



Рабочая программа учебной дисциплины ОП.11 Безопасность жизнедеятельности разработана для реализации программы профессионального обучения и социально-профессиональной адаптации обучающихся по профессии 33.014 Пекарь, Повар судовой на основе общероссийского классификатора профессий рабочих, должностей служащих и тарифных разрядов (ОКПДТР, ОК 016-94), квалификационной характеристики по рабочей профессии ЕТКС, Пекарь 3 разряд и Профессионального стандарта 33.014 Пекарь, утвержденного приказом № 726 Министерства образования и науки РФ от 02 августа 2013г.

Рассмотрена на заседании ПЦК гуманитарных и естественнонаучных дисциплин  
протокол № 9 от «21» апреля 2021г.

Председатель ПЦК  / С.В Истомина./

Организация - разработчик: ГАПОУ ТО «ТКТТС»

Организация-разработчик: ГАПОУ ТО «ТКТТС»

Разработчик:

М.Н. Костырев, преподаватель ОБЖ ГАПОУ ТО «ТКТТС»

## **СОДЕРЖАНИЕ**

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

## 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### ОП.11. БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.11 Безопасность жизнедеятельности является обязательной частью общепрофессионального цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессии 33.014 Пекарь, Повар судовой.

Учебная дисциплина ОП.11 Безопасность жизнедеятельности обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций по всем видам деятельности ФГОС по профессии 33.014 Пекарь, Повар судовой. Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК и ПК по профессии

Код	Наименование общих компетенций
ОК 1	Понимать сущность и социальную значимость будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 2	Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.
ОК 3	Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.
ОК 4	Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.
ОК 5	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
ОК 6	Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.
ОК 7	Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

Код	Наименование профессиональных компетенций
ПК 5.1.	Вести борьбу за живучесть судна.
ПК 5.2.	Покидать судно в случае аварии и выживать на воде с применением штатных и приспособленных технических средств.
ПК 5.3.	Оказывать первую медицинскую помощь.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ПК 5.1. ПК 5.2. ПК 5.3. ОК 1. ОК 2. ОК 3. ОК 4. ОК 5. ОК 6. ОК 7.	организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций; предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности	принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России; основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;

<p>и быту; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; применять первичные средства пожаротушения; ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности; применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью; владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы; оказывать первую помощь пострадавшим.</p>	<p>основы военной службы и обороны государства; задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения; меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах; организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке; основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО; область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы; порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</p>
--	---

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	32
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	32
в том числе:	
Лабораторные работы	-
Практические занятия	22
контрольные работы	-
курсовая работа (проект) (если предусмотрено)	не предусмотрена
Самостоятельная работа обучающегося (если предусмотрено)	не предусмотрена
В том числе подготовка докладов, сообщений, презентаций, подготовка демонстрационного материала для оказания ПМП	
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.11 Безопасность жизнедеятельности

