

Методические указания к практическим занятиям

СГ.ОЗ Безопасность жизнедеятельности

Специальность 38.02.04 Операционная деятельность в логистике
Форма обучения очная

Пояснительная записка

Данные методические указания предназначены для закрепления теоретических знаний и приобретения необходимых практических навыков и умений по программе дисциплины СГ.ОЗ Безопасность жизнедеятельности для специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике.

Практические занятия составлены в соответствии с требованиями ФГОС по данной специальности.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

У. 1 Организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

У.2 Предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;

У.3 Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

У.4 Применять первичные средства пожаротушения;

У. 5 Ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;

У.6. Применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;

У.7. Владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

У.8. Оказывать первую помощь пострадавшим.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

3.1. Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;

3.2. Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;

3.3. Основы военной службы и обороны государства;

3.4. Задачи и основные мероприятия гражданской обороны;

3.5. Способы защиты населения от оружия массового поражения;

3.6 Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

3.7 Организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;

3.8 Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные профессиям СПО.

3.9 Область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;

3.10 Порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

Практическое занятие № 1

Тема 1.1. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и военного характера.

Тема занятия: Чрезвычайные ситуации природного, техногенного характера.

Цель занятия: Закрепление теоретических знаний о классификации ЧС и приобретении практических умений в составлении памяток населения в ЧС природного, техногенного военного характера.

Приобретаемые умения и навыки:

- Организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- Предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- Применять первичные средства

Продолжительность занятия:

2 часа.

Порядок и методика выполнения заданий:

- 1 Заполнить таблицу «Классификация ЧС»;
2. Изучить поражающие факторы ЧС природного техногенного и военного характера;
3. Изучить основные ЧС природного техногенного и военного характера;
4. Составить памятки поведения населения в ЧС.

Теоретические вопросы для устного опроса (собеседования):

- I .Понятие о чрезвычайной ситуации.
2. Перечислить ЧС по природе возникновения
3. Перечислить ЧС по масштабам распространения последствий
4. Перечислить ЧС по причине возникновения
5. Перечислит ЧС по скорости развития
6. Перечислить ЧС по ведомственной принадлежности
7. Дать характеристику ЧС природного характера
8. Дать характеристику ЧС техногенного характера
9. Дать характеристику ЧС военного характера
10. Перечислить основные действия при террористической угрозе
- II Раскрыть понятие террористического акта
- 12.Что означает противодействие терроризму?
- 13.Перечить категории лиц участвующих в борьбе с терроризмом, подлежащих правовой и социальной защите.

Тестовые задания:

1. Выберите из ниже перечисленных группы ЧС природного характера:

- а) Аварийные
- б) Метеорологические
- в) Гидрологические
- г) Экологические

2. Причиной землетрясения может стать:

- а) Волновые колебания в скальных породах;
- б) Сдвиг в скальных породах земной коры, разлом, вдоль которого один скальный массив с огромной силой трется о другой
- в) Строительство очистных сооружений в зонах тектонических разломов.

3. Наибольшую опасность при извержении вулкана представляют:

- а) Тучи пепла и газов («палящая туча»);
- б) Разлившаяся лава и выброс обломков;

№ Задания	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответы	а;б;в	б	а	а	Б	в	Б	в	в	в

Критерии оценивания:

Оценка «отлично» выставляется студенту, если ответ полный.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если при ответе допущены неточности.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если ответ не полный и есть ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если ответ неправильный или его нет

Практическое занятие № 2

Тема 1.1. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и военного характера.

Тема занятия: Чрезвычайные ситуации военного характера

Цель занятия: Закрепление теоретических знаний о ЧС военного характера и приобретении практических умений в составлении памяток населения в ЧС военного характера.

Приобретаемые умения и навыки:

- Организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- Предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

- Применять первичные средства

пожаротушения **Продолжительность занятия:**

2 часа.

Порядок и методика выполнения заданий:

- 1 Изучить поражающие факторы ЧС военного характера;
2. Изучить основные ЧС военного характера;
3. Составить памятки поведения населения в ЧС военного характера.
4. Изучить историю и виды биологического оружия;
5. Изучить виды химического оружия.

Теоретические вопросы для устного опроса (собеседования):

- 1 Дать характеристику ЧС военного характера
2. Перечислить основные действия при террористической угрозе
3. Раскрыть понятие террористического акта
4. Что означает противодействие терроризму?
5. Перечить категории лиц участвующих в борьбе с терроризмом, подлежащих правовой и социальной защите.
6. Дать определение биологическому оружию;
7. Назвать основные способы защиты населения от биологического оружия.

