

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

**КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КРАСНОЯРСКИЙ КОЛЛЕДЖ ОТРАСЛЕВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И
ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА»**

РАССМОТРЕНО

методической комиссией
протокол № 10 от 10.06.2026

УТВЕРЖДЕНО

Директор КГАПОУ «ККОТиП»
_____/Н. В. Журова/
Приказ № 01-55-1п от 29.06.2026

**ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ
СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА**

43.02.15 Поварское и кондитерское дело
на базе основного общего образования

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
К ПРОВЕДЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

ОДб.10 Основы безопасности и защиты Родины

Зам. директора по УР

_____/И.В.Бесперстова
«__» _____ 202_г.

Красноярск, 2026

Организация-разработчик: краевое государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Красноярский колледж отраслевых технологий и предпринимательства».

Разработчик:

Наумова Елизавета Алексеевна, преподаватель КГБПОУ «Красноярский колледж отраслевых технологий и предпринимательства»

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка	4
2. Перечень практических работ	4
3. Инструктивно-методические рекомендации по выполнению практических работ	6

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Методические указания к проведению практических работ по учебной дисциплине **ОДб.10 Основы безопасности и защиты Родины** предназначены для обучающихся СПО по специальности **43.02.15 Поварское и кондитерское дело**

Практические работы проводятся с целью усвоения и закрепления практических умений и знаний, овладения профессиональными компетенциями. В ходе практических работ студенты приобретают практические умения, предусмотренные рабочей программой учебной дисциплины **ОДб.10 Основы безопасности и защиты Родины**, учатся самостоятельно работать с оборудованием, проводить эксперименты, анализировать полученные результаты и делать выводы, подтверждать теоретические положения практическим экспериментом.

При выполнении практических работ по учебной дисциплине **ОДб.10 Основы безопасности и защиты Родины** планируется достижение следующих целей:

Умения и знания направлены на формирование у студентов следующих общих и профессиональных компетенций:

<i>Код</i>	<i>Наименование общих компетенций</i>
<i>ОК 01</i>	Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам
<i>ОК 02</i>	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности
<i>ОК 03</i>	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях
<i>ОК 04</i>	Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде
<i>ОК 06</i>	Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения
<i>ОК 07</i>	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
<i>ОК 08</i>	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
<i>Код</i>	<i>Профессиональные компетенции</i>
<i>ПК 3.2</i>	Выполнять процесс измерения характеристик компонент программного продукта для определения соответствия заданным критериям
<i>ПК 5.1</i>	Собирать исходные данные для разработки проектной документации на информационную систему

2. ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Практические работы выполняются обучающимися по графику, составленному в соответствии с учебным планом по специальности **43.02.15 Поварское и кондитерское дело** и рабочей программой учебной дисциплины **ОДб.10 Основы безопасности и защиты Родины**.

Задача практических работ— закрепить теоретические знания и отработать практические навыки и умения в соответствии с планируемыми результатами обучения.

Согласно учебного плана по специальности **43.02.15 Поварское и кондитерское дело** **ОДб.10 Основы безопасности и защиты Родины**, на практические работы отведено 46 академических часов.

Наименование раздела, номер и тема практического занятия	Количество часов
Раздел 1. Безопасное и устойчивое развитие личности, общества, государства	2
№1 «Роль личности, общества и государства в предупреждении и ликвидации чрезвычайных ситуаций»	2
Раздел 3. Безопасность в быту	4
№2 «Пожарная безопасность в быту»	2
№3 «Безопасное поведение в местах общего пользования»	2
Раздел 4. Безопасность на транспорте	4
№4 «Безопасность дорожного движения»	2
№5 «Правила безопасного поведения на разных видах транспорта»	2
Раздел 5. Безопасность в общественных местах	6
№6 «Опасности социально-психологического характера	2
№7 «Действия при угрозе или совершении террористического акта, пожара в общественных местах, обрушении конструкций»	2
Раздел 6. Безопасность в природной среде	2
№8 «Природные чрезвычайные ситуации»	2
Раздел 7. Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи	2
№9 «Психическое здоровье и психологическое благополучие»	2
Раздел 8. Безопасность в социуме	6
№10 «Конфликты и способы их разрешения»	2
№11 «Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия»	2
№12 «Психологические механизмы воздействия на большие группы людей»	2
Раздел 9. Безопасность в информационном пространстве	4
№13 «Безопасность в цифровой среде»	2
№14 «Достоверность информации в цифровой среде»	2
Раздел 10. Основы противодействия экстремизму и терроризму	2
№15 «Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта»	2
Раздел 11. Основы военной подготовки	8
№16 «Виды, назначение и характеристики современного оружия»	2