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Код компетенций
<b>Введение</b>	Содержание учебного материала	1	ПК 5.1.- ПК 5.3. ОК 1. - ОК 7.
	Современный мир и его влияние на окружающую среду		
<b>Тема 1.1.</b> ЧС природного и техногенного характера	Раздел 1. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях	9	
	Содержание учебного материала		
<b>Тема 1.2.</b> ЧС военного времени	1. ЧС природного и техногенного происхождения	1	ПК 5.1.- ПК 5.3. ОК 1. - ОК 7.
	2. ЧС социального происхождения (терроризм)	2	
<b>Тема 2.</b> Защита населения в ЧС	Содержание учебного материала	2	ПК 5.1.- ПК 5.3. ОК 1. - ОК 7.
	1. Оружие массового поражения, общие понятия.	2	
	Практические занятия		
	ПР № 1. Ядерное оружие. Химическое и биологическое оружие		
<b>Тема 3.</b> Устойчивость объектов экономики в ЧС	ПР № 2. Действия населения в чрезвычайных ситуациях военного времени	2	
	Раздел 2. Защита населения и территории в чрезвычайных ситуациях	8	
	Содержание учебного материала		
	1. Единая система РСЧС. Гражданская оборона	2	ПК 5.1.- ПК 5.3. ОК 1. - ОК 7.
<b>Тема 4.</b> Основы военной службы	Практические занятия	2	
	ПР № 3. Инженерная защита от ЧС	2	
	ПР № 4. Средства индивидуальной защиты	2	
	Раздел 3. Устойчивость объектов экономики в ЧС	21	
<b>Тема 5.1.</b> Здоровый образ жизни	Содержание учебного материала	2	ПК 5.1.- ПК 5.3. ОК 1. - ОК 7.
	1. Понятия устойчивой работы объектов экономики. Пути и способы повышения устойчивой работы объектов экономики	2	
	Раздел 4. Основы военной службы	7	
	Содержание учебного материала		
<b>Тема 5.2.</b> Основы медицинских знаний	1. Национальная и военная безопасность РФ	2	ПК 5.1.- ПК 5.3. ОК 1. - ОК 7.
	Практические занятия	2	
	ПР № 5. Основные задачи и структура современных ВС РФ	2	
	3. Военная служба, порядок прохождения	2	
<b>Тема 5.1.</b> Здоровый образ жизни	4. Военно-патриотическое воспитание	2	
	Раздел 5. Здоровый образ жизни и основы медицинских знаний	12	
	Содержание учебного материала		
	Практические занятия	2	ПК 5.1.- ПК 5.3. ОК 1. - ОК 7.
<b>Тема 5.2.</b> Основы медицинских знаний	ПР № 6. Здоровье человека и ЗОЖ. Факторы, формирующие здоровье. Организация труда, отдыха и эффективной самостоятельной работы	2	
	Содержание учебного материала		
	Практические занятия	2	ПК 5.1.- ПК 5.3. ОК 1. - ОК 7.
	ПР № 7. Общие правила оказания первой доврачебной помощи при кровотечениях, переломах, ожогах, отmorожениях, отравлениях и поражениях электрическим током.	2	
<b>Дифференцированный зачёт</b>	ПР № 8. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца	2	
	Содержание учебного материала		
	Практические занятия	2	
	ПР № 7. Общие правила оказания первой доврачебной помощи при кровотечениях, переломах, ожогах, отmorожениях, отравлениях и поражениях электрическим током.	2	ПК 5.1.- ПК 5.3. ОК 1. - ОК 7.
Всего:	Максимальная учебная нагрузка:	32	
	Обязательная аудиторная нагрузка:	32	
	Самостоятельная работа обучающихся:	20	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Для реализации программы дисциплины имеется учебный кабинет безопасности жизнедеятельности и охраны труда.

##### Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-наглядных пособий по БЖД;
- стенды.

##### Технические средства обучения:

1. компьютер с лицензионным программным обеспечением;
2. проектор.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

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

##### Основные источники:

##### Дополнительные источники:

1. Арустамов, Э.А. Безопасность жизнедеятельности [Текст]: учеб. для студ. сред. проф. учеб. заведений / Э.А. Арустамов, Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко, Г.В. Гуськов. – 9-е изд., стер. – М.: издательский центр «Академия», 2015 – 176 с.

2. Ястребов, Г.С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф [Текст]: учебное пособие / Г. С. Ястребов. – изд. 4-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2014. – 397с.

3. Максимова, Л.Н. Методические рекомендации по выполнению практических работ по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» / Л.Н. Максимова. – Тюмень: ФГОС СПО «ЗСГК», 2006. – 46 с.

4. Максимова, Л.Н. Сборник контрольных работ по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» / Л.Н. Максимова. – Тюмень: ФГОС СПО «ЗСГК», 2006. – 12 с.

5. Практикум по безопасности жизнедеятельности: учебное пособие к лабораторным и практическим работам / под общ. ред. А.В. Фролова. – Ростов н/Д: Феникс, 2009. – 490, [3] с.: ил. – (Высшее образование).

6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://window.edu.ru>.

7. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов Министерства образования и науки РФ [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.fcior.edu.ru>.

##### Интернет-ресурсы:

1. <http://kuhta.clan.su/> Школа сайт учителя Кухта Станислава Геннадьевича

2. <http://www.obzh.ru/> Новости ОБЖ

3. <http://www.alleng.ru/edu/saf1.htm> Образовательные ресурсы Интернета.

Страница ОБЖ

4. <http://www.school-obz.org/archive/2009.htm> Информационные метод издания

5. [http://referat.deport.ru/subjects/showReferats/bezopasnost\\_zhiznedejatelnosti.html](http://referat.deport.ru/subjects/showReferats/bezopasnost_zhiznedejatelnosti.html)

Рефераты по ОБЖ

6. <http://www.bezopasnost.edu66.ru/> Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё о Безопасности Жизнедеятельности

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

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p><b>уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;</li> <li>– предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;</li> <li>– использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;</li> <li>– применять первичные средства пожаротушения;</li> <li>– ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;</li> <li>– применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;</li> <li>– владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;</li> <li>– оказывать первую помощь пострадавшим.</li> </ul>	<p>Устный опрос Тестирование Экспертное оценивание выполнения практической работы Дифференцированный зачет</p>
<p><b>знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;</li> <li>– основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;</li> <li>– основы военной службы и обороны государства;</li> <li>– задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;</li> <li>– меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;</li> <li>– организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;</li> <li>– основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;</li> <li>– область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;</li> <li>– порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.</li> </ul>	<p>Устный опрос Тестирование Экспертное оценивание выполнения практической работы Дифференцированный зачет</p>

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у обучающихся не только сформированность общих компетенций, но и развитие профессиональных компетенций и обеспечивающих их умений.



