



Автономная некоммерческая  
профессиональная образовательная организация  
«Региональный экономико-правовой колледж»  
(АНПОО «РЭПК»)

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Ю.Л. Чернуских

20 22 г.

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС ДИСЦИПЛИНЫ

ОПЦ.09 Безопасность жизнедеятельности

(индекс, наименование дисциплины)

38.02.01 Экономика и бухгалтерский учёт (по отраслям)

(код и наименование специальности)

Квалификация выпускника Бухгалтер

(наименование квалификации)

Уровень базового образования обучающихся Среднее общее образование

(основное / среднее общее образование)

Форма обучения Очная

Год начала подготовки 2022


Липецк 2022

Учебно-методический комплекс по дисциплине ОПЦ. 09 «Безопасность жизнедеятельности» разработан в соответствии с требованиями Федерального закона от 27.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ФГОС СПО, приказа Минобрнауки России от 14.06.2013 № 464 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования».

Учебно-методический комплекс ОПЦ 09 «Безопасность жизнедеятельности» рассмотрен и одобрен на заседании кафедры общих дисциплин.

Протокол №4 от 24.11.2021г.

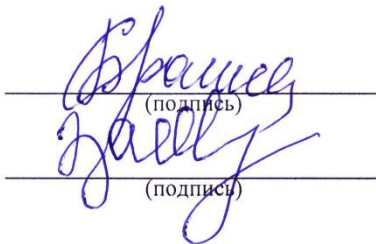
Заведующий кафедрой

  
(подпись)

Ю.О. Ушакова  
(И.О. Фамилия)

Разработчики:

преподаватель  
(занимаемая должность)

  
(подпись)

Л.П. Блащенко  
(инициалы, фамилия)

преподаватель  
(занимаемая должность)

  
(подпись)

Е.Г. Заскалько  
(инициалы, фамилия)

# 1. ПРАКТИЧЕСКИЕ И ИНТЕРАКТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ОПЦ.09 «Безопасность жизнедеятельности»

---

(индекс, наименование дисциплины)

## 1.1. Планы лекционных занятий по дисциплине ОПЦ.09 «Безопасность жизнедеятельности»

### Тема 1.1 Потенциальные опасности и их последствия в профессиональной деятельности и в быту

Очная форма обучения – 2 часа.

1. Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту.

2. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, причины и их возможные последствия.

3. Техногенные опасности и угрозы (радиационно-опасные объекты, химически опасные объекты, пожаро- и взрывоопасные объекты, газо- и нефтепроводы, транспорт, гидротехнические сооружения, объекты коммунального хозяйства).

4. Чрезвычайные ситуации военного характера. Опасности, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий (прямые, косвенные, связанные с изменением среды обитания людей). Ядерное, химическое, бактериологическое оружие. Обычные средства поражения.

5. Международный и внутригосударственный терроризм.

6. Мероприятия по предупреждению возникновения и развития чрезвычайных ситуаций.

*Вопросы:*

1. Что такое безопасность? Почему потребность в безопасности можно считать одной из важнейших потребностей человека?

2. Охарактеризуйте безопасность жизнедеятельности (БЖД) как область научных знаний и место БЖД в вашей профессиональной подготовке. Определите место и роль безопасности в экономической деятельности и сфере управления.

3. Что понимают под термином «среда обитания»? Назовите и охарактеризуйте характерные системы «человек – среда обитания». Как осуществляется взаимодействие человека со средой обитания?

4. Что такое опасность? Каковы ее свойства? Объясните принцип «все воздействует на все» и аксиому о потенциальной опасности.

5. Что такое идентификация и квантификация опасностей? Как классифицируют опасности? Каковы причины проявления опасности? Как проявляется роль человеческого фактора в причинах реализации опасностей.

6. Что такое риск и ущерб? Какие выделяют виды рисков и ущербов? В чем основная идея концепции приемлемого риска? Приведите значения приемлемого и неприемлемого риска с примерами (современные уровни риска опасных событий), объясните их.

7. Что такое ноосфера и гомосфера? Как формируется зона риска? Какие существуют методы обеспечения безопасности в соответствии с этой концепцией?

8. Назовите и объясните основные аксиомы и принципы безопасности жизнедеятельности.

9. Охарактеризуйте современный комплекс проблем безопасности (схема).

10. Назовите и кратко охарактеризуйте глобальные угрозы от жизнедеятельности человека, возникшие в XX веке. Как мировое сообщество решает глобальные проблемы новой эпохи? Что такое устойчивое развитие? Концепция общества риска.

## **Тема 1.2 Пожарная безопасность**

Очная форма обучения – 2 часа.

Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах. Первичные средства пожаротушения, правила их применения. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.

*Вопросы:*

Что такое пожар?

- а) это организованный процесс горения
- б) это контролируемый процесс горения, сопровождающийся выделением большого количества тепла
- в) это неконтролируемый процесс горения, сопровождающийся уничтожением материальных ценностей и создающий опасность для жизни и здоровья людей
- г) это поддерживаемый процесс горения, сопровождающийся выделением большого количества энергии

Какая опасность таится для людей при пожаре?

- а) высокая температура воздуха и задымленность
- б) высокая концентрация окиси углерода и других вредных продуктов сгорания
- в) опасность испортить зрение
- г) возможное обрушение конструкций зданий и сооружений

Какие правила необходимо соблюдать человеку, если для спасения себя и оказания помощи другим нужно пройти через горящее помещение?

- а) таких правил не существует
- б) следует накрыться с головой мокрым пальто или плащом
- в) следует накрыться с головой мокрым одеялом
- г) следует накрыться с головой мокрым куском плотной ткани

Что необходимо сделать человеку, если на нём загорелась одежда?

- а) следует как можно быстрее бежать, чтобы сбить пламя

- б) не следует бежать
  - в) следует кричать и звать на помощь
  - г) следует лечь на землю и, перекатываясь, постараться сбить пламя
- Что целесообразно использовать при тушении пожара?

- а) огнетушители
- б) подручный материал, например, веник и совок
- в) воду и песок
- г) землю и покрывала

Как необходимо тушить горящие жидкости?

- а) водой
- б) пенообразующими составами
- в) путем засыпки песком или землей
- г) путем накрывания небольших очагов тяжелым покрывалом или

одеждой

Как потушить небольшие загорания в доме (квартире)?

- а) затоптать ногами
- б) плотно накрыв огонь мокрым покрывалом
- в) водой
- г) с помощью огнетушителя

8. Определите из приведенных ниже основные причины пожаров в жилых зданиях:

а) нарушение правил безопасности при пользовании электробытовыми и электронагревательными приборами

б) отсутствие первичных средств пожаротушения

в) неосторожное обращение с огнем

г) неисправность внутренних пожарных кранов

д) нарушение правил хранения и использования горючих и легковоспламеняющихся жидкостей

е) утечка газа

ж) беспечность и небрежность при обращении с огнем

з) неисправность телефонной связи

и) неосторожное обращение с пиротехническими изделиями

к) неисправность системы водоснабжения

9. Что необходимо предпринять при возгорании телевизора?

а) следует кричать и звать на помощь

б) следует залить телевизор мыльной пеной или раствором в воде стиральным порошком

в) следует отключить телевизор от сети и накрыть плотной тканью

г) не следует ничего предпринимать до приезда спасателей

10. В чем заключается первая помощь при ожоге?

а) следует срочно обратиться к хирургу

б) следует срочно вызвать скорую помощь

в) следует залить йодом или замазать зеленкой пораженное место

г) следует пораженное место промыть холодной водой и наложить чистую повязку

11. Какие правила пожарной безопасности необходимо соблюдать человеку для предупреждения возгораний в жилище?