Тестовые задания:

1. Выберите из ниже перечисленных группы ЧС военного характера:

- а) ЧС, вызванные применением ядерного оружия
- б) ЧС, вызванные применением химического оружия
- в) ЧС, вызванные применением биологического оружия
- г) Экологические

2. В 1915 году немецкие войска применили химическое оружие вблизи бельгийского города Ипр. Какое вещество распылялось:

- а) Иприт;
- б) Хлор;
- в) Цинк;
- г) Аммиак;

3. Что такое чрезвычайные ситуации военного времени:

- а) особая группа конфликтных и экологических ЧС, возникших на определенной территории, вызванных повседневной деятельностью войск и воздействием современных средств поражения;
- б) обстановка, сложившаяся на определенной территории или акватории в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия;
- в) неблагоприятная обстановка на определённой территории сложившаяся в результате опасного природного явления;
- г) аварии на химически опасных объектах, в результате которых может произойти

№										
Задания	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответы	а;б;в	б	а	А	б	в	б	в	в	в

Критерии оценивания:

Оценка «отлично» выставляется студенту, если ответ полный.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если при ответе допущены неточности.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если ответ не полный и есть ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если ответ неправильный или его нет

Практическое занятие № 3

Тема 1.2. Организационные основы защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени

Тема занятия: Гражданская оборона, её структура и задачи.

Цель занятия: Изучение мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории государства от опасностей, возникающих при военных конфликтах или вследствие этих конфликтов, а также при чрезвычайных ситуациях. **Приобретаемые умения и навыки:**

-Организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

-Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

-Применять первичные средства пожаротушения;

Порядок и методика выполнения заданий:

1. Изучить историю создания ГО
2. Изучить основы государственной политики РФ в области ГО на период до 2030 года
3. Закрепить знания о ГО вопросами для самопроверки.

Теоретические вопросы для устного опроса (собеседования):

1. Каковы основные задачи ГО?

2. Структура ГО РФ 3 .Что такое ГО?

4. Назовите задачи, стоящие перед ГО страны.

5. Назовите принципы защиты населения в ЧС мирного и военного времени

6. Какие мероприятия проводятся для защиты населения в ЧС мирного и военного времени **Вопросы для самопроверки:**

1. Из каких уровней состоит РСЧС?

2. Как происходит эвакуация населения?

3. Что относится к силам ГО?

4. Комиссия по ЧС в образовательных организациях (колледж).

Практическое занятие №4

Тема 1.2. Организационные основы защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Тема занятия: Назначение и задачи гражданской обороны по защите населения **Цель занятия:** Изучение мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории государства от опасностей, возникающих при военных конфликтах или вследствие этих конфликтов, а также при чрезвычайных ситуациях.

Приобретаемые умения и навыки:

-Организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

-Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

-Применять первичные средства пожаротушения **Порядок и методика выполнения заданий:**

1) Изучить основные задачи ГО;

2) Начертить схему организации ГО в учебном заведении

3) Изучить план мероприятий, схему оповещения, составить план мероприятий по ГО в Колледже

4) Изучить средства индивидуальной и коллективной защиты

5) Изучить понятие эвакуация, виды и способы эвакуации

Теоретические вопросы для устного опроса (собеседования):

1. Каковы основные средства и способы защиты от поражающих факторов ядерного поражения?
2. Сформулируйте правила поведения в очаге ядерного поражения.
3. Расскажите о химическом оружии, его составе, способах применения.
4. Каковы действия населения в очаге химического поражения?
5. Что входит в состав биологического оружия?
6. Каковы основные средства защиты населения от биологического оружия?
7. Назовите способы защиты населения при авариях на химически опасных объектах.
8. Назовите принципы защиты населения в ЧС мирного и военного времени
9. Какие мероприятия проводятся для защиты населения в ЧС мирного и военного времени

Вопросы для самопроверки:

1. Из каких уровней состоит РСЧС?
2. Как происходит эвакуация населения?
3. Средства индивидуальной защиты человека. Виды, область применения
4. Что относится к силам ГО?
5. Комиссия по ЧС в образовательных организациях (колледж).

