабочей программы учебного предмета УП.07 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 обучающихся.

В рабочую программу включено содержание, направленное на формирование у обучающихся компетенций, необходимых для качественного освоения основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования по профессии 43.01.09 Повар, кондитер – программы подготовки квалифицированных рабочих, служащих, а именно:

- в разделе 3 «Основы обороны государства и воинская обязанность» изучается значение профессии повара в структуре Вооруженных Сил России и требования, предъявляемые к представителям этой профессии при постановке на воинский учет и при обязательной подготовке граждан к воинской службе;
- в разделе 4 «Основы медицинских знаний» изучаются правила оказания первой медицинской помощи при различных возможных видах производственных травм, ранениях и ожогах на предприятиях общественного питания.

1.2. Общая характеристика учебного предмета

В современных условиях глобализации развития мировой экономики, усложнения, интенсификации и увеличения напряженности профессиональной деятельности специалистов существенно возрастает

общественно-производственное значение состояния здоровья каждого человека. Здоровье становится приоритетной социальной ценностью. В связи с этим исключительную важность приобретает высокая профессиональная подготовка специалистов различного профиля к принятию решений и действиям по предупреждению чрезвычайных ситуаций (ЧС), а при их возникновении — к проведению соответствующих мероприятий по ликвидации их негативных последствий, и прежде всего к оказанию первой помощи пострадавшим.

Учебный предмет 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. Данный предмет является начальной ступенью в освоении норм и правил безопасности и обеспечении комфортных условий жизнедеятельности.

Основными содержательными темами программы являются: введение в дисциплину, обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья, государственная система обеспечения безопасности населения, основы обороны государства и воинская обязанность, основы медицинских знаний.

В программе предусмотрен раздел «Основы медицинских знаний». В процессе его изучения формируются знания в области медицины, умения оказывать первую медицинскую помощь при различных травмах. Студенты получают сведения о здоровом образе жизни, основных средствах планирования семьи, ухода за младенцем, поддержании в семье духовности, комфортного психологического климата.

При освоении профессий СПО технологического профиля профессионального образования основы безопасности жизнедеятельности изучаются на базовом уровне.

1.3. Место учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет УП.07 Основы безопасности жизнедеятельности относится к общим учебным предметам из обязательной предметной области «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» общеобразовательного цикла учебного плана ОПОП СПО по профессии 43.01.09 Повар, кондитер.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Освоение содержания учебного предмета обеспечивает достижение учащимися 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 выработать 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.

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Введение

Актуальность изучения учебного предмета УП.07 Основы безопасности жизнедеятельности, цели и задачи дисциплины. Основные теоретические положения дисциплины, определения терминов «среда обитания», «биосфера», «опасность», «риск», «безопасность». Необходимость формирования безопасного мышления и поведения. Культура безопасности жизнедеятельности — современная концепция безопасного типа поведения личности. Значение изучения основ безопасности жизнедеятельности при освоении профессий СПО.

Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

Тема 1.1. Здоровье и здоровый образ жизни. Общие понятия о здоровье. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

Тема 1.2. Факторы, способствующие укреплению здоровья. Двигательная активность и закаливание организма. Занятия физической культурой. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня, труда и отдыха. Рациональное питание и его значение для здоровья. Влияние двигательной активности на здоровье человека. Закаливание и его влияние на здоровье. Правила личной гигиены и здоровье человека.

Тема 1.3. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Основные источники загрязнения окружающей среды. Техно сфера как источник негативных факторов.

Тема 1.4. Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их профилактика. Алкоголь и его влияние на здоровье человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную систему, сердечно-сосудистую систему. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

Наркотики, наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.

Тема 1.5. Основные нормативные правовые акты, определяющие правила и безопасность дорожного движения. Правила и безопасность дорожного движения. Модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

Тема 1.6. Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества. Социальная роль женщины в современном обществе. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, влияющие на него. Здоровый образ жизни — необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья.

Тема 1.7. Правовые основы взаимоотношения полов. Брак и семья. Культура брачных отношений. Основные функции семьи. Основы семейного права в Российской Федерации. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка». Опасности современных молодежных хобби. Модели личного безопасного поведения во время занятий современным молодежным хобби.