а) не следует включать в розетку несколько мощных потребителей энергии

б) не следует использовать бензин для растопки печи, а также заправлять керосиновые приборы (лампы) во время их работы

в) не следует использовать бенгальские огни, хлопушки и другие пиротехнические средства в квартирах

г) не следует долго использовать холодильник.

12. Что особенно важно при борьбе с пожаром?

а) наличие воды

б) наличие большого количества людей в квартире

в) быстрая реакция на тушение пожара в первые минуты возгорания

г) быстрая реакция на тушение пожара в первые часы возгорания

13. Как необходимо покинуть горящее помещение?

а) бегом

б) спокойным шагом

в) накрыв голову мокрым одеялом или верхней одеждой

г) дыша через увлажненную ткань

14. Как рекомендуется покинуть задымленное помещение?

а) бегом

б) пригнувшись

в) спокойным шагом

г) ползком, не теряя ориентира

15. Как необходимо эвакуироваться из квартиры при невозможности воспользоваться лестницей?

а) следует выйти на балкон и криками привлечь внимание прохожих

б) следует воспользоваться лифтом

в) следует использовать балконную лестницу

г) следует вылезти в окно

16. Горит входная дверь в вашу квартиру. Огонь отрезал путь к выходу. Что вы будете делать?

а) уйдете в дальнюю комнату, плотно закрывая за собой все двери, входную дверь закроете мокрым одеялом или другой плотной влажной тканью, позвоните в пожарную охрану

б) откроете окна и станете кричать и махать руками, призывая на помощь прохожих

в) начнете кричать и звать на помощь соседей

г) спрячетесь в ванной комнате и включите воду

17. Находясь в кабине движущегося лифта, вы обнаружили признаки возгорания. Как вы поступите?

а) немедленно нажмете кнопку «стоп»

б) немедленно нажмете кнопку «вызов», и сообщите об этом диспетчеру, выйдете из лифта на ближайшем этаже

в) поднимете крик, шум, начнете звать на помощь

г) сядете на пол кабины лифта, где меньше дыма

18. В чем должна заключаться первая помощь пострадавшему при ожоге?

а) не следует вскрывать пузыри, касаться ожоговой поверхности руками, наносить на место ожога растительные масла, прижигающие вещества (марганцовку, йод), так как они усиливают ожог и боль, замедляют заживление ран

б) следует немедленно погасить пламя, сорвать с пострадавшего горящую одежду, накрыть его чем-либо препятствующим доступу воздуха

в) следует обработать ожог маслом (растительным или сливочным)

г) следует сделать что-нибудь приятное пострадавшему

19. При проведении реанимационных действий необходимо:

а) поочередно делать 1 вдох и 1 нажатие на грудную клетку

б) 2 вдоха и 10 нажатий на грудную клетку

в) 1 вдох и 5 нажатий на грудную клетку

г) 2 вдоха и 30 нажатий на грудную клетку

д) в начале серия вдохов, а затем серия нажатий на грудную клетку

## **Тема 2.1. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени**

Очная форма обучения – 2 часа.

Статические электрические и магнитные поля, электромагнитные поля промышленной частоты и радиочастот, их физические характеристики и воздействие на человека. Источники ЭМП, УКВ и СВЧ-излучений, воздействие УКВ и СВЧ-излучений на организм человека. Лазерные излучения. Нормирование ЭМП и излучений высоких частот. Защита от ЭМП.

Характеристики ионизирующих излучений. Естественные и антропогенные излучения. Источники ионизирующих излучений в нефтегазовом комплексе. Влияние последствий подземных ядерных взрывов в нефтегазовых районах на персонал и население. Влияние ионизирующих излучений на организм человека. Лучевая болезнь, другие заболевания, отдаленные последствия. Нормы радиационной безопасности.

### *Вопросы:*

1. Виды и характер воздействия опасностей.
2. Источники и факторы опасности.
3. Последствия проявления опасностей и защита от них.
4. Экология и безопасность жизнедеятельности.
5. Психология и безопасность жизнедеятельности.
6. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.
7. Допустимые уровни воздействия вредных веществ на атмосферу, гидросферу, почву, животных и растительность.

### *Темы докладов и научных сообщений:*

1. Электробезопасность. Воздействие электрического тока на человека.

2. Способы повышения электробезопасности в электроустановках: защитное заземление, зануление, защитное отключение
3. Оградительные и предупредительные средства.
4. Сочетание действия негативных факторов на человека в процессе труда.
5. Оценка фактического состояния условий труда на рабочих местах.

## **Тема 2.2 Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций**

Очная форма обучения – 2 часа.

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, правила безопасного поведения.

Чрезвычайные ситуации биолого-социального характера, правила безопасного поведения.

Чрезвычайные ситуации военного времени; виды оружия массового поражения и способы защиты населения от оружия массового поражения.

Территориальные подсистемы РСЧС. Функциональные подсистемы РСЧС. Уровни управления и состав органов по уровням. Координирующие органы, органы управления по делам ГО и ЧС, органы повседневного управления.

### *Вопросы:*

1. Чрезвычайные ситуации (ЧС), возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения.
2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), ее структура и задачи, история ее создания, предназначение, силы.
3. ЧС природного и техногенного характера, правила поведения населения в этих ситуациях.
4. Экология и безопасность жизнедеятельности.
5. Психология и безопасность жизнедеятельности.
6. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), ее структура и задачи, история ее создания, предназначение, силы.
7. Чрезвычайные ситуации (ЧС), возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения.
8. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), ее структура и задачи, история ее создания, предназначение, силы.
9. ЧС природного и техногенного характера, правила поведения населения в этих ситуациях.
10. Экология и безопасность жизнедеятельности.
11. Психология и безопасность жизнедеятельности.
12. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), ее структура и задачи, история ее создания, предназначение, силы.
13. Чрезвычайные ситуации (ЧС), возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения.



14. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), ее структура и задачи, история ее создания, предназначение, силы.

15. ЧС природного и техногенного характера, правила поведения населения в этих ситуациях.

16. Экология и безопасность жизнедеятельности.

17. Психология и безопасность жизнедеятельности.

18. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), ее структура и задачи, история ее создания, предназначение, силы.

Темы докладов и научных сообщений:

1. Организация защиты в мирное и военное время,

2. Способы защиты, защитные сооружения, их классификация.

3. Особенности и организация эвакуации из зон чрезвычайных ситуаций.

4. Мероприятия медицинской защиты.

5. Средства индивидуальной защиты и порядок их использования.

6. Понятие и общая характеристика единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС.

7. Особенности функционирования технических систем и бытовых объектов в условиях ЧС.

8. Понятие и элементы системы гражданской обороны в организациях.

9. Средства и способы обеспечения БЖ в чрезвычайных ситуациях в условиях мирного и военного времени.

### **Тема 3.1 Основы военной службы и обороны государства (для юношей)**

Очная форма обучения – 48 часов.

Основы обороны государства. Военная служба – вид федеральной государственной службы. Основы военно-патриотического воспитания. Основы военной службы и обороны государства.

Состав и организационная структура Вооружённых Сил.

Виды Вооружённых Сил и рода войск. Виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащения) подразделений ВС РФ, в том числе воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО.

Система руководства и управления Вооружёнными Силами.

Воинская обязанность и комплектование Вооружённых Сил личным составом.

Организация и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на неё в добровольном порядке.

Порядок прохождения военной службы.

Военная присяга. Боевое знамя воинской части.

Воинская дисциплина. Военнослужащие и взаимоотношения между ними. Способы бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы.

Область применения профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы.

Внутренний порядок, размещение и быт военнослужащих.

Суточный наряд роты.

Караульная служба. Обязанности и действия часового.

Строевая подготовка. Строи и управления ими.