№17 «Виды оружия массового поражения и поражающие факторы. Средства индивидуальной и коллективной защиты»	2
№18 «Беспилотные системы и радиосвязь»	2
Профессионально-ориентированное содержание	10
№19 «Особенности профессиональной деятельности в рамках получаемой специальности или профессии, потенциальные опасности и их последствия»	4
№20 «Мероприятия и алгоритм оказания первой помощи при возникновении несчастного случая на производстве»	2
№21 «Знакомство с повседневным бытом военнослужащих»	4
ИТОГО:	46

3. ИНСТРУКТИВНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Практическая работа № 1 «Роль личности, общества и государства в предупреждении и ликвидации чрезвычайных ситуаций»

Цель: Определить роль личности, общества и государства в предупреждении и ликвидации чрезвычайных ситуаций

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), структура, режимы функционирования. Территориальный и функциональный принцип организации РСЧС. Её задачи и примеры их решения.

Практическая часть:

Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций. Задачи гражданской обороны. Права и обязанности граждан Российской Федерации в области гражданской обороны

Практическая работа № 2 «Пожарная безопасность в быту»

Цель: Определить основные правила пожарной безопасности в быту

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Основные правила пожарной безопасности в быту. Термические и химические ожоги. Основные правила безопасного поведения при обращении с газовыми и электрическими приборами. Последствия электротравмы.

Практическая часть:

Порядок проведения сердечно-легочной реанимации. Первая помощь при ожогах

Практическая работа № 3 «Безопасное поведение в местах общего пользования»

Цель: Определить правила безопасного поведения в местах общего пользования

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Правила безопасного поведения в местах общего пользования (подъезд, лифт, придомовая территория, детская площадка, площадка для выгула собак и др.). Коммуникация с соседями.

Практическая часть:

Меры по предупреждению преступлений. Правила безопасного поведения в ситуации коммунальной аварии. Порядок вызова аварийных служб и взаимодействие с ними

Практическая работа № 4 «Безопасность дорожного движения»

Цель: Выделить основные правила безопасности дорожного движения

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

История появления правил дорожного движения и причины их изменчивости. Риск-ориентированный подход к обеспечению безопасности на транспорте. Безопасность пешехода в разных условиях (движение по обочине; движение в тёмное время суток; движение с использованием средств индивидуальной мобильности).

Практическая часть:

Порядок действий при дорожно-транспортных происшествиях разного характера (при отсутствии пострадавших; с одним или несколькими пострадавшими; при опасности возгорания; с большим количеством участников)

Практическая работа № 5 «Правила безопасного поведения на разных видах транспорта»

Цель: Определить правила безопасного поведения на разных видах транспорта

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Основные источники опасности на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности в метро. Правила безопасного поведения

Практическая часть:

Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности на водном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации. Основные источники опасности на авиационном транспорте. Правила безопасного поведения. Порядок действий при возникновении опасной или чрезвычайной ситуации

Практическая работа № 6 «Опасности социально-психологического характера»

Цель: Определить опасности социально-психологического характера

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Общественные места и их классификация. Основные источники опасности в общественных местах закрытого и открытого типа. Общие правила безопасного поведения

Практическая часть:

Опасности в общественных местах социально- психологического характера (возникновение толпы и давки; проявление агрессии; криминальные ситуации; случаи, когда потерялся человек – ребенок, взрослый, пожилой человек, человек с ментальными нарушениями и т.п.)

Практическая работа № 7 «Действия при угрозе или совершении террористического акта, пожара в общественных местах, обрушении конструкций»

Цель: Определить действия при угрозе или совершении террористического акта, пожара в общественных местах, обрушении конструкций

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Меры безопасности и порядок поведения при угрозе, в условиях совершения террористического акта. Меры безопасности и порядок действий при угрозе обрушения зданий и отдельных конструкций

Практическая часть:

Порядок действий при угрозе возникновения пожара в различных общественных местах, на объектах с массовым пребыванием людей (лечебные, образовательные, культурные, торгово-развлекательные учреждения).

