**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ**

**РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

**ГБПОУ РК «КЕРЧЕНСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**

|  |  |
| --- | --- |
| Введено в действие  приказом директора  от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.  № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | УТВЕРЖДАЮ  Зам. директора поУПр  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Письменная С.Ю. |

**Рабочая ПРОГРАММа УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.09 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*2024 год*

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  на заседании методического совета  Протокол № \_\_\_\_\_\_  от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_\_ г.  Председатель методсовета  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Казак С.В. | Рассмотрено и одобрено на заседании  предметной цикловой комиссии профессиональных дисциплин сферы обслуживания  Протокол № \_\_\_  от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_г.  Председатель ПЦК \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Педант Р.Г. |

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования специальности 43.02.15. Поварское и кондитерское дело, утвержденного Приказом Минобрнауки РФ приказом от 09 декабря 2016 года №1565 (ред. от 17.12.2020) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 43.02.15. Поварское и кондитерское дело, укрупнённая группа 43.00.00 Сервис и туризм, с учетом примерной рабочей программы учебной дисциплины «СГ Безопасность жизнедеятельности», одобренной на заседании Педагогического совета ФГБОУ ДПО ИРПО протокол №17 от «18» июня 2024 года

Организация-разработчик: ГБПОУ РК «Керченский политехнический колледж»

Разработчики:

Красов Максим Сергеевич, преподаватель

Дон Елена Владимировна, преподаватель

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **стр.** |
| * + 1. **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**   **УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** | **5** |
| * + 1. **СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** | **9** |
| * + 1. **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** | **15** |
| **4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ** | **17** |

**1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:**

Учебная дисциплина «ОП.09 Безопасность жизнедеятельности» является обязательной частью общепрофессионального цикла основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 43.02.15. Поварское и кондитерское дело, укрупнённая группа 43.00.00 Сервис и туризм.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, 02, 04, 07.

**1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:**

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Код  ОК, ПК | Умения | Знания |
| ОК 01.  Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно  к различным контекстам | соблюдать нормы экологической безопасности на рабочем месте;  использовать на рабочем месте средства индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС | актуальный профессиональный и социальный контекст поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;  область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы |
| ОК 02.  Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности | выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС | порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды в процессе решения задач социальной и профессиональной деятельности |
| ОК 04.  Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде | участвовать в работе коллектива, команды, взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами для создания человека - и природ защитной среды осуществления профессиональной деятельности. | психологические аспекты деятельности трудового коллектива и личности для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте. |
| ОК 07.  Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени | действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;  соблюдать правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны  владеть общей физической и строевой подготовкой, навыками обязательной подготовки к военной службе;  выполнять мероприятия доврачебной помощи пострадавшим;  демонстрировать основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим;  осуществлять профилактику инфекционных заболеваний;  определять показатели здоровья и оценивать физическое состояние | нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности;  основы военной безопасности и обороны государства;  организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;  основы строевой, огневой и тактической подготовки;  боевые традиции Вооруженных Сил России;  характеристики поражений организма человека от воздействий опасных факторов;  классификацию и общие признаки инфекционных заболеваний;  факторы формирования здорового образа жизни |
| ПК 1.1.  Организовывать подготовку рабочих мест, оборудования, сырья, материалов для приготовления полуфабрикатов в соответствии с инструкциями и регламентами | обеспечивать соблюдение правил техники безопасности, пожарной безопасности, охраны труда на рабочем месте; | системы охраны труда, пожарной безопасности и техники безопасности при выполнении работ; |
| ПК 3.1. Организовывать подготовку рабочих мест, оборудования, сырья, материалов для приготовления холодных блюд, кулинарных изделий, закусок в соответствии с инструкциями и регламентами | контролировать соблюдение правил техники безопасности, пожарной безопасности, охраны труда на рабочем месте; | требования охраны труда, пожарной безопасности, техники безопасности при выполнении работ; |