Огневая подготовка. Материальная часть автомата Калашникова.

Подготовка автомата к стрельбе. Ведения огня из автомата.

### **Практическое занятие №1.**

Очная форма обучения – 2 часа.

Основы обороны государства. Военная служба – вид федеральной государственной службы. Основы военно-патриотического воспитания. Правовая основа военной службы.

*Вопросы:*

1. Предназначение и характеристика сил и средств обеспечения обороноспособности и безопасности.
2. Основные понятия обороноспособности государства.
3. Функции и задачи вооруженных сил.
4. Правовая основа военной службы: Конституция Российской Федерации, федеральные законы «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащих», Общевоинские уставы.

*Темы докладов:*

1. Основные черты современной военно-политической обстановки.
2. Основные дестабилизирующие факторы современной военно-политической обстановки.
3. Основные внешние и внутренние угрозы современной военной безопасности.
4. Основные принципы и задачи по обеспечению военной безопасности в мирное время.

### **Практическое занятие №2.**

Очная форма обучения – 2 часа.

История Вооруженных Сил России. Виды и рода войск.

*Вопросы:*

1. История создания Российских Вооруженных Сил.
2. Выдающиеся полководцы России.
3. Виды Вооруженных Сил, история их создания.
4. Рода войск, история их создания.
5. Другие войска, их состав и предназначение.

### **Практическое занятие №3.**

Очная форма обучения – 2 часа.

Система руководства и управления Вооружёнными Силами.

*Вопросы:*

1. Полномочия Президента РФ в осуществлении оборонной политики.
2. Обязанности Министерства Обороны РФ по руководству Вооружёнными Силами.
3. Организационная структура Вооружённых сил РФ.
4. Виды Вооружённых сил Российской Федерации.
5. Рода войск
6. Тыл Вооружённых сил РФ
7. Специализированные образовательные учреждения (Суворовские и Нахимовские военные училища).

#### **Практическое занятие №4.**

Очная форма обучения – 2 часа.

Виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащения) подразделений ВС РФ.

*Вопросы:*

1. Основные виды и типы вооружений.
2. Виды военной техники.
3. Специальное снаряжение в ВС РФ.

#### **Практическое занятие №5.**

Очная форма обучения – 4 часа.

Воинская обязанность и комплектование Вооружённых Сил личным составом.

*Вопросы:*

1. Исторический аспект организации военной службы в РФ.
2. Правовой аспект организации военной службы в РФ.
3. Офицерство российской армии.
4. Основное содержание военных реформ в России.
5. Традиции ВС РФ.

#### **Практическое занятие №6.**

Очная форма обучения – 4 часа.

Порядок прохождения военной службы. Военная присяга. Боевое знамя воинской части.

*Вопросы:*

1. Военная служба – особый вид федеральной государственной службы.
2. Формы военной службы.
3. Принципы, присущие военной службе.
4. Правовое регулирование поступления на военную службу.
5. Особенности прохождения военной службы.
6. Воинская присяга-клятва воина на верность Родине.
7. Воинские звания и порядок их присвоения.

8. Сроки и порядок прохождения военной службы по призыву.
9. Сроки и условия прохождения военной службы по контракту.
10. Правовые основы прохождения альтернативной службы.
11. Ответственность военнослужащих.
12. Боевое знамя воинской части

### **Практическое занятие №7.**

Очная форма обучения – 2 часа.

Воинская дисциплина и взаимоотношения военнослужащих

*Вопросы:*

1. Специфика взаимоотношений военнослужащих.
2. Военно-служебные отношения.
3. Субъекты военно-служебных отношений.
4. Предельный возраст пребывания на военной службе.
5. Начало, срок и окончание военной службы.
6. Общая продолжительность военной службы.
7. Досрочное увольнение с военной службы.

### **Практическое занятие №8.**

Очная форма обучения – 4 часа.

Права, обязанности и гарантии, предоставляемые военнослужащим

*Вопросы:*

1. Права военнослужащих.
2. Обязанности военнослужащих.
3. Гарантии военнослужащим.

### **Практическое занятие №9.**

Очная форма обучения – 4 часа.

Внутренний порядок, размещение и быт военнослужащих. Суточный наряд роты.

*Вопросы:*

1. Внутренний распорядок в ВС РФ.
2. Порядок размещения и организации быта военнослужащих.
3. Сущность суточного наряда.

### **Практическое занятие №10.**

Очная форма обучения – 4 часа.

Отработка строевых приёмов и движений с оружием и без оружия.

*Вопросы:*

1. Перечислите различия в строевых приемах с оружием и без оружия.
2. Понятие - территориальный и местный гарнизон.
3. Основные понятия о гарнизонной службе.
4. Организация и несение гарнизонной службы.
5. Состав гарнизонного наряда.
6. Современные гарнизоны в северных широтах.

## 7. Современные гарнизоны в южных широтах.

### **Практическое занятие №11.**

Очная форма обучения – 4 часа.

Караульная служба. Обязанности и действия часового.

*Вопросы:*

1. Гарнизонные и внутренние (корабельные) караулы.
2. Постоянные и временные караулы.
3. Понятие о караульной службе.
4. Организация и несение караульной службы.
5. Подготовка к несению службы в карауле.
6. Состав караула.
7. Права и обязанности часового.
8. Смена часовых.

### **Практическое занятие №12.**

Очная форма обучения – 4 часа.

Работа со Строевым уставом ВС РФ: отработка основных определений по строевой подготовке.

*Вопросы:*

1. Понятие и содержание строевого устава.
2. Перечислите действия при выходе из строя.
3. Особенности воинского приветствия.
4. Физическая подготовка, основные нормативы по физической подготовке военнослужащих.
5. Одиночная строевая подготовка.
6. Строевая подготовка в составе подразделения.

### **Практическое занятие №13.**

Очная форма обучения – 4 часа.

Работа со Строевым уставом ВС РФ: построение и отработка строевых приёмов (выход из строя, постановка в строй) Выполнения воинского приветствия в движении и на месте.

### **Практическое занятие №14.**

Очная форма обучения – 2 часа.

Отработка действий по неполной разборке и сборке автомата АК-74.

*Вопросы:*

1. Устройство АК-74.
2. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова.
3. Порядок разборки и сборки автомата Калашникова.
4. Порядок сборки и разборки АК-74.

### **Практическое занятие №15.**

Очная форма обучения – 2 часа

Подготовка автомата к стрельбе. Ведения огня из автомата

*Вопросы:*

1. Современный общевойсковой бой и его характеристика.
2. Обязанности солдата в бою.
3. Способы передвижения солдата в бою.
4. Приемы и правила стрельбы из ручного стрелкового оружия.
5. Меры безопасности при организации и проведении стрельб.

*Примерная тематика докладов по теме:*

1. Основные черты современной военно-политической обстановки.
2. Основные дестабилизирующие факторы современной военно-политической обстановки.
3. Основные внешние и внутренние угрозы современной военной безопасности.
4. Основные принципы и задачи по обеспечению военной безопасности в мирное время.
5. Полководец Александр Невский.
6. Полководец Дмитрий Донской.
7. Полководец Александр Суворов.
8. Полководец Михаил Кутузов,
9. Флотоводцы Федор Ушаков и Павел Нахимов
10. Десять маршалов Великой Победы.
11. Предназначение и состав Вооруженных Сил РФ.
12. Классификация современных войн.
13. Исторические аспекты введения воинских званий в русской армии.
14. История появления военной формы и знаков различия.
15. Корабельные воинские звания.
16. Войсковые воинские звания.
17. Оружие массового поражения.
18. Современные виды оружия на вооружении ВС РФ.
19. Особенности вооружения сухопутных войск.
20. Особенности вооружения военно-морского флота.
21. Особенности вооружения военно-воздушных сил.
22. Обучение военнослужащих.
23. Традиции и ритуалы ВС РФ.
24. Память поколений – дни воинской славы России.
25. Акция «Бессмертный Полк» – дань уважения и памяти наших предков.
26. Особенности административной ответственности военнослужащих.
27. Особенности дисциплинарной ответственности военнослужащих.
28. Особенности прохождения военной службы лицами женского пола.
29. Особенности прохождения военной службы в России иностранными гражданами.
30. Организация медицинского освидетельствования военнослужащих.
31. Воинский учет.