Практическое занятие № 5

Тема 1.3 Основные принципы и нормативная база защиты населения от чрезвычайных ситуаций

Тема занятия: Организация и выполнение эвакуационных мероприятий.

Цель занятия: Изучение эвакуационных мероприятий направленных на защиту населения от ЧС. Изучение действий спасателей по спасению людей, материальных и культурных ценностей, защите природной среды в зоне чрезвычайных ситуаций, локализации чрезвычайных ситуаций и подавлению или доведению до минимально возможного уровня воздействия характерных для них опасных факторов.

Приобретаемые умения и навыки:

-Организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

-Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

-Применять первичные средства пожаротушения;

Порядок и методика выполнения заданий:

1. Ответить на теоретические вопросы по изученной теме.
2. Выполнить тестовое задание.
3. Ответить на вопросы для самопроверки по теме практического занятия.

Теоретические вопросы для устного опроса (собеседования):

- 1) Что такое эвакуация?
- 2) Как проводится эвакуация из зоны радиационного заражения?
- 3) При каких условиях происходит эвакуация?
- 4) Как проводятся Аварийно-спасательные работы?
- 5) Как расшифровывается аббревиатура «АС ДНР»?
- 6) Что представляют собой АС ДНР?

Тестовые задания:

1. Когда была принята конституция РФ?

- а) 12 декабря 1993 г
- б) 10 января 1998 г
- в) 4 октября 1994 г

2. Что изложено в Конституции РФ?:

№										
Задания	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответы	А	а	б	А	А	В	Б	б	в	а

Критерии оценивания:

Оценка «отлично» выставляется студенту, если ответ полный.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если при ответе допущены неточности.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если ответ не полный и есть ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если ответ неправильный или

его нет

Вопросы для самопроверки:

- 1) Что такое эвакуация?
- 2) В зависимости от чего определяется выбор варианта эвакуации?
- 3) Что является основанием для принятия решения на проведение эвакуации?
- 4) Какие виды эвакуации различают по способам эвакуации?
- 5) В местах, где эвакуации наиболее вероятна, рекомендуется хранить свои вещи?

Практическое занятие №6

Тема 1.3 Основные принципы и нормативная база защиты населения от чрезвычайных ситуаций

Тема занятия: Организация аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций.

Цель занятия: Изучение организации проведения АСР при различных поражающих факторах

Приобретаемые умения и навыки:

-Организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

-Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

- Задачи и основные мероприятия гражданской обороны;
- Способы защиты населения от оружия массового поражения -Применять первичные средства пожаротушения;

Порядок и методика выполнения заданий:

1. Ответить на теоретические вопросы по изученной теме.
2. Ответить на вопросы для самопроверки по теме практического занятия.

Теоретические вопросы для устного опроса (собеседования):

- 1) Что такое аварийно-спасательные работы?
- 2) Что такое неотложные работы при ликвидации чрезвычайных ситуаций?
- 3) Когда чрезвычайная ситуация считается ликвидированной?
- 4) Как проводятся Аварийно-спасательные работы?
- 5) Как расшифровывается аббревиатура «АС ДНР»?
- 6) Что представляют собой АС ДНР?
- 7) Что такое санитарная обработка?
- 8) Назовите основные виды санитарной обработки
- 9) Назовите простейшие средства защиты кожи.

Вопросы для самопроверки:

- 1) Какие мероприятия проводятся при выполнении аварийно-спасательных работ?
- 2) Каковы цели и содержание спасательных работ?
- 3) Что является основанием для принятия решения на проведение эвакуации?
- 4) Какие виды эвакуации различают по способам эвакуации?
- 5) В местах, где эвакуации наиболее вероятна, рекомендуется хранить свои вещи?
- 6) Что не рекомендуется делать при возвращении домой после эвакуации?
- 7) Как размещают население из зоны эвакуации?

Практическое занятие №7

Тема 2.1 Основы обороны государства

Тема занятия: История и предназначение Вооруженных Сил.

Цель занятия: Изучить историю создания ВС РФ.

Приобретаемые умения и навыки:

-Ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;

-Применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;

-Владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

Порядок и методика выполнения заданий:

1 Изучить история создания ВС РФ 2. Ответить на теоретические вопросы по теме

3. Ответить на вопросы для самопроверки по теме практического занятия

Теоретические вопросы для устного опроса (собеседования):

1. В каком году началось образование современных ВС РФ

2. Как были созданы ВС РФ?

3. Когда была создана регулярная армия?

