Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение

Свердловской области

«АРТИНСКИЙ АГРОПРОМЫШЛЕННЫЙ ТЕХНИКУМ»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**

**для студентов по проведению**

**практических занятий**

**по дисциплине**

**ОУД.08 «Основы безопасности жизнедеятельности»**

**для специальности**

**43.01.09 «Повар-кондитер»**

Составил: преподаватель –

организатор ОБЖ Петров И.М

П.АРТИ

2020г

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |
| --- |
|  |
| **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА………………………………………………..3**  **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 1……………………………………………….7**  **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 2……………………………………………….8**  **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 3……………………………………………….9**  **ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 4………………………………………………10** |
|  |

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

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.

Общеобразовательная учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» 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. Данная дисциплина 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.

Действующее законодательство предусматривает обязательную подготовку по основам военной службы для лиц мужского пола, которая должна проводиться во всех профессиональных образовательных организациях, реализующих образовательную программу среднего общего образования в пределах освоения ОПОП СПО на базе основного общего образования. В связи с этим программой предусмотрено проведение в конце учебного года для обучающихся мужского пола пятидневных учебных сборов (35 часов), сочетающих разнообразные формы организации теоретических и практических занятий. В итоге у юношей формируется адекватное представление о военной службе, развиваются качества личности, необходимые для ее прохождения.

Для девушек в программе предусмотрен раздел «Основы медицинских знаний».

В процессе его изучения формируются знания в области медицины, умения оказывать первую медицинскую помощь при различных травмах. Девушки получают сведения о здоровом образе жизни, основных средствах планирования семьи, ухода за младенцем, поддержании в семье духовности, комфортного психологического

Настоящие методические  указания по выполнению практических работ предназначены для студентов, обучающихся по дисциплине ОУД.08 «Основы безопасности жизнедеятельности», специальность  43.01.09 «Повар-кондитер»

Целью учебной дисциплины является приобретение студентами  теоретических знаний и практических навыков по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности».Цель практических занятий -  формирование и развитие общеучебных умений и навыков по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности».

Выполнение практических работ направлено на закрепление полученных в ходе изучения тем знаний и реализацию выполнения требований к уровню подготовки  студентов, использование приобретенных знаний и умений в практической деятельности и повседневной жизни.

Практические занятия существенно повышают качество знаний, их глубину, конкретность, оперативность, значительно усиливают интерес к изучению дисциплины, помогают  обучающимся  полнее осознать практическую значимость общественных наук.

**Техник-мастер сельскохозяйственного производства должен обладать общими компетенциями, включающими в себя   способность:**

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно- коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды ( подчиненных), за результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение содержания учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение 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 природ-

ного, техногенного и социального характера;

• ***метапредметных*:**

−− овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; ана-

лизировать 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 вырабатывать 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.

**Методические рекомендации включают в себя:**

1.Перечень тем и  заданий для  практических работ.

2.Методические указания и пояснения по выполнению данных работ.

3.Критерии оценки практических работ.

4.Формы контроля за выполнением данных работ.

5.Литературу, необходимую для выполнения данных работ.

**Таблица № 1**

**Перечень тем и заданий для  практических работ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ работы** | **Название  темы** | **Задание для  практической работы** | **Кол-во часов** |
| 1 | Основные инфекционные заболевания болезни, их классификация. | 1.Изучить материал учебника стр. 259-267.  2. Заполнить таблицу.  3. Составить кроссворд.  4. Ответить на контрольные вопросы. | 2 |
| 2 | Правила безопасного поведения при угрозе террористических акта,  при захвате в качестве заложника. | 1.Изучить материал учебника на стр. 115-118.  2. Составить  памятки по действиям при угрозе террористических актах. | 4 |
| 3 | Основное предназначение защитных сооружений. Виды защитных сооружений и правила поведения в них. | 1.Изучить материал учебника стр. 100-109.  2. Составить кроссворд.  3.Зарисовать виды защитных сооружений в тетради.  4. Ответить на контрольные вопросы. | 4 |
| 4 | Первая медицинская помощь пострадавшим при травмах и ранениях. Ранние половые связи и их последствия для здоровья. Инфекции, передаваемые половым путем, их профилактика. | 1.Научиться останавливать кровотечение при помощи жгута.  2. Научиться накладывать повязки на голову, руки.  3. Научиться накладывать шины.  4. Изучить материал.  5. Законспектировать тему. |  |
|  |  |  | **26** |

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 1**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЕ**

**Тема**: Основные инфекционные болезни, их классификация.

**Цель:**Закрепление теоритических  знаний об основных инфекционных болезнях,  приобретение практических умений в составлении кроссворда.