32. Подготовка граждан к военной службе.
33. Организация снабжения ВС РФ.
34. Организация бытового обслуживания в ВС РФ.
35. Назначение, задачи и состав Военно-Морского флота.
36. Боевая подготовка военнослужащих.

### **Тема 11. Первая помощь пострадавшим в условиях осуществления профессиональной деятельности (для девушек)**

Очная форма обучения – 48 часов

Правовые основы, общий алгоритм действий, порядок и правила оказания помощи пострадавшим.

Правила оказания первой помощи пострадавшим. Медицинское обслуживание в гостиницах.

Виды травмирования. Системы травм. Мероприятия по оказанию первой медицинской помощи при травмах груди, живота, в области таза.

Общие сведения о ранах, осложнениях ран, способах остановки кровотечения и обработки ран.

Порядок наложения повязки при ранениях головы, туловища, верхних и нижних конечностей.

Первая (доврачебная) помощь при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания.

Первая (доврачебная) помощь при ожогах.

Первая (доврачебная) помощь при поражении электрическим током.

Первая (доврачебная) помощь при утоплении.

Первая (доврачебная) помощь при перегревании, переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании.

Первая (доврачебная) помощь при отравлениях.

Доврачебная помощь при клинической смерти.

#### **Практическое занятие №1.**

Очная форма обучения – 4 часа.

Первая помощь пострадавшим в условиях осуществления профессиональной деятельности

*Вопросы:*

1. Первая медицинская помощь.
2. Медицинская сортировка и эвакуация.
3. Этапность оказания первой медицинской помощи.
4. Индивидуальные средства защиты.
5. Этика и деонтология при оказании первой медицинской помощи.

#### **Практическое занятие №2.**

Очная форма обучения – 2 часа.

Кровотечение. Первая медицинская помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Отработка действий при наложении кровоостанавливающего жгута. Точки пальцевого прижатия артерий.

*Вопросы:*

1. Медицинская помощь на разных этапах эвакуации.
2. Медицинская сортировка: от Пирогова до наших дней.
3. Индивидуальные средства защиты.
4. Основы десмургии.
5. Этические нормы при оказании первой медицинской помощи.

**Практическое занятие №3.**

Очная форма обучения – 2 часа.

Механическая травма. Первая медицинская помощь при повреждениях мягких тканей, костей и суставов.

*Вопросы:*

1. Травматические повреждения, виды (вывихи, переломы): признаки, диагностика, оказание первой медицинской помощи.
2. Основные правила иммобилизации.
3. Кровотечения: виды, способы временной остановки, техника наложения жгута, давящей повязки.
4. Ранения: виды, оказание первой помощи. Понятие об асептике и антисептике.
5. Наложение повязок на различные участки тела. Переноска пострадавшего с помощью подручных средств, «замка из рук», носилок и др.

**Практическое занятие №4.**

Очная форма обучения – 4 часа.

Отработка действий при наложении шины на место перелома. Транспортировка пострадавшего.

*Вопросы:*

1. Классификация основных форм деятельности.
2. Виды травматизма.
3. Физиологические основы трудовой деятельности.
4. Виды кровотечений.
5. Опасные и вредные производственные факторы. Методы снижения утомления и повышения работоспособности.
6. Раны. Принципы оказания первой помощи. Десмургия.

**Практическое занятие №5.**

Очная форма обучения – 4 часа.

Отработка действий по наложению повязок при травмах и повреждениях тела.

*Вопросы:*

1. Закрытые повреждения мягких тканей. Синдром длительного сдавливания.
2. Влияние метеорологических условий на организм человека.
3. Вывихи и переломы. Первая помощь.
4. Гигиеническое значение производственного микроклимата, вибрации, шума.



5. Неотложная помощь при травмах груди.
6. Воздействие на организм человека инфразвука, ультразвука, ионизирующего излучения.
7. Травматическое повреждение брюшной стенки и органов таза.

### **Практическое занятие №6.**

Очная форма обучения – 2 часа.

Первая медицинская помощь при ранах и ожогах.

*Вопросы:*

1. Понятия об ожогах, причины их возникновения, виды ожогов, степени и глубина тяжести термических поражений.
2. Определение площади термических поражений (правило «девятки»). Особенности оказания первой помощи при термических ожогах.
3. Особенности оказания первой помощи при ожогах паром или горячей водой.

### **Практическое занятие №7.**

Очная форма обучения – 2 часа.

Первая медицинская помощь при общем замерзании.

*Вопросы:*

1. Понятия об отморожениях, степени тяжести. Особенности оказания первой помощи.
2. Отморожения: особенности оказания первой помощи.
3. Основы десмургии.

### **Практическое занятие №8.**

Очная форма обучения – 4 часа.

Отработка действий первой помощи при утоплении, обморожении

*Вопросы:*

1. Виды утопления (истинное, асфиксическое, синкопальное), причины, их особенности.
2. Причины истинного утопления. Методика освобождения дыхательных путей от воды, тины, рвотных масс и других инородных тел.
3. Профилактические мероприятия при травмах.

### **Практическое занятие №9.**

Очная форма обучения – 4 часа.

Первая медицинская помощь при травме от воздействия технического и атмосферного электричества

*Вопросы:*

1. Виды электротравмы (контактная, поражение молнией, электродугой).
2. Способы освобождения от действия электрического тока, реанимационные мероприятия, первая помощь при электроожогах.
3. Черепно-мозговая травма. Первая помощь.

4. Вредные химические вещества их классификация.
5. Ожоги. Первая помощь.

### **Практическое занятие №10.**

Очная форма обучения – 2 часа.

Первая медицинская помощь при отравлении

*Вопросы:*

1. Общие сведения о токсичности.
2. Обморожение. Неотложная помощь при обморожении.
3. Действие ядов на организм человека.
4. Общая реакция организма на охлаждение.
5. Заболевания, связанные с воздействием отравляющих веществ.

### **Практическое занятие №11.**

Очная форма обучения – 2 часа.

Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударах.

*Вопросы:*

1. Понятие о тепловом и солнечном ударе. Причины возникновения, диагностические признаки, первая помощь.
2. Тепловой и солнечный удар.
3. Поражение молнией: признаки, способы оказания первой помощи.
4. Контактная электротравма: признаки, способы оказания первой помощи..

### **Практическое занятие №12.**

Очная форма обучения – 4 часа

Радиационные поражения. Первая медицинская помощь при лучевых поражениях.

*Вопросы:*

1. Действие комплекса вредных факторов.
2. Транспортировка больных.
3. Факторы поражения излучением.
4. Объекты несущие угрозу лучевого облучения.
5. Медико-биологические основы БЖД.
6. Состав аптечки.

### **Практическое занятие №13.**

Очная форма обучения – 4 часа.

Отработка алгоритма оказания первой помощи, в том числе при клинической смерти.

*Вопросы:*

1. Терминальные состояния: клиническая и биологическая смерть (основные признаки, различия).
2. Проведение сердечно-легочной реанимации: правила и методики проведения, показания/противопоказания.