4. Цели и задачи военных реформ Ивана Грозного

5. Военные реформы Петра I

6. История основание РККА

7. Основные военные реформы в период

СССР Вопросы для самопроверки:

1. Дать определение РККА

2. Когда начались первые воинские реформы?

3. Какие структуры относятся к учреждениям министерства обороны?

4. Какие задачи решают ВС?

5. Как осуществлялось комплектование ВС личным составом раньше?

Практическое занятие

№8 Тема 2.1 Основы обороны государства

Тема занятия: Структура Вооруженных Сил. Верховный главнокомандующий. Генеральный штаб

Цель занятия: систематизировать знания о Структуре ВС РФ, ознакомиться с организацией обороны РФ, правами и обязанностями граждан в области обороны.

Приобретаемые умения и навыки:

-Ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;

-Применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;

-Владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

Порядок и методика выполнения заданий:

1. Изучить состав ВС РФ

2. Изучить правовые основы в области государства

3. Изучить полномочия Президента РФ в области обороны

4. Изучить права и обязанности граждан РФ в области

обороны 5. Ответить на теоретические вопросы по теме

6. Ответить на вопросы для самопроверки по теме практического

Теоретические вопросы для устного опроса (собеседования):

1. Кто является Главнокомандующим ВС РФ

2. Охарактеризуйте рода войск РФ

3. Как были созданы ВС РФ?

4. Что понимается под обороной?

5. Кто такой призывник?

6. Что включает организация обороны?
7. Полномочия Государственной Думы в области обороны
8. В чем заключается военная доктрина РФ?
9. Как происходит прогнозирование и оценка военных угроз?
10. Как обеспечивается сохранение государственной и военной тайны?

Вопросы для самопроверки:

1. Дать определение вида и рода войск ВС РФ
2. Как называется Федеральный закон, который определил дни воинской славы России?
3. Какие структуры относятся к учреждениям министерства обороны?
4. Какие задачи решают ВС?
5. Как осуществляется комплектование ВС РФ личным составом?

Практическое занятие № 9

Тема 2.2 Военная служба - особый вид федеральной государственной службы.

Тема занятия: Общевоинские уставы. Распределение времени и внутренний распорядок дня военнослужащих.

Цель занятия: систематизировать знания о воинской обязанности, её основные составляющие. Изучить воинские обязанности, их основные составляющие. Ознакомиться с требованиями военной деятельности, предъявляемые к физическим, психологическим и профессиональным качествам военнослужащего. Изучить воинские должности и звания военнослужащих, знаки различия.

Приобретаемые умения и навыки:

- Ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- Применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
- Владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

Порядок и методика выполнения заданий:

1. Изучить историю воинских уставов ВС РФ.
2. Изучить устав внутренней службы ВС РФ.
3. Изучить дисциплинарный устав гарнизонной и караульной службы ВС РФ.
4. Изучить устав гарнизонной и караульной службы ВС РФ.
5. Изучить строевой устав ВС РФ.
6. Ознакомиться с основными понятиями о боевых уставах.
7. Ознакомиться с распорядком дня военнослужащих
8. Ознакомиться с бытом военнослужащих
9. Ознакомиться с санитарно-гигиеническими требованиями помещений для военнослужащих
10. Изучить порядок увольнения военнослужащих из расположения части
11. Сравнить распорядок дня для сухопутных войск и морского флота РФ
12. **Ответить на теоретические вопросы по теме**

Теоретические вопросы для устного опроса

(собеседования):

1. Какие уставы используются в армии?
2. Что такое шеренга?
3. Что входит в обязанности дневального?
4. Для чего нужны уставы в ВС РФ?
5. Что такое устав?
6. Понятие о боевых уставах

8. Дисциплинарный устав ВС РФ.
9. Строевой устав ВС РФ
10. Устав гарнизонной и караульной службы ВС РФ.
11. Что такое внутренний порядок? Чем он достигается?
12. Как должны храниться стрелковое оружие и боеприпасы?
13. Как организуется поддержание чистоты и порядка в казарменных помещениях?
14. Какие изменения в распорядке дня предусмотрены в воскресные и праздничные дни?
15. Как осуществляется посещение военнослужащих членами семей и другими лицами?
16. Расскажите про оборудование комнаты бытового обслуживания.
17. Какие мероприятия должны быть предусмотрены в распорядке дня военнослужащих?
18. Какие помещения предусмотрены для размещения роты?