Практическая работа № 8 «Природные чрезвычайные ситуации»

Цель: Выделить природные чрезвычайные ситуации

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Природные чрезвычайные ситуации. Общие правила поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера (предвидеть; избежать опасности; действовать: прекратить или минимизировать воздействие опасных факторов; дожидаться помощи).

Природные пожары. Возможности прогнозирования и предупреждения.

Практическая часть:

Правила безопасного поведения. Последствия природных пожаров для людей и окружающей среды. Опасные геологические явления и процессы: землетрясения, извержение вулканов, оползни, сели, камнепады. Опасные гидрологические явления и процессы: наводнения, паводки, половодья, цунами, сели, лавины. Опасные метеорологические явления и процессы: бури, ливни, град, мороз, жара. Чрезвычайные ситуации экологического характера, возможности прогнозирования, предупреждение

Практическая работа № 9 «Психическое здоровье и психологическое благополучие»

Цель: Определить что такое психическое здоровье и психологическое благополучие

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Психическое здоровье и психологическое благополучие. Критерии психического здоровья и психологического благополучия. Основные факторы, влияющие на психическое здоровье и психологическое благополучие

Практическая часть:

Основные направления сохранения и укрепления психического здоровья (раннее выявление психических расстройств; минимизация влияния хронического стресса:

оптимизация условий жизни, работы, учёбы; профилактика злоупотребления алкоголем и употребления наркотических средств; помощь людям, перенёсшим психотравмирующую ситуацию). Меры, направленные на сохранение и укрепление психического здоровья

Практическая работа № 10 «Конфликты и способы их разрешения»

Цель: Разобрать конфликты и способы их решения

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Понятие «конфликт». Стадии развития конфликта. Конфликты в межличностном общении; конфликты в малой группе. Факторы способствующие и препятствующие эскалации конфликта. Способы поведения в конфликте. Деструктивное и агрессивное поведение. Конструктивное поведение в конфликте. Роль регуляции эмоций при разрешении конфликта, виды эмоциональной регуляции.

Практическая часть:

Способы разрешения конфликтных ситуаций. Основные формы участия третьей стороны в процессе урегулирования и разрешения конфликта. Ведение переговоров при разрешении конфликта. Опасные проявления конфликтов. Способы противодействия проявлению насилия.

Практическая работа № 11 «Конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия»

Цель: Выделить конструктивные и деструктивные способы психологического воздействия

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Определение понятия «общение». особенности общения людей, принципы и показатели эффективного общения. Общие представления о понятиях «социальная группа», «большая группа», «малая группа». Способы психологического воздействия. Психологическое влияние в малой группе. Положительные и отрицательные стороны конформизма.

Практическая часть:

Эмпатия и уважение к партнёру (партнёрам) по общению как основа коммуникации. Убеждающая коммуникация. Этапы убеждения. Подчинение и сопротивление влиянию. Манипуляция в общении. Цели, технологии и способы противодействия. Манипулятивное воздействие в группе. Манипулятивные приёмы. Манипуляция и мошенничество

Практическая работа № 12 «Психологические механизмы воздействия на большие группы людей»

Цель: Выделить психологические механизмы воздействия на большие группы людей

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Психологическое влияние в больших группах. Способы воздействия на человека в большой группе (заражение; убеждение; внушение; подражание)..

Практическая часть:

Деструктивные и псевдопсихологические технологии. Противодействие вовлечению молодёжи в противозаконную и антиобщественную деятельность.

Практическая работа № 13 «Безопасность в цифровой среде»

Цель: Разобрать безопасность в цифровой среде

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Понятия «цифровая среда», «цифровой след». Влияние цифровой среды на жизнь человека. Приватность, персональные данные. «Цифровая зависимость», её признаки и последствия. Опасности и риски цифровой среды, их источники

Практическая часть:

Правила безопасного поведения в цифровой среде. Кража персональных данных, паролей. Мошенничество, правила защиты от мошенников. Правила безопасного использования устройств и программ

Практическая работа № 14 «Достоверность информации в цифровой среде»

Цель: Разобрать достоверность информации в цифровой среде

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Достоверность информации в цифровой среде. Источники информации. Проверка на достоверность. «Информационный пузырь», манипуляция сознанием, пропаганда.

Фальшивые аккаунты, вредные советчики, манипуляторы. Понятие «фейк», цели и виды, распространение фейков.

Практическая часть:

Правила и инструменты для распознавания фейковых текстов и изображений. Понятие прав человека в цифровой среде, их защита.