3. Обеспечение свободной проходимости верхних дыхательных путей (туалет полости ротоглотка, тройной прием Сафара).
4. Проведение ИВЛ методами «изо рта в рот», «изо рта в нос».
5. Проведение непрямого (закрытого) массажа сердца.
6. Проведение сердечно-легочной реанимации при действии одного/двух реаниматоров.

#### **Практическое занятие №14.**

Очная форма обучения – 4 часа.

Составление и проработка алгоритма действий при оказании первой (доврачебной) помощи при ДТП.

*Вопросы:*

1. Черепно-мозговая травма. Первая помощь.
2. Обморок, тепловой удар, первая помощь.
3. Трудовая деятельность и условия труда.
4. Понятие о танатологии, реанимации и терминальных состояниях.

#### **Практическое занятие №15.**

Очная форма обучения – 4 часа.

Травмы опорно-двигательного аппарата

*Вопросы:*

1. Принципы и методы оказания первой помощи.
2. Адаптация человека к условиям внешней среды. Общие принципы и механизмы адаптации.
3. Оказания первой помощи при шоке. Виды шока. Сущность гигиены и гигиеническое нормирование.
4. Кома. Коллапс и первая помощь при них.
5. Влияние загрязнения среды обитания на здоровье человека.

*Примерная тематика докладов по теме:*

1. Виды ранений и травм, получаемые человеком, и оказание первой помощи. Понятие о травматическом шоке.
2. Первая помощь при переохлаждении и перегреве организма.
3. Оказание помощи при утоплении.
4. Первая помощь при отравлении.
5. Виды ран и кровотечений. Методы остановки кровотечения.
6. Медицинская помощь при радиационных поражениях, при химических поражениях, в чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера.
7. Неотложная помощь при аллергическом шоке и отёке Квинке.
8. Факторы риска основных инфекционных и неинфекционных заболеваний.
9. Действия по оказанию пострадавшим доврачебной медицинской помощи.

10. Первая медицинская помощь и ее организация в чрезвычайных ситуациях.

11. Характеристика наиболее часто встречающихся травм.

12. Правила оказания помощи и самопомощи при травмах опорно-двигательного аппарата, болях, ожогах, отравлениях, при нарушении сердечно-сосудистой системы и др.

13. Помощь при остановке сердца и дыхания, потере сознания.

14. Виды ран и кровотечений. Методы остановки кровотечения.

15. Медицинская помощь при радиационных поражениях, при химических поражениях, в чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера.

16. Неотложная помощь при аллергическом шоке и отёке Квинке.

17. Виды ожогов, особенности оказания первой помощи.

18. Первая помощь при химических ожогах.

19. Ожоги паром и горячей водой, особенности оказания первой помощи.

20. Понятия об отморожениях, степени тяжести. Особенности оказания первой помощи.

21. Отморожения: особенности оказания первой помощи.

22. Основы десмургии.

23. Первая помощь при утоплениях.

24. Утопления: виды, причины, особенности оказания первой помощи.

25. Помощь в состоянии острого удушья (асфиксии).

26. Помощь утопающему.

27. Помощь человеку с признаками отравления угарным газом.

28. Помощь пострадавшему от укуса животных с признаками бешенства.

29. Помощь при ранениях и переломах.

30. Признаки наступившей смерти.

31. Правила выживания при пожарах.

32. Санитарно-гигиенические мероприятия при ЧС.

33. Выживаемость в автономных условиях

34. Травматический шок его проявления.

35. Острые и хронические лучевые поражения.

36. Механические травмы и их виды.

37. Раны и их классификация.

38. Первая медицинская помощь при механических травмах.

39. Утопления. Первая медицинская помощь при утоплениях.

40. Температурная травма. Первая медицинская помощь при температурных травмах.

41. Электротравмы. Первая медицинская помощь при поражениях электричеством.

1. Диагностика клинической смерти, сердечно-легочная реанимация.

42. Особенности сердечно-легочной реанимации у детей.

43. Особенности сердечно-легочной реанимации у пожилых людей.

44. Осложнения, возникающие при проведении сердечно-легочной реанимации.
45. Обеспечение безопасности на месте ДТП
46. Вызов бригад скорой помощи и службы спасения на место ДТП
47. Извлечение пострадавшего из транспортного средства
48. Определение состояния пострадавшего
49. Оказание доврачебной помощи пострадавшему, находящемуся в состоянии комы
50. Оказание доврачебной помощи пострадавшему, находящемуся в состоянии клинической смерти
51. Оказание доврачебной помощи при ранах и кровотечениях
52. Оказание доврачебной помощи при артериальном кровотечении.
53. Оказание доврачебной помощи при венозном и капиллярном кровотечениях.
54. Оказание доврачебной помощи при ранениях головы.
55. Оказание доврачебной помощи при травмах живота.
56. Оказание доврачебной помощи при травматической ампутации.

### **1.3 Интерактивные занятия по дисциплине ОПЦ.09 «Безопасность жизнедеятельности»**

Основные интерактивные формы проведения учебных занятий

- творческие задания;
- работа в малых группах;
- дискуссия;
- обучающие игры (ролевые игры, имитации, деловые игры и образовательные игры);
  - изучение и закрепление нового материала на интерактивной лекции (лекция-беседа, лекция-дискуссия, лекция с разбором конкретных ситуаций, лекция с заранее запланированными ошибками, лекция - пресс-конференция, мини-лекция);
  - эвристическая беседа;
  - использование общественных ресурсов, социальные проекты и другие внеаудиторные методы обучения, например просмотр и обсуждение видеофильмов, экскурсии, приглашение специалиста;
  - системы дистанционного обучения;
  - обсуждение и разрешение проблем («мозговой штурм», «дерево решений», «анализ казусов», «переговоры и медиация», «лестницы и змейки»);
  - метод кейсов.

## Методические рекомендации по изучению дисциплины ОПЦ.09 «Безопасность жизнедеятельности»

### 2.1 Методические рекомендации преподавательскому составу

#### 2.1.1 Методические рекомендации по проведению учебных занятий

Дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» является общеобразовательной и преподается на первом курсе, поэтому одна из основных задач преподавателя – помочь студентам в работе с теоретическим материалом, отработать умения и навыки самостоятельной работы, отработать теоретический материал на практических занятиях, использовать межпредметные связи. При проведении первых лекций необходимо обратить особое внимание на доступность материала и темп его изложения (для создания возможности конспектирования), дать рекомендации по организации самостоятельной работы и обеспечить контроль усвоения пройденного материала.

При проведении практических занятий преподаватель должен четко формулировать цель занятия и его основные вопросы. После заслушивания ответов студентов необходимо подчеркнуть положительные аспекты их работы, обратить внимание на имеющиеся неточности (ошибки), дать рекомендации по подготовке к работе.

В целях контроля уровня подготовленности обучающихся и привития им навыков краткого письменного изложения своих мыслей преподаватель в ходе практических занятий может проводить контрольные работы.

Также необходимо обеспечить структурирование большого объема теоретического материала таким образом, чтобы обучающимся удалось сформировать в сознании целостную картину знаний.

Среди традиционных форм проведения занятий основную роль играют лекции и практические занятия.

*Лекция* – традиционно ведущая форма обучения. Ее основная дидактическая цель – формирование ориентировочной основы для последующего усвоения обучающимися учебного материала.

##### Виды лекций

1. Вводная лекция – дает первое целостное представление об учебном предмете и ориентирует студента в системе работы по данному курсу. Лектор знакомит обучающихся с назначением и задачами курса, его ролью и местом в системе учебных дисциплин и в системе подготовки специалиста. Дается краткий обзор курса, вехи развития науки и практики, достижения в этой сфере, имена известных ученых, излагаются перспективные направления исследований. На этой лекции высказываются методические и организационные особенности работы в рамках курса, а также дается анализ учебно-методической литературы, рекомендуемой студентам, уточняются сроки и формы отчетности.