Практическое занятие № 10

Тема 2.2 Военная служба - особый вид федеральной государственной службы.

Тема занятия: Воинские должности и звания военнослужащих, знаки различия.

Боевые традиции ВС РФ

Цель занятия: систематизировать знания о воинской обязанности, её основные составляющие. Изучить воинские обязанности, их основные составляющие. Ознакомиться с требованиями военной деятельности, предъявляемые к физическим, психологическим и профессиональным качествам военнослужащего. Изучить воинские должности и звания военнослужащих, знаки различия.

Приобретаемые умения и навыки:

- Ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- Применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
- Владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

Порядок и методика выполнения заданий:

1. Ознакомиться с историей создания знаков отличия, воинских званий.
2. Изучить воинские звания, знаки различия
3. Изучить личный состав ВС РФ
4. **Ответить на теоретические вопросы по теме**

Теоретические вопросы для устного опроса (собеседования):

1. Кто относится к личному составу ВС РФ?
2. Почему менялась форма военнослужащих?
3. Погоны и знаки различия ВС РФ
4. Воинские звания на флоте
5. Воинские традиции и ритуалы
6. Структура военной формы ВС РФ
7. Порядок ношения формы военнослужащими ВС РФ

Практическое занятие № 11

Тема 2.3. Основы военно-патриотического воспитания

Тема занятия:

Приобретаемые умения и навыки:

- Ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- Применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы

-Владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы **Порядок и методика выполнения заданий:**

1. Ознакомиться с историей возникновения боевых традиций ВС РФ.
2. Изучить боевые традиции ВС РФ сухопутных войск
3. Изучить боевые традиции ВС РФ на флоте
4. Ответить на теоретические вопросы по теме
5. Выполнить тестовое задание по темам: «Общевойские уставы. Распределение времени и внутренний распорядок. Военские должности и звания военнослужащих, знаки различия. Боевые традиции ВС РФ»

Теоретические вопросы для устного опроса (собеседования):

1. Ознакомить обучающихся с боевыми традициями Вооружённых Сил России; основными символами воинской чести
2. Развить у обучающихся понимания личной ответственности за защиту Отечества.
3. Воспитывать любовь к Родине, чувство гордости за Вооружённые Силы РФ и за свою страну.
4. Боевые традиции морского флота РФ.

Тестовые задания:

1. Общевоинские уставы:

- а) Это официальные нормативно-правовые документы, регламентирующие несение службы в ВС, права и обязанности военнослужащих;
- б) Это официальный нормативный документ об организации войск, походных и боевых порядков,
- в) Это свод правил по соблюдению моральных принципов военнослужащих;
- г) Это свод правил по организации войск.

2. Какой из государственных документов в ВС России обязывает служению верности и долга обороны нашего Отечества:

- а) Конституция РФ;
- б) Военный билет;
- в) Военная присяга;
- г) Кодекс Чести ВС РФ

3. С какого возраста, лица мужского пола, подлежат призыву на воинскую службу, где защита Отечества является долгом гражданина Российской Федерации:

- а) с 18 лет до 27 лет;
- б) с 17 лет до 26 лет;
- в) с 19 лет до 28 лет;
- г) с 18 лет до 23 лет.

4. Назовите виды военной службы в Российской Федерации:

- а) по призыву, по контракту, альтернативная;
- б) гражданская, по найму, договорная;
- в) частная, по соглашению сторон, пограничная;
- г) сухопутная, военно-морская, военно-воздушная

5. В каком Уставе определены общие обязанности солдата (матроса) и командира отделения?

- а) В Дисциплинарном Уставе ВС РФ;
- б) В Строевом Уставе ВС РФ;
- в) В Уставе внутренней службы;
- г) В Уставе гарнизонной и караульной службы.

6. Какие права и свободы имеют военнослужащие ВС РФ?

- а) Все общегражданские права и свободы предусмотренные Конституцией Российской Федерации;

№ Задания	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответы	А	В	а	А	в	В	Б	б	а	в

Оценка «отлично» выставляется студенту, если ответ полный.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если при ответе допущены неточности.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если ответ не полный и есть ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если ответ неправильный или его нет.

Практическое занятие № 12

Тема 3.1 Доврачебная помощь. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

Тема занятия: Правила оказания первой доврачебной помощи.

