

Министерство образования и науки Республики Татарстан  
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
«Сабинский аграрный колледж»

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

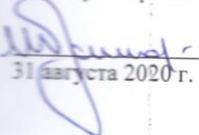
**ОП.08 «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**  
по профессии 16675 Повар

2021 г

Адаптированная программа по профессии 16675 Повар составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по профессии 16675 Повар

Адаптирована для профессиональной подготовки лиц, не имеющих среднего общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья без получения среднего общего образования сроком обучения 1 год 10 мес, методических рекомендаций по обучению, воспитанию детей с ОВЗ (с умственной отсталостью) с учетом их психофизических особенностей.

Согласовано  
Зам. директора по ТО

  
31 августа 2020 г.

Ибрагимов Р.М



Утверждаю  
«Сабинский аграрный

З.М. Бижмухаметов

## СОДЕРЖАНИЕ

стр.

- 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

## Основы безопасности жизнедеятельности

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины разработана с учетом Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья по профессиональной подготовке 16675 Повар

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

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

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь:**  
Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- для ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать:**

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная нагрузка	54
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	36
в том числе:	
практические занятия	26
Промежуточная аттестация в форме	дифференцированного зачёта

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

Наименование разделов и тем	№ урока	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия,	Объем часов	Уровень освоения	
<b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности</b>			<b>21</b>		
<b>Тема 1.1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>5</b>		
	1.	1	Обеспечение личной безопасности на дорогах	1	1
	2.	2	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях	1	1
	3.	3	Пожарная безопасность и правила личной безопасности при пожаре	1	1
	4.	4	Обеспечение личной безопасности на водоёмах	1	1
	5.	5	Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях	1	1
	<b>Практическое занятие</b>		<b>6</b>		
	6.	1	Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов при организации дорожного движения.	1	2
	7.	2	Изучение моделей поведения пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	1	2
	8.	3	Первая помощь при воздействии низких температур.	1	2
	9.	4	Помощь при ранениях	1	2
	10.	5	Помощь при ожогах	1	2
11.	6	Основные правила оказания первой помощи	1	2	
<b>Тема 1.2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>4</b>		
	12.	1.	Чрезвычайные ситуации природного характера и возможные их последствия	1	1
	13.	2	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и возможные их последствия	1	1
	14.	3	Защита при авариях (катастрофах) на пожаро- и взрывоопасных объектах.	1	1
	15.	4	Обеспечение безопасности при обнаружении подозрительных предметов, угрозе совершения и совершённом теракте.	1	1
	<b>Практическое занятие</b>		<b>6</b>		
	16.	7	Способы иммобилизации и переноски пострадавшего	1	2
	17.	8	Правила остановки артериального кровотечения	1	2
	18.	9	Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата	1	2
	19.	10	Отработка действий при возникновении аварии с выбросом сильно действующих ядовитых веществ.	1	2
	20.	11	Отработка моделей поведения по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.	1	2
	21.	12	Отработка нормативов по надеванию противогаза и ОЗК	1	2
<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>			<b>12</b>		
<b>Тема 2.1. Здоровый образ жизни и его составляющие</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		<b>7</b>		
	22.	1.	Биологические ритмы их влияние на здоровье человека	1	1
	23.	2	Здоровый образ жизни	1	1
	24.	3	Правила личной гигиены	1	1
	25.	4	Нравственность и здоровый образ жизни	1	1
	26.	5	Алкоголь и его влияние на здоровье человека.	1	1
	27.	6	Курение и его влияние на состояние здоровья.	1	1

	28.	7	Наркотики и наркомания, социальные последствия.	1	1
	<b>Практическое занятие</b>			<b>5</b>	
	29.	13	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Комплексы гимнастических упражнений.	1	2
	30.	14	Вредные привычки их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	1	2
	31.	15	Правильное питание. Рецепты полезных завтраков.	1	
	32.	16	Инфекции, передаваемые половым путем. ВИЧ, СПИД.	1	2
	33.	17	Профилактика заболеваний. Видеоролики.	2	2
	34.	Дифференцированный зачет		2	
				<b>Всего</b>	<b>36</b>

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Реализация учебной дисциплины требует наличие учебного кабинета

Оборудование учебных кабинетов:

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

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

##### 1. Литература

1.1. Хренников Б.О., Смирнов А.Т.: Основы безопасности жизнедеятельности учебник: Допущено Минобразованием России – 4-е изд., 2017г, стер. – 464.,

1.2. Хван Т.А., Хван П.А.: учебник: Безопасность жизнедеятельности Допущено Минобразованием России. – 2-е изд., 2015г, стер. – 256 с.

1.3. Дзыбов М.М.: Безопасность жизнедеятельности: учебник для НПО, 2014г., 464 с.

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

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

Результаты обучения ( умения, знания) <i>1</i>	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения <i>2</i>
<b>Умения:</b>	оценка результатов выполнения практической работы
Применять комплексы гимнастических упражнений для двигательной активности и физической культуры для здоровья человека	оценка результатов выполнения практической работы
Использовать рецепты полезных завтраков для полезного питания.	оценка результатов выполнения практической работы
Вести здоровый образ жизни.	оценка результатов выполнения практической работы
Применять профилактические мероприятия в борьбе с инфекционными заболеваниями.	Оценка результатов выполнения практической работы
Применять основы медицинских знаний и оказывать первую помощь.	Оценка результатов выполнения практической работы
<b>Знания:</b>	
Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	Текущий контроль в форме устного или письменного опроса
Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций	Проверка сообщений в форме устного опроса
Здоровый образ жизни и его составляющие	Устный или письменный опрос на занятии

Прошито, пронумеровано и скреплено печатью

9 листов

Директор ГАПОУ «Саратовский аграрный колледж»

Бикмухаметов З.М./