2. Лекция-информация – ориентирована на изложение и объяснение студентам научной информации, подлежащей осмыслению и запоминанию.

3. Обзорная лекция – систематизация научных знаний на высоком уровне, допускающая большое число ассоциативных связей в процессе осмысления информации, излагаемой при раскрытии внутрисубъектной и межпредметной связи, исключая детализацию и конкретизацию.

4. Проблемная лекция – новое знание вводится через проблемность вопроса, задачи или ситуации. При этом процесс познания студентов в сотрудничестве и диалоге с преподавателем приближается к исследовательской деятельности. Содержание проблемы раскрывается путем организации поиска ее решения или суммирования и анализа традиционных и современных точек зрения.

5. Лекция-визуализация – чтение такой лекции сводится к развернутому или краткому комментированию просматриваемых визуальных материалов (например, опорный конспект). Основным элементом образно-ассоциативной конструкции является опорный сигнал – единичный ассоциативный образ, заменяющий некое смысловое значение. Он способен мгновенно восстановить в памяти известную ранее информацию.

6. Бинарная лекция (лекция вдвоем) – разновидность чтения лекции в форме диалога двух преподавателей (либо как представителей двух научных школ, либо как ученого и практика, преподавателя и студента и т.п.). Преподаватели, часто придерживающиеся различных взглядов на проблемные вопросы лекции, разыгрывают дискуссию на глазах слушателей, активизируют их и подают пример научной полемики.

7. Лекция с заранее запланированными ошибками – рассчитана на стимулирование студентов к постоянному контролю предлагаемой информации (поиск ошибки: содержательной, методологической, методической, орфографической). В конце лекции проводится диагностика слушателей и разбор сделанных ошибок.

8. Лекция-конференция – проводится как научно-практическое занятие, с заранее поставленной проблемой и системой докладов, длительностью 5-10 мин. Каждое выступление представляет собой логически законченный текст, заранее подготовленный в рамках предложенной преподавателем программы. Совокупность представленных текстов позволит всесторонне осветить проблему. В конце лекции преподаватель подводит итоги самостоятельной работы и выступлений студентов, дополняя или уточняя предложенную информацию, и формулирует основные выводы.

9. Лекция-консультация – первый вариант осуществляется по типу «вопросы – ответы». Лектор отвечает в течение лекционного времени на вопросы студентов по всем разделу или всему курсу. Второй вариант такой лекции, представляемой по типу «вопросы – ответы – дискуссия», является тройным сочетанием: изложение новой учебной информации лектором, постановка вопросов и организация дискуссии в поиске ответов на поставленные вопросы.



10. Лекция пресс-конференция – назвав тему лекции, преподаватель просит студентов задавать ему письменно вопросы по данной теме. В течение двух-трех минут студенты формулируют наиболее интересующие их вопросы и передают преподавателю, который в течение трех-пяти минут сортирует вопросы по их содержанию и начинает лекцию. Лекция излагается не как ответы на вопросы, а как связный текст, в процессе изложения которого формулируются ответы. В конце лекции преподаватель проводит анализ ответов как отражение интересов и знаний учащихся.

*Практическое занятие* – это интенсивная самостоятельная работа обучающихся под управлением преподавателя, его основное назначение – обобщение и систематизация знаний, а также использование полученных знаний на практике.

Каждое занятие начинается с письменного опроса обучающихся по теоретическим вопросам, предложенным заранее. После основного ответа обучающемуся задаются дополнительные вопросы как преподавателем, так и группой. По итогам обсуждения ответа выставляется оценка. Для оценки усвоения понятийного аппарата может использоваться блиц-опрос. Во время него задаются 3-5 коротких вопроса, связанных с терминологией или знанием фактического материала (величин, показателей, формул, дат и др.), по окончании выставляется оценка.

На практическом занятии могут быть использованы самые разные формы закрепления и контроля изучаемого материала: контрольные работы, деловые игры, решение проблемных ситуаций, решение задач, представление сообщений, рефератов, докладов и др. Они выбираются в зависимости от темы занятия, сложности изучаемого материала, трудоёмкости задания (например деловая игра может занимать всё отведённое время).

По проблемным и полемическим вопросам целесообразно давать для подготовки доклады за которые выставляется несколько оценок (за содержание, изложение, использование наглядности, ответы на вопросы преподавателя и аудитории). Изучаемый материал будет более понятным при использовании наглядности с помощью различных графоаналитических и картографических методов. Так при рассмотрении вопросов систематизации необходимо рисовать схемы и составлять текстовые таблицы, при изучении структуры – диаграммы, а динамики – графики. Можно использовать и обратный приём: предложить студенту графический материал и дать задание проанализировать его, составить письменный или устный развёрнутый ответ. В конце практического занятия даются вопросы и задания на следующее занятие, а также литература и справочные материалы для подготовки.

### **2.1.2 Методические рекомендации по проведению интерактивных занятий**

Интерактивное обучение – это специальная форма организации познавательной деятельности. Она подразумевает вполне конкретные и прогнозируемые цели. Цель состоит в создании комфортных условий

обучения, при которых обучающийся чувствует свою успешность, свою интеллектуальную состоятельность, что делает продуктивным сам процесс обучения, даёт знания и навыки, а также создать базу для работы по решению проблем после того, как обучение закончится.

Другими словами, интерактивное обучение – это, прежде всего, диалоговое обучение, в ходе которого осуществляется взаимодействие между обучающимся и преподавателем.

Задачами интерактивных форм обучения являются:

- пробуждение у обучающихся интереса;
- эффективное усвоение учебного материала;
- самостоятельный поиск учащимися путей и вариантов решения поставленной учебной задачи (выбор одного из предложенных вариантов или нахождение собственного варианта и обоснование решения);
- установление взаимодействия между обучающимися, обучение работать в команде, проявлять терпимость к любой точке зрения, уважать право каждого на свободу слова, уважать его достоинства;
- формирование у обучающихся мнения и отношения;
- формирование жизненных и профессиональных навыков;
- выход на уровень осознанной компетентности обучающегося.

При использовании интерактивных форм роль преподавателя резко меняется, перестаёт быть центральной, он лишь регулирует процесс и занимается его общей организацией, готовит заранее необходимые задания и формулирует вопросы или темы для обсуждения в группах, даёт консультации, контролирует время и порядок выполнения намеченного плана. Участники обращаются к социальному опыту – собственному и других людей, при этом им приходится вступать в коммуникацию друг с другом, совместно решать поставленные задачи, преодолевать конфликты, находить общие точки соприкосновения, идти на компромиссы.

Для решения воспитательных и учебных задач преподавателем могут быть использованы следующие интерактивные формы:

- Круглый стол (дискуссия, дебаты)
- Мозговой штурм (брейнсторм, мозговая атака)
- Деловые и ролевые игры
- Case-study (анализ конкретных ситуаций, ситуационный анализ)
- Мастер класс

Существуют и другие виды интерактивного обучения (методики «Займи позицию», «Дерево решений», «Попс-формула», тренинги, сократический диалог, групповое обсуждение, интерактивная экскурсия, видеоконференция, фокус-группа и др.), которые можно использовать в процессе обучения студентов. Кроме того, преподаватель кафедры может применять не только ныне существующие интерактивные формы, а также разработать новые в зависимости от цели занятия, т.е. активно участвовать в процессе совершенствования, модернизации учебного процесса.

Следует обратить внимание на то, что в ходе подготовки занятия на основе интерактивных форм обучения перед преподавателем стоит вопрос не только в выборе наиболее эффективной и подходящей формы обучения для изучения конкретной темы, а открывается возможность сочетать несколько методов обучения для решения проблемы, что, несомненно, способствует лучшему осмыслению студентов. Представляется целесообразным рассмотреть необходимость использования разных интерактивных форм обучения для решения поставленной задачи.