Практические занятия

Изучение основных положений организации рационального питания.

Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения

Тема 2.1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Современные средства поражения и их поражающие факторы. Мероприятия по защите населения. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.

Тема 2.2. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

Тема 2.3. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Гражданская оборона — составная часть

обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Инженерная защита, виды защитных сооружений. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Правила поведения в защитных сооружениях.

Тема 2.4. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.

Тема 2.5. Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций. Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении, ее предназначение.

Тема 2.6. Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. МЧС России — федеральный орган управления в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Полиция Российской Федерации — система государственных органов исполнительной власти в области защиты здоровья, прав, свободы и собственности граждан от противоправных посягательств. Служба скорой медицинской помощи. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор России). Другие государственные службы в области безопасности. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.

Практические занятия

Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

Изучение первичных средств пожаротушения.

Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.

Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность

Тема 3.1. История создания Вооруженных Сил России. Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV веках. Военная

реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Основные предпосылки проведения военной реформы Вооруженных Сил Российской Федерации на современном этапе. Функции и основные задачи современных Вооруженных сил Российской Федерации, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности.

Тема 3.2. Организационная структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Сухопутные войска: история создания, предназначение, структура. Военно-воздушные силы: история создания, предназначение, структура. Военно-морской флот, история создания, предназначение, структура. Ракетные войска стратегического назначения: история создания, предназначение, структура. Войска воздушно-космической обороны: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура. Другие войска: Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска гражданской обороны МЧС Росси. Их состав и предназначение.

Тема 3.3. Воинская обязанность. Основные понятия о воинской обязанности. Воинский учет. Организация воинского учета и его предназначение. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету. Организация медицинского освидетельствования граждан при первоначальной постановке на воинский учет.

Тема 3.4. Обязательная подготовка граждан к военной службе. Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе. Добровольная подготовка граждан к военной службе. Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе: занятия военно-прикладными видами спорта; обучение по дополнительным образовательным программам, имеющее целью военную подготовку несовершеннолетних граждан в учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования; обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования. Призыв на военную службу. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих. Размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок жизни воинской части. Прохождение военной службы по контракту. Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования,

предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту. Альтернативная гражданская служба. Основные условия прохождения альтернативной гражданской службы. Требования, предъявляемые к гражданам, для прохождения альтернативной гражданской службы.

Тема 3.5. Качества личности военнослужащего как защитника Отечества: любовь к Родине, высокая воинская дисциплина, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя в России, народа и Отечества. Военнослужащий — специалист, в совершенстве владеющий оружием и военной техникой. Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. Виды воинской деятельности и их особенности. Особенности воинской деятельности в различных видах Вооруженных Сил и родах войск. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника. Основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета). Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию РФ и законодательство Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников. Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие — принцип строительства Вооруженных Сил Российской Федерации. Общие права и обязанности военнослужащих. Воинская дисциплина, ее сущность и значение. Виды ответственности, установленной для военнослужащих (дисциплинарная, административная, гражданско-правовая, материальная, уголовная). Дисциплинарные взыскания, налагаемые на солдат и матросов, проходящих военную службу по призыву. Уголовная ответственность за преступления против военной службы (неисполнение приказа, нарушение уставных правил взаимоотношений между военнослужащими, самовольное оставление части и др.). Соблюдение норм международного гуманитарного права.

Тема 3.6. Военно-профессиональная деятельность: порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям, особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях.

Тема 3.7. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества. Воинский долг — обязанность по вооруженной защите Отечества. Дни воинской славы России — дни славных побед. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Дружба, войсковое товарищество

— основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения боевого знамени воинской части. Вручение личному составу вооружения и военной техники. Проводы военнослужащих, уволенных в запас или отставку. Символы воинской чести. Боевое знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

Тема 3.8. Элементы начальной военной подготовки: назначение Строевого устава ВС РФ, назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова, меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной деятельности и при проведении стрельб.

Практические занятия

Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции.

Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.