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

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

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | **Объем часов** |
| **Объем образовательной программы** | **68** |
| **в т.ч. в форме практической подготовки** | 48 |
| **Суммарная учебная нагрузка во взаимодействии с преподавателем** | **68** |
| в том числе: | |
| теоретическое обучение | 18 |
| практические занятия | 48 |
| **Промежуточная аттестация в форме** дифференцированного зачёта | **2** |

**2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП. 09 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование разделов и тем** | **Содержание учебного материала, лабораторные и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, домашняя работа, курсовая работа (проект)** | | **Объем часов / в том числе в форме практической подготовки** | **Коды формируемых компетенций** |
| **Раздел 1. Теоретические основы безопасности жизнедеятельности и поведение человека в чрезвычайных ситуациях** | | | **8 / 4** | **ОК 01, 02, 04, 07, ПК 1.1, ПК 3.1,** |
| **Тема 1.1.**  **Теоретические основы безопасности жизнедеятельности** | Содержание учебного материала | | 2 | ОК 01, 02, 04, 07, ПК 1.1, ПК 3.1, |
| 1 | Входной контроль. Цели и задачи изучения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности». Разновидности опасностей современного мира. Защита человека и окружающей среды от опасностей. Сущность понятия «безопасность жизнедеятельности». Возникновение и развитие научных представлений о человеко- и природозащитной деятельности. Представление о системе «человек – среда обитания», ее структуре и функциональных связях. Системы безопасности и их структура. Вред, ущерб – виды и характеристики. Нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности. Способы минимизации угрозы потерь, вызываемых нарушениями норм безопасности жизнедеятельности на рабочем месте специалиста по поварскому и кондитерскому делу |
| **Тема 1.2.**  **Безопасное поведение человека в чрезвычайных ситуациях** | Содержание учебного материала | | 2 | ОК 01, 02, 04, 07, ПК 1.1, ПК 3.1, |
| 1 | Понятие и общая классификация чрезвычайных ситуаций. ЧС природного, техногенного и социального характера. Общие правила безопасного поведения в ЧС и особенности безопасного поведения в процессе выполнения профессиональных функций. Действия населения по сигналам гражданской обороны  Порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях в процессе выполнения профессиональных функций |
| Практические занятия | | 4/4 |
| 1 | Использование на рабочем месте средств индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС |
| 2 | Правила поведения и действия по сигналам гражданской обороны |
| **Раздел 2. Основы военной службы и медицинской подготовки** | | | **58 / 44** | **ОК 01, 02, 04, 07, ПК 1.1, ПК 3.1,** |
| **Модуль «Основы военной службы» (для юношей)»** | | |  |  |
| **Тема 2.1.**  **Основы военной безопасности Российской Федерации** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Россия в современном мире, оборона страны как обязательное условие мирного социально-экономического развития Российской Федерации и обеспечение её военной безопасности. Военная служба в исторической ретроспективе и перспективе. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск, история их создания, их основные задачи. Руководство и управление Вооруженными Силами. Организация обороны Российской Федерации |
| **Тема 2.2. Организационные и правовые основы военной службы в Российской Федерации** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Военная служба как вид федеральной государственной службы и разновидность профессиональной служебной деятельности: особенности и предназначение. Правовой статус военнослужащих. Права и обязанности военнослужащих. Социальное обеспечение военнослужащих. Понятие и сущность воинской обязанности. Воинский учет граждан. Призыв граждан на военную службу. Медицинское освидетельствование и обследование граждан при постановке их на воинский учет и при призыве на военную службу. Обязательная и добровольная подготовка граждан к военной службе. Начало, срок и окончание военной службы. Увольнение с военной службы. Прохождение военной службы по призыву, по контракту. Альтернативная гражданская служба. Ответственность военнослужащих.  Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации |
| Практические занятия | | 6/6 |
| 3 | Самоподготовка будущего призывника к осуществлению военной деятельности |
| **Тема 2.3.**  **Основы строевой и физической подготовки** | Содержание учебного материала | | 2 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Строевая подготовка: строи и управление ими, строевые приемы и движение без оружия, строевые приемы и движение с оружием, выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него, строи отделения, действия военнослужащих у автомобилей и на автомобилях.  Цель и задачи физической подготовки, содержание, средства физической подготовки. Этапы проведения физической подготовки военнослужащих. |
| Практические занятия | | 8/8 |
| 4 | Строевая и физическая подготовка |
| **Тема 2.4.**  **Основы огневой подготовки** | Содержание учебного материала | | 2 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Понятие «огневая подготовка». Требования к организации, порядку и мерам безопасности во время стрельб и тренировок. Правила безопасного обращения с оружием. Изучение условий выполнения упражнения начальных стрельб из стрелкового оружия. Способы удержания оружия и правильность прицеливания. Материальная часть автомата Калашникова, разборка, сборка, чистка, смазка и хранение автомата, осмотр и подготовка автомата к стрельбе, ведение огня из автомата, ручные осколочные гранаты |
| Практические занятия | | 8/8 |
| 5 | Отработка начальных навыков обращения с оружием |
| **Тема 2.5.**  **Основы тактической подготовки** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Основы общевойскового боя. Основные понятия общевойскового боя (бой, удар, огонь, маневр). Виды маневра. Походный, предбоевой и боевой порядок действия подразделений. Оборона, ее задачи и принципы. Наступление, задачи и способы |
| **Тема 2.6.**  **Основы военной топографии** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Местность как элемент боевой обстановки. Тактические свойства местности, основные её разновидности и влияние на боевые действия войск. Сезонные изменения тактических свойств местности. Типы укрытий на разных типах местности (горная, степь, лес и т.д.) |
| **Тема 2.7.**  **Основы инженерной подготовки** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Порядок оборудования позиции отделения. Назначение, размеры и последовательность оборудования окопа для стрелка. Шанцевый инструмент, его назначение, применение и сбережение |
| **Тема 2.8.**  **Основы военно-медицинской подготовки. Тактическая медицина** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, ПК 1.1, ПК 3.1, |
| 1 | Виды боевых ранений и опасность их получения. Состав и назначение штатных и подручных средств первой помощи.  Алгоритм оказания первой помощи при различных состояниях, в т.ч. боевых ранений. Условные зоны оказания первой помощи: характеристика особенностей «красной», «желтой» и «зеленой» зон. Объем мероприятий первой помощи в каждой зоне.  Порядок выполнения мероприятий первой помощи в каждой зоне. |
| Практические занятия | | 6/6 |
| 6 | Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации |
| **Тема 2.9.**  **Символы воинской чести. Боевые традиции Вооруженных Сил России** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Боевое Знамя части – символ воинской чести, доблести и славы. Боевые традиции Вооруженных сил РФ. Ордена – почетные награды за воинские отличия в бою и заслуги в военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Патриотизм и верность воинскому долгу. Дружба, войсковое товарищество. |
| **Тема 2.10**  **Общие правила оказания первой помощи** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Оценка состояния пострадавшего. Общая характеристика поражений организма человека от воздействия опасных факторов. Общие правила и порядок оказания первой медицинской помощи. Первая доврачебная помощь при различных повреждениях и состояниях организма.  Транспортная иммобилизация и транспортирование пострадавших при различных повреждениях |
| Практические занятия | | 10/10 |
| 7 | Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации |
| 8 | Первая помощь при отсутствии сознания, при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца) |
| 9 | Первая помощь при наружных кровотечениях, при травмах различных областей тела |
| 10 | Первая помощь при ожогах и воздействии высоких температур, при воздействии низких температур |
| 11 | Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, при отравлениях |
| **Тема 2.11**  **Профилактика инфекционных заболеваний** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, ПК 1.1, ПК 3.1, |
| 1 | Из истории инфекционных болезней. Классификация инфекционных заболеваний. Общие признаки инфекционных заболеваний. Естественный микробный фон кожи. Патогенные микроорганизмы. Бессимптомная латентная инфекция. Инфекционные заболевания и бациллоносительство. Периоды протекания инфекционных заболеваний. Воздушно-капельные инфекции. Желудочно-кишечные инфекции. Пищевые отравления бактериальными токсинами. Определение понятия «иммунитет». |
| Практические занятия | | 3/3 |
| 12 | Правила госпитализации инфекционных больных |
| **Тема 2.12**  **Обеспечение здорового образа жизни** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, ПК 1.1, ПК 3.1, |
| 1 | Здоровье и факторы его формирования. Здоровый образ жизни и его составляющие. Двигательная активность и здоровье. Питание и здоровье. Вредные привычки. Факторы риска. Понятие об иммунитете и его видах |
| Практические занятия | | 3/3 |
| 13 | Показатели здоровья и факторы, их определяющие. |
| 14 | Оценка физического состояния |
| **Раздел 2. Основы военной службы и медицинской подготовки** | | | **58 / 44** | **ОК 01, 02, 04, 07, ПК 1.1, ПК 3.1,** |
| **Модуль «Основы медицинских знаний» (для девушек)** | | |  |  |
| **Тема 2.1.**  **Основы военной безопасности Российской Федерации** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Россия в современном мире, оборона страны как обязательное условие мирного социально-экономического развития Российской Федерации и обеспечение её военной безопасности. Военная служба в исторической ретроспективе и перспективе. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск, история их создания, их основные задачи. Руководство и управление Вооруженными Силами. Организация обороны Российской Федерации |
| **Тема 2.2. Организационные и правовые основы военной службы в Российской Федерации** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Военная служба как вид федеральной государственной службы и разновидность профессиональной служебной деятельности: особенности и предназначение. Правовой статус военнослужащих. Права и обязанности военнослужащих. Социальное обеспечение военнослужащих. |
| Практические занятия | | 4/4 |
| 3 | Самоподготовка будущего призывника к осуществлению военной деятельности |
| **Тема 2.3.**  **Основы строевой и физической подготовки** | Содержание учебного материала | | 2 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Строевая подготовка: строи и управление ими, строевые приемы и движение без оружия, строевые приемы и движение с оружием, выполнение воинского приветствия, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него, строи отделения, действия военнослужащих у автомобилей и на автомобилях.  Цель и задачи физической подготовки, содержание, средства физической подготовки. Этапы проведения физической подготовки военнослужащих. |
| Практические занятия | | 6/6 |
| 4 | Строевая и физическая подготовка |
| **Тема 2.4.**  **Основы огневой подготовки** | Содержание учебного материала | | 2 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Понятие «огневая подготовка». Требования к организации, порядку и мерам безопасности во время стрельб и тренировок. Правила безопасного обращения с оружием. Изучение условий выполнения упражнения начальных стрельб из стрелкового оружия. Способы удержания оружия и правильность прицеливания. Материальная часть автомата Калашникова, разборка, сборка, чистка, смазка и хранение автомата, осмотр и подготовка автомата к стрельбе, ведение огня из автомата, ручные осколочные гранаты |
| Практические занятия | | 6/6 |
| 5 | Отработка начальных навыков обращения с оружием |