Ответственность за действия в Интернете. Запрещённый контент. Защита прав в цифровом пространстве

Практическая работа № 15 «Правила безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта»

Цель: Ознакомиться с правилами безопасного поведения при угрозе и совершении террористического акта

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Формы совершения террористических актов. Уровни террористической угрозы

Практическая часть:

Правила поведения и порядок действий при угрозе или совершении террористического акта, проведении контртеррористической операции

Практическая работа № 16 «Виды, назначение и характеристики современного оружия»

Цель: Ознакомиться с видами, назначением и характеристиками современного оружия

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Стрелковое оружие. Перспективы и тенденции развития современного стрелкового оружия

Практическая часть:

Назначение и тактико-технические характеристики современных видов стрелкового оружия (АК-12, ПЯ, ПЛ).

Практическая работа № 17 «Виды оружия массового поражения и поражающие факторы. Средства индивидуальной и коллективной защиты»

Цель: Ознакомиться с видами оружия массового поражения и поражающие факторы. Средствами индивидуальной и коллективной защиты

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Понятие оружия массового поражения. История его развития, примеры применения. Его роль в современном бою.

Практическая часть:

Поражающие факторы ядерных взрывов. Отравляющие вещества, их назначение и классификация. Внешние признаки применения бактериологического (биологического) оружия. Основные виды средств индивидуальной и коллективной защиты. Требования безопасности при обращении с оружием и боеприпасами

Практическая работа № 18 «Беспилотные системы и радиосвязь»

Цель: Познакомиться с беспилотными системами и радиосвязью

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

История возникновения и развития радиосвязи. Радиосвязь, назначение и основные требования. Предназначение, общее устройство и тактико-технические характеристики переносных радиостанций. История возникновения и развития беспилотных авиасистем (БАС). Виды, предназначение, тактико-технические характеристики и общее устройство беспилотных летательных аппаратов (БПЛА).

Практическая часть:

Способы боевого применения БПЛА. Конструктивные особенности БПЛА квадрокоптерного типа. Морские беспилотные аппараты (автономные необитаемые подводные аппараты (АНПА), безэкипажные катеры (БЭК).

Прикладной модуль. Особенности профессиональной деятельности в рамках получаемой специальности или профессии, потенциальные опасности и их последствия

Цель: Определить особенности профессиональной деятельности в рамках получаемой специальности или профессии, потенциальные опасности и их последствия

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Изучаемая отрасль (по профессии или специальности) в России, ее перспективы и развитие. Объекты экономики страны, региона, изучаемой направленности. Сфера профессиональной деятельности, родственные профессии, классификация профессии, требования к индивидуальным особенностям специалиста, медицинские противопоказания, требования к профессиональной подготовке, область применения, требуемое профобразование, карьерный рост

Практическая часть:

Условия труда, профессиональные риски, опасные и вредные производственные факторы, Методы уменьшения опасностей на рабочем месте, выбор средств индивидуальной и коллективной защиты. Типовые отраслевые нормы выдачи средств индивидуальной

Прикладной модуль. Мероприятия и алгоритм оказания первой помощи при возникновении несчастного случая на производстве

Цель: Определить мероприятия и алгоритм оказания первой помощи при возникновении несчастного случая на производстве

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Первая помощь, история возникновения скорой медицинской помощи и первой помощи. Состояния, при которых оказывается первая помощь.

Практическая часть:

Оказания первой помощи в сложных случаях (травма глаза, «сложные кровотечения», иные несчастные случаи на производстве). Первая помощь с использованием подручных средств, первая помощь при нескольких травмах одновременно. Действия при прибытии скорой медицинской помощи

Прикладной модуль. Знакомство с повседневным бытом военнослужащих

Цель: Познакомиться с повседневным бытом военнослужащих

Задачи:

1. Ознакомиться с теоретической частью
2. Отработать практическую часть

Теоретическая часть:

Тематическая экскурсия с показом учебных классов, казармы, специальной военной техники, посещение музея части. (прим: Экскурсия в Военный комиссариат в рамках акции «Есть такая профессия - Родину защищать», «День призывника»; организация встреч с представителями воинских частей, участниками СВО)

Практическая часть:

Составление статьи-отчета об экскурсии в ВЧ (по плану); Статья-отчёт об экскурсии в музей воинской славы (по плану); Разработка моего распорядка дня на военных сборах в ВЧ.