Раздел 4. Основы медицинских знаний

Тема 4.1. Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».

Тема 4.2. Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания. Понятие травматического токсикоза. Местные и общие признаки травматического токсикоза. Основные периоды развития травматического токсикоза.

Тема 4.3. Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.

Тема 4.4. Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь

при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека. Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.

Тема 4.5. Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.

Тема 4.6. Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.

Тема 4.7. Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.

Тема 4.8. Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика. Пути передачи возбудителей инфекционных болезней. Индивидуальная и общественная профилактика инфекционных заболеваний. Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика. Ранние половые связи и их последствия для здоровья.

Тема 4.9. Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи. Факторы, влияющие на здоровье ребенка. Беременность и гигиена беременности. Признаки и сроки беременности. Понятие патронажа, виды патронажей. Особенности питания и образа жизни беременной женщины. Основы ухода за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей. Основные мероприятия по уходу за младенцами. Формирование основ здорового образа жизни. Духовность и здоровье семьи.

Практические занятия

Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.

Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ, В ТОМ ЧИСЛЕ С УЧЕТОМ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ

Объем учебного предмета и виды учебной работы

Виды учебной работы	Объём часов						Итого
	I курс		II курс		III курс		
	1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр	6 семестр	
Объем учебного предмета	34	38	-	-	-	-	72
<i>в т. ч. в форме практической подготовки*</i>	-	1	-	-	-	-	1
Объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем по видам учебных занятий, всего	34	38/1	-	-	-	-	72/1
из них:	-	-	-	-	-	-	-
- урок/ <i>в т.ч. в виде практической подготовки*</i>	28	34/1	-	-	-	-	62/1
- лекция/ <i>в т.ч. в виде практической подготовки*</i>	-	-	-	-	-	-	-
- практическое занятие/ <i>в т.ч. в виде практической подготовки*</i>	6	4	-	-	-	-	10
- лабораторное занятие/ <i>в т.ч. в виде практической подготовки*</i>	-	-	-	-	-	-	-
- консультация	-	-	-	-	-	-	-
- семинар/ <i>в т.ч. в виде практической подготовки*</i>	-	-	-	-	-	-	-
Самостоятельная работа обучающихся	-	-	-	-	-	-	-
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета							

№ раздела, темы	Название разделов и тем	Код личностных результатов реализации программы воспитания	Кол-во часов	№ учебного занятия	Название темы учебного занятия	Домашнее задание
I курс (1 семестр)						
	Введение		1	1	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»	С.В. Ким «Основы безопасности жизнедеятельности» учебник 10-11класс. §1
1	Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	ЛР 3,7,9,10	16			
1.1	Общие понятия о здоровье		1	2	Здоровье и здоровый образ жизни.	§ 27-10кл; §27- 11 кл
1.2	Факторы, способствующие укреплению здоровья		5	3	Двигательная активность	Составить таблицу «Факторы, укрепляющие здоровье»
				4	Режим дня. Рациональное питание	§ 27,28-11кл
				5	Закаливание. Правила личной гигиены	Повторить материал конспекта
				6	Практическое занятие № 1 по теме «Изучение основных положений организации рационального питания»	§ 27,28-11кл

				7	Влияние неблагоприятной среды на здоровье человека. Основные источники загрязнений	§13,19-10кл
1.3	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека		1	8	Техносфера как источник негативных факторов	§14,19-10кл
1.4	Вредные привычки		3	9	Алкоголь и его влияние на здоровье человека	§30-11кл
				10	Курение и его влияние на состояние здоровья	§ 30-11кл
				11	Наркомания и токсикомания.	§13-11кл
1.5	Основные нормативные акты, определяющие правила и безопасность дорожного движения		2	12	Правила и безопасность дорожного движения	§14-11кл
				13	Практическое занятие № 2 по теме «Изучение моделей поведения пешеходов при организации дорожного движения»	§14-11кл
1.6	Репродуктивное здоровье		1	14	Репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него	§26, 29-11кл
1.7	Правовые основы взаимоотношения полов.		3	15	Брак и семья	Повторить материал конспекта