| **Тема 2.5.**  **Основы тактической подготовки** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Основы общевойскового боя. Основные понятия общевойскового боя (бой, удар, огонь, маневр). Виды маневра. Походный, предбоевой и боевой порядок действия подразделений. Оборона, ее задачи и принципы. Наступление, задачи и способы |
| **Тема 2.6.**  **Основы военной топографии** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Местность как элемент боевой обстановки. Тактические свойства местности, основные её разновидности и влияние на боевые действия войск. Сезонные изменения тактических свойств местности. Типы укрытий на разных типах местности (горная, степь, лес и т.д.) |
| **Тема 2.7.**  **Основы инженерной подготовки** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Порядок оборудования позиции отделения. Назначение, размеры и последовательность оборудования окопа для стрелка. Шанцевый инструмент, его назначение, применение и сбережение |
| **Тема 2.8.**  **Основы военно-медицинской подготовки. Тактическая медицина** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Виды боевых ранений и опасность их получения. Состав и назначение штатных и подручных средств первой помощи.  Алгоритм оказания первой помощи при различных состояниях, в т.ч. боевых ранений. Условные зоны оказания первой помощи: характеристика особенностей «красной», «желтой» и «зеленой» зон. Объем мероприятий первой помощи в каждой зоне.  Порядок выполнения мероприятий первой помощи в каждой зоне. |
| Практические занятия | | 8/8 |
| 6 | Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации |
| **Тема 2.9.**  **Символы воинской чести. Боевые традиции Вооруженных Сил России** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Боевое Знамя части – символ воинской чести, доблести и славы. Боевые традиции Вооруженных сил РФ. Ордена – почетные награды за воинские отличия в бою и заслуги в военной службе. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации. Патриотизм и верность воинскому долгу. Дружба, войсковое товарищество. |
| **Тема 2.10**  **Общие правила оказания первой помощи** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, |
| 1 | Оценка состояния пострадавшего. Общая характеристика поражений организма человека от воздействия опасных факторов. Общие правила и порядок оказания первой медицинской помощи. Первая доврачебная помощь при различных повреждениях и состояниях организма. Транспортная иммобилизация и транспортирование пострадавших при различных повреждениях |
| Практические занятия | | 12/12 |
| 7 | Общие принципы оказания первой медико-санитарной помощи. Методы доврачебной реанимации |
| 8 | Первая помощь при отсутствии сознания, при остановке дыхания и отсутствии кровообращения (остановке сердца) |
| 9 | Первая помощь при наружных кровотечениях, при травмах различных областей тела |
| 10 | Первая помощь при ожогах и воздействии высоких температур, при воздействии низких температур |
| 11 | Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, при отравлениях |
| **Тема 2.11**  **Профилактика инфекционных заболеваний** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, ПК 1.1, ПК 3.1, |
| 1 | Из истории инфекционных болезней. Классификация инфекционных заболеваний. Общие признаки инфекционных заболеваний. Естественный микробный фон кожи. Патогенные микроорганизмы. Бессимптомная латентная инфекция. Инфекционные заболевания и бациллоносительство. Периоды протекания инфекционных заболеваний. Воздушно-капельные инфекции. Желудочно-кишечные инфекции. Пищевые отравления бактериальными токсинами. Определение понятия «иммунитет». |
| Практические занятия | | 5/5 |
| 12 | Правила госпитализации инфекционных больных |
| **Тема 2.12**  **Обеспечение здорового образа жизни** | Содержание учебного материала | | 1 | ОК 01, 02, 04, 07, ПК 1.1, ПК 3.1, |
| 1 | Здоровье и факторы его формирования. Здоровый образ жизни и его составляющие. Двигательная активность и здоровье. Питание и здоровье. Вредные привычки. Факторы риска. Понятие об иммунитете и его видах |
| Практические занятия | | 3/3 |
| 13 | Показатели здоровья и факторы, их определяющие. |
| 14 | Оценка физического состояния |
| **Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачёта** | | | **2** |  |
| **Всего** | | | **68** |  |