Цель: отработать со студентами основные правила и приемы оказания первой доврачебной помощи, первой медицинской помощи при остановке сердца, ранениях, ожогах, обморожениях. Закрепление теоретических знаний оказания помощи при кровотечениях, переломах, профилактике осложнений ран, приобретение практических умений наложения повязок, закрутки, шин.

Приобретаемые умения и навыки:

-Оказывать первую помощь пострадавшим.

Порядок и методика выполнения заданий:

- 1 Изучить понятие первая доврачебная помощь при различных ситуациях
2. Изучить, что такое травма, виды травм
3. **Изучить виды повязок и способы их наложения**

Теоретические вопросы для устного опроса**(собеседования):**

- 1 Что такое первая медицинская помощь?
- 2 Мероприятия первой медицинской помощи.
- 3 Сроки проведения ИМИ.
- 4 Перечислите правила при проведении реанимационных мероприятий.
- 5 Охарактеризуйте вид травмы «кровотечение».
- 6 Охарактеризуйте вид травмы «рана».
- 7 Охарактеризуйте вид травмы «вывих».
- 8 Что включают в себя реанимационные мероприятия?
- 9 В каких случаях проводятся реанимационные мероприятия?
- 10 Охарактеризуйте вид травмы «кровотечение».
- 11 Охарактеризуйте вид травмы «перелом».
- 12 Охарактеризуйте вид травмы «ожог».
- 13 Охарактеризуйте вид травмы «отморожение».
- 14 Охарактеризуйте вид травмы «утопление».

Практическое занятие № 13

Тема 3.1 Доврачебная помощь. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

Тема занятия: Первая медицинская помощь при остановке сердца **Цель:** отработать со студентами основные правила и приемы оказания первой доврачебной помощи, первой медицинской помощи при остановке сердца, ранениях, ожогах, обморожениях. Закрепление теоретических знаний оказания помощи при кровотечениях, переломах, профилактике осложнений ран, приобретение практических умений наложения повязок, закрутки, шин.

Приобретаемые умения и навыки:

-Оказывать первую помощь пострадавшим.

Порядок и методика выполнения заданий:

- 1.Изучить понятие остановка сердца
2. Ознакомиться с основными признаками остановки сердца
4. Изучить последовательность проведения внешнего массажа сердца
5. Изучить последовательность проведения искусственной вентиляции легких
3. Ответить на теоретические вопросы по изученной теме
4. Ответить на вопросы для самопроверки по теме практического занятия **Теоретические вопросы для устного опроса (собеседования):**

- 1.Первая медицинская помощь при остановке сердца,
- 2.Основные признаки остановки сердца
3. Последовательность непрямого массажа сердца
- 4.Что включает в себя подготовительный этап при реанимации пострадавшего
5. Последовательность мероприятий по реанимации пострадавшего
6. Последовательность проведения искусственной вентиляции легких **Вопросы для самоконтроля**

1. Что такое клиническая смерть?
2. Как отличить остановку сердца от состояния клинической смерти?
2. Что такое реанимация?

3. Первая при остановке сердца ребенка
4. До какого момента осуществлять наблюдение за пострадавшим, которому оказана первая помощь?
1. Каким образом проводится сердечно-легочная реанимация пострадавшего?

Практическое занятие № 14

Тема 3.1 Доврачебная помощь. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

Тема занятия: Первая медицинская помощь при ранениях, несчастных случаях и заболеваниях.

Цель: отработать со студентами основные правила и приемы оказания первой доврачебной помощи, первой медицинской помощи при остановке сердца, ранениях, ожогах, обморожениях. Закрепление теоретических знаний оказания помощи при кровотечениях, переломах, профилактике осложнений ран, приобретение практических умений наложения повязок, закрутки, шин.

Приобретаемые умения и навыки:

-Оказывать первую помощь пострадавшим.