Результаты (освоенные компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	- демонстрация интереса к будущей профессии.	Экспертное наблюдение и оценка выполнения практических работ, самостоятельных внеаудиторных работ, ответов на вопросы дифференцированного зачета
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.	- демонстрация выбора и применения методов и способов решения профессиональных задач в области эксплуатации судовых энергетических установок; - оценка эффективности и качества выполнения профессиональных задач.	
ОК 3. Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы	- демонстрация способности принимать решения в стандартных и нестандартных профессиональных задачах в области эксплуатации судовых энергетических установок и несении за них ответственности.	
ОК 4. Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.	- эффективный поиск необходимой информации; - использование различных источников информации для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.	- демонстрация навыков использования информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.	
ОК 6. Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.	- взаимодействие с обучающимися, преподавателями и мастерами в ходе обучения, с членами экипажа судна при прохождении производственной практики.	
ОК 7. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний	- демонстрация готовности к исполнению воинской обязанности	
ПК 1.1. Составлять плановое меню на различные периоды времени (ежедневное, недельное, двух или четырех недельное)	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД при составлении планового меню	
ПК 1.2. Участвовать в составлении заявок на продукты питания	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД при участии в составлении заявок	
ПК 1.3. Контролировать качество принимаемых на камбуз пищевых продуктов и полуфабрикатов	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД в ходе приемки продуктов и полуфабрикатов	
ПК 1.4. Осуществлять хранение продуктов	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД в ходе хранения продуктов	
ПК1.5. Вести учет движения продуктов	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД в ходе учета продуктов	
ПК 2.1. Поддерживать санитарное состояние камбуза, камбузной посуды, инвентаря, инструментов и спецодежды	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД при поддержании санитарного состояния имущества	
ПК 2.2. Обслуживать холодильное оборудование, применяемое на судне	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД в ходе обслуживания холодильного оборудования	
ПК 2.3. Обслуживать механическое оборудование, применяемое на камбузе	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД в ходе обслуживания механического оборудования	
ПК 2.4. Обслуживать тепловое оборудование, применяемое на камбузе	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД в ходе обслуживания теплового оборудования	
ПК 3.1. Готовить и отпускать холодные блюда и закуски	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД в ходе приготовления и отпуска блюд	
ПК 3.2. Готовить и отпускать первые блюда и соусы	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД в ходе приготовления и отпуска блюд	
ПК 3.3. Готовить и отпускать блюда и гарниры из круп, бобовых и макаронных изделий	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД в ходе приготовления и отпуска блюд	
ПК3.4. Готовить и отпускать блюда и гарниры из овощей	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД в ходе приготовления и отпуска блюд	
ПК 3.5. Готовить и отпускать блюда из рыбы и морепродуктов	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД в ходе приготовления и отпуска блюд	
ПК 3.6. Готовить и отпускать блюда из мяса, мясных	демонстрация практических знаний и умений по	

продуктов и птицы	обеспечению БЖД в ходе приготовления и отпуска блюд
ПК 3.7. Готовить и отпускать блюда из яиц и творога	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД в ходе приготовления и отпуска блюд
ПК 3.8. Готовить сладкие блюда и напитки	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД в ходе приготовления блюд, напитков
ПК 3.9. Готовить мучные кулинарные блюда	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД в ходе приготовления мучных блюд
ПК 3.10. Готовить блюда диетического питания	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД в ходе приготовления диетических блюд
ПК 4.1. Выпекать хлеб и хлебобулочные изделия	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД в ходе выпечки хлеба
ПК 5.1. Вести борьбу за живучесть судна	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД в ходе работ по живучести судна
ПК 5.2. Покидать судно в случае аварии и выживать на воде с применением штатных и приспособленных технических средств	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД при аварии на воде
ПК 5.3. Оказывать первую медицинскую помощь	демонстрация практических знаний и умений по обеспечению БЖД при оказании первой доврачебной помощи