**3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**3.1. Для реализации программы учебной дисциплины предусмотрены следующие специальные помещения:**

Кабинет Безопасности жизнедеятельности, оснащенный необходимым для реализации программы учебной дисциплины оборудованием.

Учебный кабинет Безопасности жизнедеятельности.

**Оборудование учебного кабинета:**

**-** посадочные места по количеству обучающихся – 25;

- рабочее место преподавателя– 1;

- наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, стендов, схем, плакатов, портретов выдающихся людей в области обеспечения безопасной жизнедеятельности населения и др.);

- тренажёры для отработки навыков оказания сердечно-лёгочной реанимации с индикацией правильности выполнения действий на экране компьютера и пульте контроля управления-роботы-тренажёры типа «Гоша», «Александр», «Михаил» и др.;

- имитаторы ранений и поражений;

-образцы средств первой медицинской помощи: индивидуальный перевязочный пакет ИПП-1; жгут кровоостанавливающий; аптечка индивидуальная; комплект противоожоговый; индивидуальный противохимический пакет ИПП-1; сумка санитарная; носилки плащевые;

- образцы средств индивидуальной защиты (СИЗ): противогаз ГП-7, респиратор Р-2, защитный костюм Л-1, общевойсковой защитный костюм и оборудования; общевойсковой прибор химической разведки, компас-азимут; дозиметр бытовой (индикатор радиоактивности);

- макеты: встроенного убежища, быстровозводимого убежища, противорадиационного укрытия, а также макеты местности, зданий и муляжи;

- образцы средств пожаротушения;

-макет автомата Калашникова;

- электронный стрелковый тренажёр.

**Технические средства обучения**

- персональный компьютер, телевизор, выход в локальную сеть

**3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации имеет печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы, для использования в образовательном процессе.

**3.2.1. Основные печатные и электронные издания**

1. Абрамова, С.В. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 399 с. — (Профессиональное образование). —, 2024. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/536696>

2. Косолапова, Н. В., Безопасность жизнедеятельности: учебник / Н. В. Косолапова,   
Н. А. Прокопенко. — Москва: КноРус, 2024. — 222 с. — ISBN 978-5-406-12361-4. — Текст: непосредственный.

3. Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности: учебное издание / Сапронов Ю.Г., Занина И. А. - Москва: Академия, 2023. - 336 c. - (Специальности среднего профессионального образования). – ISBN 978-5-0054-1101-3 — Текст: непосредственный.

4. Сычев, Ю. Н. Безопасность жизнедеятельности: учебное пособие / Ю.Н. Сычев. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: ИНФРА-М, 2024. — 225 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-16-018956-7. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.ru/catalog/product/2080530 – Режим доступа: по подписке.

**3.2.2. Дополнительные источники**

1. Мисюк, М. Н.  Основы медицинских знаний: учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. Н. Мисюк. — 4-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 379 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17442-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/536769.

2. Микрюков, В. Ю. Основы военной службы: строевая, огневая и тактическая подготовка, военная топография: учебник / В.Ю. Микрюков. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2023. — 384 с. — (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-00091-623-0. - Текст: электронный. - URL: https://znanium.ru/catalog/product/1941745 – Режим доступа: по подписке.

3. Резчиков, Е. А.  Безопасность жизнедеятельности: учебник для среднего профессионального образования / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 639 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17400-7. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/542696.

4. Родионова, О. М.  Медико-биологические основы безопасности. Охрана труда: учебник для среднего профессионального образования / О. М. Родионова, Е. В. Аникина, Б. И. Лавер, Д. А. Семенов. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 599 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-17182-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/538055.

5. Суворова, Г. М. Методика обучения безопасности жизнедеятельности: учебное пособие для среднего профессионального образования / Г. М. Суворова, В. Д. Горичева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2024. — 212 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09079-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/538524.

6. Суворова, Г. М. Психологические основы безопасности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / Г. М. Суворова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 183 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-09277-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/513805.

7. Официальный сайт МЧС РФ [Электронный ресурс] - URL: <http://www.mchs.gov.ru>.