				16	Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка»	Повторить материал конспекта
				17	Контрольная работа № 1 по теме «Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья»	
2	Государственная система обеспечения безопасности населения	ЛР 2,3	17			
2.1	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций		2	18	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	§13-10кл
				19	Поражающие факторы оружия массового поражения. Мероприятия по защите населения	§16-10кл, Приложение №3§
2.2	Модели поведения в условиях ЧС		2	20	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	§13-15-10кл
				21	Практическое занятие № 3 по теме «Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии»	§15-11кл
2.3	Организация защиты населения от ЧС		3	22	Предназначение, структура и задачи РСЧС	§11-13-10кл
				23	Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны	§12-10кл
				24	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС	§ 12,18-10кл

2.4	Аварийно-спасательные работы		4	25	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые в зонах чрезвычайных ситуаций	Повторить материал конспекта
				26	Практическое занятие № 4 по теме «Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте»	§15-10кл
				27	Санитарная обработка людей после их пребывания в зонах заражения.	Повторить материал конспекта
				28	Практическое занятие № 5 по теме «Изучение первичных средств пожаротушения»	
2.5	Защита населения от ЧС		3	29	Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций	Повторить материал конспекта
				30	Организация гражданской обороны в образовательном учреждении.	Повторить материал конспекта
				31	Практическое занятие № 6 по теме «Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС»	§20-10кл
2.6	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан		3	32	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта.	§11,12-11кл
				33	Правовые основы организации защиты населения от ЧС	Подготовиться к контрольной работе

				34	Контрольная работа № 2 по разделу «Государственная система безопасности населения»	
I курс (2 семестр)						
3	Основы обороны государства и воинская обязанность	ЛР 1,2,3	18			
3.1	Создание Вооруженных Сил РФ		1	35	История создания Вооруженных Сил России . Основные задачи Вооруженных сил РФ	§21-10кл, §16-11кл
3.2	Организационная структура Вооруженных Сил РФ		2	36	Организация и структура Вооруженных Сил РФ.	§22-11кл
				37	Другие войска РФ. Их состав и предназначение	Повторить материал конспекта
3.3	Воинская обязанность		2	38	Воинская обязанность. Воинский учет	§ 27-10кл, §17-11кл
				39	Организация медицинского освидетельствования при постановке на воинский учет	Повторить материал конспекта
3.4	Подготовка и прохождение службы в Вооруженных Силах РФ		4	40	Обязательная и добровольная подготовка к военной службе.	§ 19-11кл
				41	Организация призыва на военную службу. Прохождение службы	§ 21-11кл

				42	Прохождение воинской службы по контракту, в соответствии с получаемой профессией.	§ 17-11кл
				43	Условия прохождения альтернативной гражданской службы	§ 21-11кл
3.5	Требования к воинской деятельности		3	44	Качество личности военнослужащего как защитника Отечества	§ 20-11кл
				45	Воинская дисциплина и ответственность. Единоначалие-принцип строительства Вооруженных Сил РФ	§ 24-10кл, §20-11кл
				46	Практическое занятие № 7 по теме «Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции»	
3.6	Подготовка военных кадров		1	47	Как стать офицером Российской армии.	Повторить материал конспекта
3.7	Традиции и ритуалы Вооруженных Сил		3	48	Боевые традиции Вооруженных Сил России. Патриотизм и верность воинскому долгу	§ 25-10кл, §25 -11кл
				49	Практическое занятие № 8 по теме «Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки»	

			1	50	Ритуалы Вооруженных Сил РФ. Символы воинской чести	Повторить материал конспекта
3.8	Начальная военная подготовка		2	51	Огневая подготовка. Автомат Калашникова.	Подготовиться к контрольной работе
				52	Контрольная работа № 3 по разделу « Основы обороны государства и воинская обязанность»	
4	Основы медицинских знаний	ЛР 4,7,12	20			
4.1	Первая медицинская помощь		1	53	Общие правила оказания первой медицинской помощи.	§ 31-10кл, § 31-11кл
4.2	Травмы		4	54	Правила оказания первой помощи при травмах	§32-10кл
				55	Первая помощь при ранениях	§ 33-10кл §32-11кл
				56	Первая помощь при переломах, электротравмах и повреждении молнией	§ 33-11кл
				57	Первая помощь при травматическом токсикозе	Повторить материал конспекта