**Задания:**

1. Изучить материал учебник стр. 259-267, «Основы безопасности жизнедеятельности» : учебник для учреждений начальное. и среднее профессиональное  образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. -7е изд., стер. - М. : Издательский центр "Академия", 2013.
2. Заполнить таблицу 3.  Классификация инфекционных болезней

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Группа инфекционных болезней | Краткая характеристика | Инфекции, входящие в группу |
| 1. |  |  |
| 2. |  |  |
| 3. |  |  |
| 4. |  |  |
| 5. |  |  |

1. Составить кроссворд по изученной теме.
2. Ответить  на контрольные вопросы письменно

* Назовите основные иды инфекционных болезней?
* Каковы причины возникновения инфекционных заболеваний и каков механизм их передачи?
* В чем заключается профилактика инфекционных заболеваний?

**Алгоритм действий:**

1. Изучить материал учебник стр. 259-267, «Основы безопасности жизнедеятельности» : учебник для учреждений начальное. и среднее профессиональное  образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. -7е изд., стер. - М. : Издательский центр "Академия", 2013.
2. Заполнить таблицу письменно в тетради классификация инфекционных заболеваний.
3. Письменно на листах А4 составить кроссворд по изученной теме.
4. Письменно в тетради ответить на контрольные вопросы.

**Критерии оценки:**

Оценка «5» ставится, если студент выполнил 100% объема задания, правильно  и  кратко оформил таблицу, сформулировал правильный вывод.

Оценка «4» ставится, если студент выполнил 100 % объема задания, в таблице допустил один недочет, сформулировал неполный вывод.

Оценка «3» ставится, если студент выполнил 50 % объема задания, в таблице допустил 2-3 недочета, не сформулировал вывод.

Оценка «2» ставится, если студент не выполнил задание.

**Литература:**

1. «Основы безопасности жизнедеятельности» : учебник для учреждений начальное. и среднее профессиональное  образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. -7е изд., стер. - М. : Издательский центр "Академия", 2013.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 2**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЕ**

**Тема:** Правила безопасного поведения при угрозе террористического террористического акта, при захвате в заложники.

**Цель:** Закрепление теоретических знаний о терроризме и приобретение практических навыков поведения при обнаружении взрывных устройств.

**Задания:**

1. Изучить материал учебника стр. 115-118, «Основы безопасности жизнедеятельности» : учебник для учреждений начальное. и среднее профессиональное  образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. -7е изд., стер. - М. : Издательский центр "Академия", 2013.
2. Составить  памятки по действиям при угрозе террористических актах.

**Алгоритм действий:**

1. Изучить материал учебника стр. 115-118, Основы безопасности жизнедеятельности : учебник для учреждений начальное. и среднее профессиональное  образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. -7е изд., стер. - М. : Издательский центр "Академия", 2013.
2. Составить  памятки по действиям при угрозе террористических актах.
3. Составить алгоритм (последовательность)  поведения при обнаружении взрывных устройств, правилах поведения при угрозе террористического акта : при письменной угрозе, по телефону, при захвате в заложники.

**Критерии оценки:**

Оценка «5» ставится, если студент выполнил 100% объема задания, правильно  и  кратко оформил таблицу, сформулировал правильный вывод.

Оценка «4» ставится, если студент выполнил 100 % объема задания, в таблице допустил один недочет, сформулировал неполный вывод.

Оценка «3» ставится, если студент выполнил 50 % объема задания, в таблице допустил 2-3 недочета, не сформулировал вывод.

Оценка «2» ставится, если студент не выполнил задание.

**Литература:**

1. «Основы безопасности жизнедеятельности» : учебник для учреждений начальное. и среднее профессиональное  образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. -7е изд., стер. - М. : Издательский центр "Академия", 2013.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 3**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЕ**

**Тема**:  Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений и правила поведения в них.

**Цель:**Закрепление теоритических  знаний о видах защитных сооружений приобретение практических умений в составлении кроссворда.

**Задания:**

1. Изучить материал учебника стр. 100-109, «Основы безопасности жизнедеятельности» : учебник для учреждений начальное. и среднее профессиональное  образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. -7е изд., стер. - М. : Издательский центр "Академия", 2013.
2. Составить кроссворд по изученной теме.
3. Зарисовать виды защитных сооружений.
4. Ответить на контрольные вопросы

* Для чего предназначены инженерные защитные сооружения?
* Назовите основные виды защитных сооружений?
* Какими требованиями должны соответствовать современные убежища?
* Расскажите об основных и вспомогательных убежищах.
* Какими техническими системами жизнеобеспечения  должны быть оборудованы убежища?
* Расскажите об особенностях противорадиационных укрытий.