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

Контроль и оценка результатов осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и дифференцированного зачета

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Результаты обучения** | **Критерии оценки** |  |
| **Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины** | | |
| Знать:  актуальный профессиональный и социальный контекст поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;  порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды в процессе решения задач социальной и профессиональной деятельности;  психологические аспекты деятельности трудового коллектива и личности для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте;  нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности | владеет знаниями о безопасных условиях жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;  знает порядок применения современных средств и устройств информатизации и цифровых инструментов в обеспечении безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды в процессе решения задач социальной и профессиональной деятельности  ориентируется в психологических аспектах деятельности трудового коллектива и личности для минимизации опасностей и эффективного управления рисками ЧС на рабочем месте.  знает нормы экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; | Письменный и устный опрос.  Тестирование.  Оценка результатов выполнения практических заданий  Промежуточная аттестация |
| **Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины** | | |
| Уметь:  выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;  участвовать в работе коллектива, команды, взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами для создания человека и природ защитной среды осуществления профессиональной деятельности;  действовать в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;  соблюдать нормы экологической безопасности на рабочем месте;  использовать на рабочем месте средства индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС;  соблюдать правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны | демонстрирует умение выявлять и эффективно искать информацию, необходимую для решения задач и/или проблем поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении ЧС;  эффективно участвует в работе коллектива, команды, взаимодействует с коллегами, руководством, клиентами для создания человека - и природ-защитной среды осуществления профессиональной деятельности;  соблюдает нормы экологической безопасности на рабочем месте;  правильно использует на рабочем месте средства индивидуальной защиты от поражающих факторов при ЧС  правильно соблюдает правила поведения и порядок действий населения по сигналам гражданской обороны | Экспертное наблюдение за ходом выполнения практических работ.  Оценка результатов выполнения практических заданий |
| **Перечень знаний, осваиваемых в рамках модуля «Основы военной службы» (юноши)** | | |
| Знать:  основы военной безопасности и обороны государства;  организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;  основы строевой, огневой и тактической подготовки;  область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;  боевые традиции Вооруженных Сил России | демонстрирует знания об основах военной безопасности и обороны государства;  не уклоняется от службы в рядах ВС РФ;  демонстрирует владение основами строевой, огневой и тактической подготовки;  применяет профессиональные знания при исполнении обязанностей военной службы;  демонстрирует знания боевых традиций Вооруженных Сил России | Письменный и устный опрос.  Тестирование.  Оценка результатов выполнения практических заданий  Промежуточная аттестация |
| **Перечень умений, осваиваемых в рамках модуля «Основы военной службы» (юноши)** | | |
| Уметь:  владеть общей физической и строевой подготовкой, навыками обязательной подготовки к военной службе;  выполнять мероприятия доврачебной помощи пострадавшим | демонстрирует общую физическую и строевую подготовку, навыки обязательной подготовки к военной службе; быстро и правильно выполняет мероприятия первой доврачебной помощи пострадавшим | Экспертное наблюдение за ходом выполнения практических работ.  Оценка результатов выполнения практических заданий |
| **Перечень знаний, осваиваемых в рамках модуля «Основы медицинских знаний» (для девушек)** | | |
| Знать:  характеристики поражений организма человека от воздействий опасных факторов;  классификацию и общие признаки инфекционных заболеваний;  факторы формирования здорового образа жизни | владеет знаниями о последствиях поражений организма человека от воздействий опасных факторов;  демонстрирует приемы оказания первой медико-санитарной помощи, владеет методами доврачебной реанимации;  правильно классифицирует инфекционные заболевания демонстрирует знания основ здорового образа жизни | Письменный и устный опрос.  Оценка результатов выполнения практических заданий |
| **Перечень умений, осваиваемых в рамках модуля «Основы медицинских знаний» (для девушек)** | | |
| Уметь:  демонстрировать основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим  осуществлять профилактику инфекционных заболеваний;  определять показатели здоровья и оценивать физическое состояние | демонстрирует основы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим  владеет принципами профилактики инфекционных заболеваний;  определяет показатели здоровья и оценивает физическое состояние | Экспертное наблюдение за ходом выполнения практических работ.  Оценка результатов выполнения практических заданий |