Принципы работы на интерактивном занятии:

- занятие – не лекция, а общая работа.
- все участники равны независимо от возраста, социального статуса, опыта, места работы.
- каждый участник имеет право на собственное мнение по любому вопросу.
- нет места прямой критике личности (подвергнуться критике может только идея).
- все сказанное на занятии – не руководство к действию, а информация к размышлению.

Алгоритм проведения интерактивного занятия:

1. Подготовка занятия
2. Вступление:
3. Основная часть:

Особенности основной части определяются выбранной формой интерактивного занятия, и включает в себя:

3.1. Выяснение позиций участников;

3.2. Сегментация аудитории и организация коммуникации между сегментами. Это означает формирование целевых групп по общности позиций каждой из групп. Производится объединение сходных мнений разных участников вокруг некоторой позиции, формирование единых направлений разрабатываемых вопросов в рамках темы занятия и создается из аудитории набор групп с разными позициями. Затем – организация коммуникации между сегментами. Этот шаг является особенно эффективным, если занятие проводится с достаточно большой аудиторией: в этом случае сегментирование представляет собой инструмент повышения интенсивности и эффективности коммуникации.

3.3. Интерактивное позиционирование включает четыре этапа интерактивного позиционирования: 1) выяснение набора позиций аудитории, 2) осмысление общего для этих позиций содержания, 3) переосмысление этого содержания и наполнение его новым смыслом, 4) формирование нового набора позиций на основании нового смысла)

4. Выводы (рефлексия)

Интерактивное обучение позволяет решать одновременно несколько задач, главной из которых является развитие коммуникативных умений и навыков. Данное обучение помогает установлению эмоциональных контактов между

учащимися, обеспечивает воспитательную задачу, поскольку приучает работать в команде, прислушиваться к мнению своих товарищей, обеспечивает высокую мотивацию, прочность знаний, творчество и фантазию, коммуникабельность, активную жизненную позицию, ценность индивидуальности, свободу самовыражения, акцент на деятельность, взаимоуважение и демократичность. Использование интерактивных форм в процессе обучения, как показывает практика, снимает нервную нагрузку обучающихся, дает возможность менять формы их деятельности, переключать внимание на узловые вопросы темы занятий.

### **2.1.3 Методические рекомендации по контролю успеваемости**

#### **2.1.3.1 Текущая аттестация (текущий контроль) уровня усвоения содержания дисциплины ОПЦ.09 «Безопасность жизнедеятельности»**

Текущую аттестацию (текущий контроль) уровня усвоения содержания дисциплины (модуля) рекомендуется проводить в ходе всех видов учебных занятий методами устного и письменного опроса (работ), в процессе выступлений студентов на практических занятиях и защиты рефератов, а также методом тестирования.

Качество письменных работ оценивается исходя из того, как студенты:

1. Выбрали и использовали форму и стиль изложения, соответствующие целям и содержанию дисциплины;
2. Применили связанную с темой информацию, используя при этом понятийный аппарат специалиста в данной области;
3. Представили структурированный и грамотно написанный текст, имеющий связное содержание.

#### **2.1.3.2 Промежуточная аттестация (итоговый контроль) уровня усвоения содержания дисциплины ОПЦ.09 «Безопасность жизнедеятельности»**

Промежуточная аттестация (итоговый контроль) проводится в форме зачёта в ходе экзаменационной сессии с выставлением итоговой оценки по дисциплине. К зачёту допускаются обучающиеся, успешно выполнившие все виды отчетности, предусмотренные по дисциплине учебным планом. В ходе зачёта проверяется степень усвоения материала, умение творчески и последовательно, четко и кратко отвечать на поставленные вопросы, делать конкретные выводы и формулировать обоснованные предложения. Итоговая оценка охватывает проверку достижения всех заявленных целей изучения дисциплины и проводится для контроля уровня понимания обучающимися связей между различными ее элементами.

В ходе итогового контроля акцент делается на проверку способностей обучающихся к творческому мышлению и использованию понятийного

аппарата дисциплины в решении профессиональных задач по соответствующей специальности.

Знания, умения обучающихся на зачёте оцениваются на основании теоретического опроса. В ходе зачета выставляется оценка «зачтено», «не зачтено».

### **2.1.3.3 Критерии оценки учебных достижений обучающихся**

Качество ответов на зачете оценивается на основании теоретического опроса:

«Зачтено» - готов применять профессиональные знания для минимизации негативных последствий, обеспечения безопасности и улучшения условий труда в сфере своей профессиональной деятельности.

«Не зачтено» - не готов применять профессиональные знания для минимизации негативных последствий, обеспечения безопасности и улучшения условий труда в сфере своей профессиональной деятельности.

## **2.2 Методические указания обучающимся**

### **2.2.1. Рекомендации по продуктивному усвоению учебного материала**

Продуктивность усвоения учебного материала во многом определяется интенсивностью и качеством самостоятельной работы студента. Самостоятельная работа предполагает формирование культуры умственного труда, самостоятельности и инициативы в поиске и приобретении знаний; закрепление знаний и навыков, полученных на всех видах учебных занятий; подготовку к предстоящим занятиям, экзаменам; выполнение контрольных работ.

Самостоятельный труд развивает такие качества, как организованность, дисциплинированность, волю, упорство в достижении поставленной цели, вырабатывает умение анализировать факты и явления, учит самостоятельному мышлению, что приводит к развитию и созданию собственного мнения, своих взглядов. Умение работать самостоятельно необходимо не только для успешного усвоения содержания учебной программы, но и для дальнейшей творческой деятельности.

Основу самостоятельной работы студента составляет работа с учебной и научной литературой. Из опыта работы с книгой (текстом) следует определенная последовательность действий, которой целесообразно придерживаться. Сначала прочитать весь текст в быстром темпе. Цель такого чтения заключается в том, чтобы создать общее представление об изучаемом (не запоминать, а понять общий смысл прочитанного). Затем прочитать вторично, более медленно, чтобы в ходе чтения понять и запомнить смысл каждой фразы, каждого положения и вопроса в целом.

Чтение приносит пользу и становится продуктивным, когда сопровождается записями. Это может быть составление плана прочитанного текста, тезисы или выписки, конспектирование и др. Выбор вида записи

зависит от характера изучаемого материала и целей работы с ним. Если содержание материала несложное, легко усваиваемое, можно ограничиться составлением плана. Если материал содержит новую и трудно усваиваемую информацию, целесообразно его конспектировать. Результаты конспектирования могут быть представлены в различных формах.

**План** - это схема прочитанного материала, краткий (или подробный) перечень вопросов, отражающих структуру и последовательность материала. Подробно составленный план вполне заменяет конспект.

**Конспект** - это систематизированное, логичное изложение материала источника.

Различаются четыре типа конспектов.

**План-конспект** - это развернутый детализированный план, в котором достаточно подробные записи приводятся по тем пунктам плана, которые нуждаются в пояснении.

**Текстуальный конспект** - это воспроизведение наиболее важных положений и фактов источника.

**Свободный конспект** - это четко и кратко сформулированные (изложенные) основные положения в результате глубокого осмысливания материала. В нем могут присутствовать выписки, цитаты, тезисы; часть материала может быть представлена планом.

**Тематический конспект** - составляется на основе изучения ряда источников и дает более или менее исчерпывающий ответ по какой-то схеме (вопросу).

В процессе изучения материала источника, составления конспекта нужно обязательно применять различные выделения, подзаголовки, создавая блочную структуру конспекта. Это делает конспект легко воспринимаемым, удобным для работы.