**Алгоритм действий:**

1. Изучить материал учебника стр. 100-109, «Основы безопасности жизнедеятельности» : учебник для учреждений начальное. и среднее профессиональное  образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. -7е изд., стер. - М. : Издательский центр "Академия", 2013.
2. На листах А 4 составить кроссворд по изученной теме.
3. В тетради зарисовать виды защитных сооружений.
4. Письменно в тетради ответить на контрольные вопросы.

**Критерии оценки:**

Оценка «5» ставится, если студент выполнил 100% объема задания, правильно  и  кратко оформил таблицу, сформулировал правильный вывод.

Оценка «4» ставится, если студент выполнил 100 % объема задания, в таблице допустил один недочет, сформулировал неполный вывод.

Оценка «3» ставится, если студент выполнил 50 % объема задания, в таблице допустил 2-3 недочета, не сформулировал вывод.

Оценка «2» ставится, если студент не выполнил задание.

**Литература:**

1. «Основы безопасности жизнедеятельности» : учебник для учреждений начальное. и среднее профессиональное  образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. -7е изд., стер. - М. : Издательский центр "Академия", 2013.

**ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА № 4**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЕ**

**Тема:**  Первая помощь пострадавшим при травмах и  ранениях. Ранние половые связи и их последствия для здоровья. Инфекции, передаваемые половым путем, их профилактика.

**Цель:**  Закрепление теоретических знаний оказания помощи при кровотечениях, переломах,  приобретение практических умений наложения повязок, шин. Закрепление теоритических  знаний об инфекциях, передаваемых половым путем приобретение практических умений в составлении кроссворда.

**Задания:**

1.Научиться останавливать кровотечение при помощи жгута.

2. Научиться накладывать повязки на голову, руки.

3. Научиться накладывать шины.

4.Изучить материал учебника стр. 267-270, «Основы безопасности жизнедеятельности» : учебник для учреждений начальное. и среднее профессиональное  образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. -7е изд., стер. - М. : Издательский центр "Академия", 2013.

5.Составить кроссворд по изученной теме.

6.Составить конспект.

**Алгоритм действий:**

1. Изучить материал учебника стр. 229-246 «Основы безопасности жизнедеятельности» : учебник для учреждений начальное. и среднее профессиональное  образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. -7е изд., стер. - М. : Издательский центр "Академия", 2013. Ответить на контрольные вопросы письменно.

2.Работа в парах: наложить жгут, наложить повязки на руку, голову,  наложить шину при переломе голени.

3.Изучить материал учебника стр. 267-270, «Основы безопасности жизнедеятельности» : учебник для учреждений начальное. и среднее профессиональное  образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. -7е изд., стер. - М. : Издательский центр "Академия", 2013.

4.На листах А 4 составить кроссворд по изученной теме.

5.Составить  конспект в тетради.

**Критерии оценки:**

Оценка «5» ставится, если студент выполнил 100% объема задания, правильно  и  кратко оформил таблицу, сформулировал правильный вывод.

Оценка «4» ставится, если студент выполнил 100 % объема задания, в таблице допустил один недочет, сформулировал неполный вывод.

Оценка «3» ставится, если студент выполнил 50 % объема задания, в таблице допустил 2-3 недочета, не сформулировал вывод.

Оценка «2» ставится, если студент не выполнил задание.

**Литература:**

1. «Основы безопасности жизнедеятельности» : учебник для учреждений начальное. и среднее профессиональное  образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. -7е изд., стер. - М. : Издательский центр "Академия", 2013.

**Основные источники:**

1. Основы безопасности жизнедеятельности : учебник для учреждений начальное. и среднее профессиональное  образования / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. -7е изд., стер. - М. : Издательский центр "Академия", 2013.

**Дополнительные источники:**

1. Первая добровольная медицинская помощь : учебник водителя автотранспортных средств категорий "А", "В", "С", "D", "Е" / В.Н.  Николаенко, Г.А. Блувштейн, Г.М. Карнаухов. - 6-е изд., стер. - М: Издательский центр "Академия", 2008.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. В 2 ч. Ч. 1 : учеб. для общеобразовательных учреждений / А. Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев; под общей редакцией А. Т. Смирнова; Российская академия наук издательство "Просвещение". - 10 - е изд. - М. : Просвещение, 2009.
3. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс : учеб. для общеобразовательных учреждений : базовый и профильный  уровни / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев, под общ. ред. А.Т. Смирнова;  Российская академия наук, Рос. акад. образования, изд- во "Просвещение". - 8-е изд. - М.: Просвещение, 2008.
4. Михайлов Л.А. Безопасность жизнедеятельности:  учебник для вузов / Л.А. Михайлов и др. – 2009. – 460 с. (10 экз.)

.