4.3	Кровотечения		2	58	Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях	§33-10кл
				59	Практическое занятие № 9 по теме «Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях»	§33-10кл
4.4	Воздействие экстремальных температур на организм человека.		1	60	Основные виды и степени ожогов. Первая помощь при ожогах.	§33-11кл
				61	Первая помощь при воздействии высоких температур.	§33-11кл
				62	Первая помощь при обморожениях и переохлаждениях	§33-11кл
4.5	Инородные тела в верхних дыхательных путях		1	63	Способы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей	Ответить на вопросы, используя конспект
4.6	Отравления		1	64	Первая помощь при отравлениях.	§35-11кл
4.7	Обмороки, отсутствие сознания		2	65	Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока	Ответить на вопросы, используя конспект
				66	Практическое занятие № 10 по теме «Изучение и освоение способов искусственного дыхания»	§34—11кл

4.8	Инфекционные заболевания		2	67	Основные инфекционные болезни, их профилактика.	§ 28-10кл
				68	Инфекции, передаваемые половым путем, и их профилактика	§ 30-10кл
4.9	Здоровье нации.		4	69	Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основы ухода за младенцем.	Ответить на вопросы, используя конспект
				70	Контрольная работа № 4 по теме «Основы медицинских знаний»	
				71	Обобщение по курсу основ безопасности жизнедеятельности	Подготовиться к дифференцированному зачету
				72	Дифференцированный зачет	

5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

5.1. Материально-техническое обеспечение

Освоение программы учебного предмета УП.07 Основы безопасности жизнедеятельности предполагает наличие в ГБПОУ РК «Сакский технологический техникум» кабинета основ безопасности жизнедеятельности.

Оборудование учебного кабинета:

- стулья – 30 шт.;
- парты – 15 шт.;
- учительский стол – 1 шт.;
- учительский стул – 1 шт.;
- доска – 1 шт.;
- сейф – 1 шт.;
- пневматическая винтовка – 2 шт.;
- экран – 1 шт.;
- огнетушитель ОП-5;
- наглядные пособия (комплекты плакатов);
- портреты выдающихся военных начальников;
- макет автомата Калашникова - 2 шт.;
- винтовка пневматическая ИЖ-60 – 1 шт.;
- винтовка пневматическая МР-512 – 1 шт.

5.2. Основная учебная литература

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы: базовый уровень: учебник / С.В. Ким, В.А. Горский. – 5-е изд., стер.- Москва: Просвещение, 2022. – 396

5.3. Дополнительная учебная литература

1. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник для общеобразовательной организации: базовый уровень, под редакцией А.Т. Смирнова; Рос. Акад. Наук, Рос. Акад. образования, «Просвещение» - М. Просвещение, 2014
2. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учебник для общеобразовательной организации: базовый уровень. Под редакцией А.Т. Смирнова; Рос. Акад. Наук, Рос. Акад. образования, «Просвещение» - М. Просвещение, 2014.

5.4. Электронные издания и интернет-ресурсы

1. <http://www.mchs.gov.ru> (сайт МЧС РФ). <http://www.mvd.ru>(сайт МВД РФ). <http://mil.ru> (сайт Минобороны). www.fsb.ru(сайт ФСБ РФ). <http://edu.gov.ru>(сайт Министерства просвещения РФ)
2. www.dic.academic.ru (Академик. Словари и энциклопедии). www.booksgid.com (Boo Gid. Электронная библиотека).
3. www.globalteka.ru/index.html (Глобалтека. Глобальная библиотека научных ресурсов). www.window.edu.ru (Единое окно доступа к образовательным ресурсам). www.iprbookshop.ru (Электронно-библиотечная система IPRbooks).
4. www.school.edu.ru/default.asp (Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность).
5. www.ru/book (Электронная библиотечная система).
6. www.robediteli.ru (проект «ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны»). www.monino.ru (Музей Военно-Воздушных Сил).