Подготовка к практическому занятию включает 2 этапа:

1 й - организационный;

2й - закрепление и углубление теоретических знаний.

На первом этапе студент планирует свою самостоятельную работу, которая включает:

- уяснение задания на самостоятельную работу;
- подбор рекомендованной литературы;
- составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей
  - подготовки.

Составление плана дисциплинирует и повышает организованность в работе.

Второй этап включает непосредственную подготовку студента к занятию. Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить

на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы студент должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале.

Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам.

В процессе подготовки к занятиям рекомендуется взаимное обсуждение материала, во время которого закрепляются знания, а также приобретает практика в изложении и разъяснении полученных знаний, развивается речь. При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

В начале занятия студенты под руководством преподавателя более глубоко осмысливают теоретические положения по теме занятия, раскрывают и объясняют основные явления и факты. В процессе творческого обсуждения и дискуссии вырабатываются умения и навыки использовать приобретенные знания для решения практических задач.

Для проведения контроля самостоятельной работы студентов в ВУЗе применяются:

- собеседование;
- проверка индивидуальных заданий;
- семинарские занятия;
- коллоквиумы;
- конференции;
- деловые игры;
- зачет по теме, разделу;
- тестирование;
- самоотчеты;
- контрольные работы;
- защита курсовых проектов и работ;
- устный и письменный экзамены и т.д.

Для контроля эффективности организации самостоятельной работы студентов можно проводить анкетирование, в ходе которого выявлять полезность тех или иных видов и организационных форм самостоятельных работ, правильность и своевременность их включения в учебный процесс, достаточность методического обеспечения, соответствие запланированного времени на их выполнение реально затраченному времени и т.д.

Критериями оценки результатов самостоятельной работы студента могут являться:

- уровень освоения студентом учебного материала;
- умение студента использовать теоретические знания при выполнении практических задач;

- обоснованность и четкость изложения ответа;
- оформление материала в соответствии с требованиями стандартов;
- сформированные умения и навыки в соответствии с целями и задачами изучения дисциплины.

Таким образом, правильно спланированная, организованная и контролируемая самостоятельная работа студентов имеет огромное образовательное и воспитательное значение. Она является определяющим условием в достижении высоких результатов обучения, так как без самостоятельной работы невозможно превращение полученных знаний в умения и навыки. Укрепляя чувство ответственности, повышая уровень рабочей мотивации, развивая привычку к познавательной деятельности, самостоятельная работа способствует формированию необходимых деловых и нравственных качеств будущего специалиста.

### **2.2.2. Методические рекомендации по написанию реферата или доклада**

Для начала работы над рефератом необходимо выбрать тему и подобрать по ней литературу. В качестве литературных источников могут выступать монографии, сборники, различные справочные издания, периодические издания. Затем необходимо ознакомиться с содержанием литературы, со справочным аппаратом издания, изучить оглавление книги. Выборочно, бегло прочить отдельные части или главы книги, сделать краткие записи по прочитанному материалу.

Составить план написания реферата по следующей схеме:

Введение. Во введении реферата обосновать выбор данной темы, коротко рассказать о том, почему она заинтересовала автора.

I глава. Вступительная часть. Эта короткая глава должна содержать несколько вступительных предложений, непосредственно вводящих в тему реферата.

II глава. Основная научная часть реферата. Здесь в логической последовательности излагается материал по теме реферата. Эту главу целесообразно разбить на подпункты (с указанием в оглавлении соответствующих страниц).

III глава. Заключение. В этой главе автор подводит итог работы, делает краткий её анализ и формулирует выводы.

Теперь можно приступить к написанию самого реферата.

**Оформление реферата.**

**Титульный лист.** На титульном листе пишется тема реферата, фамилия, имя, отчество ученика, название учебного заведения.

**Оглавление реферата.** В начале реферата должно быть дано оглавление, в котором указываются номера страниц по отдельным главам. Каждая глава текста должна начинаться с нового листа, независимо от того, где окончилась предыдущая.

**Текст реферата.** Текст пишется по плану на одной стороне листа. Сокращения слов в тексте реферата не используются. В конце работы



прилагается список использованной литературы. Литературные ссылки следует располагать в столбик в следующем порядке:

- нормативные документы;
- книги по теме реферата (по алфавиту авторов);
- газетно-журнальные статьи (по алфавиту авторов статей, с указанием названий газет и журналов, года издания и номера);
- электронные ресурсы.

Для написания реферата лучше использовать листы писчей бумаги стандартного формата.

Текст следует писать на одной стороне листа, который должен иметь поля: 3 см – с левой стороны, 1 см – с правой стороны (это придаёт удобство для сшивания листов).

Объём реферата должен быть 20 – 25 страниц, которые должны быть пронумерованы.

### **2.2.3. Методические рекомендации по выполнению домашних контрольных работ**

Перед началом контрольной работы следует изучить соответствующий теоретический материал по учебнику или конспекту лекций. Если преподаватель дал вам конкретные рекомендации, учтите их.

В контрольной работе может быть только один вопрос. В этом случае необходимо раскрыть определенный вопрос из курса дисциплины, который сформулирован таким образом, что необходимо применить методы анализа и сопоставления.

Другой тип контрольной работы включает в себя несколько вопросов и одну или несколько задач или практических заданий. Писать такую контрольную работу следует четко и лаконично, отвечая на вопросы и правильно решая задачи, без пространных рассуждений. Контрольные такого типа не требуют широкого применения методов анализа, писать контрольную работу необходимо, придерживаясь принципа «вопрос-ответ».

Контрольная работа должна иметь чёткую структуру. Структура контрольной работы зависит от специфики изучаемой дисциплины, а также от типа контрольной работы. В структуре контрольной работы можно выделить:

- титульный лист;
- введение (в зависимости от типа вопросов);
- основная часть;
- заключение (в зависимости от типа вопросов);
- список литературы.

На титульном листе необходимо написать название учебного заведения, кафедры и учебной дисциплины. Затем указать название контрольной работы или вариант. После чего написать собственные ФИО,

номер группы, название факультета, специальность и ФИО научного руководителя.

Формулировка условия, если оно указывается на втором листе контрольной работы, должна в точности соответствовать условию, полученному от преподавателя.

Во введении кратко нужно написать цель контрольной работы, место и роль рассматриваемого вопроса или вопросов в изучаемой учебной дисциплине.

На основную часть контрольной приходится наибольшая часть работы. Контрольная должна содержать основные определения, обоснования и доказательства, описание методики расчета, формулы, а также иметь ссылки на используемые источники информации. Писать контрольную работу необходимо с учетом того, что излагаемый материал должен быть логически взаимосвязан. Основная часть может также включать анализ теории вопроса по теме контрольной работы. После этого излагается ход рассуждений, описывается последовательность расчетов, приводятся промежуточные доказательства и результаты решения всей поставленной задачи. В случае, если контрольная содержит только задачи, то основная часть включает в себя только условия задач и их решение.

В заключении надо написать краткие выводы по выполненной контрольной работе.

Затем приводится список источников информации оформленный по стандарту.

#### 2.2.4. Методические рекомендации по выполнению тестовых заданий

При тестировании необходимо четко уяснить особенности предлагаемого вида тестов и способ его выполнения.

Время, отводимое на выполнение теста, может варьироваться от 10 до 20 минут в зависимости от общего уровня подготовленности студентов, этапа изучения темы, вида теста. Тестовые задания выполняются на отдельном листе бумаги, на котором указывается фамилия студента, группа, номер варианта.

При выполнении тестового задания необходимо:

- внимательно прочитать задание;
- записать ответы только цифрами и буквами, указав вначале задания, а затем выбранную цифру или букву, которая соответствует правильному ответу.