Порядок и методика выполнения заданий:

1. Изучить виды кровотечений и оказания помощи при них
2. Изучить первую помощь при переломах и их виды
3. Ознакомиться с правилами наложения жгута
4. Ознакомиться с мероприятиями по первой помощи при ДТП
5. Ответить на теоретические вопросы по изученной теме
6. Ответить на вопросы для самопроверки по теме практического занятия **Теоретические вопросы для устного опроса (собеседования):**

1. Наложение жгута при артериальном кровотечении
2. Первая медицинская помощь при закрытом переломе
3. Первая медицинская помощь при венозном кровотечении
4. Перечислите виды ран
5. Первая медицинская помощь при ранениях
6. Определения механических травм. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата

7. Принципы наложения повязок на раны
8. Первая медицинская помощь при ранениях грудной

Вопросы для самоконтроля

1. Что такое открытый перелом?
2. Первая помощь при открытом переломе
3. Первая помощь при травме легкого
4. Первая помощь при ДТП
5. В каких случаях следует накладывать медицинский жгут?
6. Что такое десмургия?
8. При каких травмах накладывается повязка чепец
9. Повязка варежка
10. Имобилизация поврежденной конечности

Практическое занятие № 15

Тема 3.1 Доврачебная помощь. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

Тема занятия: Правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях

Цель: отработать со студентами основные правила и приемы оказания первой доврачебной помощи, первой медицинской помощи при остановке сердца, ранениях, ожогах, обморожениях. Закрепление теоретических знаний оказания помощи при кровотечениях, переломах, профилактике осложнений ран, приобретение практических умений наложения повязок, закрутки, шин.

Приобретаемые умения и навыки:

-Оказывать первую помощь пострадавшим.

Порядок и методика выполнения заданий:

1. Изучить понятие первая доврачебная помощь при отравлениях
2. Изучить, что такое травма, виды травм
3. Ответить на теоретические вопросы по изученной теме
4. Ответить на вопросы для самопроверки по теме практического

занятия **Теоретические вопросы для устного опроса (собеседования):**

1. Первая помощь при отравлении пестицидами?
2. Освоение диагностических приемов оценки состояния пострадавшего
3. Первая медицинская помощь при отравлении снотворными средствами
4. Дайте определение понятию «отравление»
5. Первая помощь при отравлении угарным газом
6. Первая помощь при пищевом

отравлении **Вопросы для самоконтроля**

1. Первая помощь при отравлении щелочами?
2. В каких случаях следует накладывать медицинский жгут?
3. Назовите виды переломов, перечислите признаки переломов
4. Первая помощь при открытом переломе
5. Первая помощь при химических ожогах
6. Что такое асептика и антисептика?

Практическое занятие № 16

Тема 3.1 Доврачебная помощь. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

Тема занятия: Первая медицинская помощь при ожогах.

Цель: отработать со студентами основные правила и приемы оказания первой доврачебной помощи, первой медицинской помощи при остановке сердца, ранениях, ожогах, обморожениях. Закрепление теоретических знаний оказания помощи при кровотечениях, переломах, профилактике осложнений ран, приобретение практических умений наложения повязок, закрутки, шин.

Приобретаемые умения и навыки:

-Оказывать первую помощь пострадавшим.

Порядок и методика выполнения заданий:

- 1 Изучить понятие первая доврачебная помощь при ожогах
2. Изучить, что такое ожог, виды ожогов
3. Изучить порядок действий при ожогах
5. Ответить на теоретические вопросы по изученной теме
6. Ответить на вопросы для самопроверки по теме практического

занятия **Теоретические вопросы для устного опроса (собеседования):**

- 1 Понятие ожог, виды ожогов, первая помощь при ожогах
2. Первая медицинская помощь при химическом ожоге
3. Первая медицинская помощь при ожоге 3 степени
4. Основные виды повязок при ожогах
5. Особенности ожогов от светового излучения ядерного взрыва, напалма и других зажигательных веществ

Вопросы для самоконтроля

1. Дать характеристику ожогов 1-4 степени
2. Первая медицинская помощь при ожогах кислотой
3. Первая помощь при химических ожогах
4. Профилактические мероприятия по предотвращению получения ожогов в колледже
5. Наложение повязок при ожоге 3 степени рук

Практическое занятие № 17

Тема 3.1 Доврачебная помощь. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

Тема занятия: Первая медицинская помощь при обморожении.

Цель: отработать со студентами основные правила и приемы оказания первой доврачебной помощи, первой медицинской помощи при остановке сердца, ранениях, ожогах, обморожениях. Закрепление теоретических знаний оказания помощи при кровотечениях, переломах, профилактике осложнений ран, приобретение практических умений наложения повязок, закрутки, шин.

Приобретаемые умения и навыки:

-Оказывать первую помощь пострадавшим.

Порядок и методика выполнения заданий:

1. Изучить понятие первая доврачебная помощь при обморожениях
2. Изучить, что такое обморожение, степени отморожения
3. Изучить порядок действий при отморожениях
4. Изучить правила первой помощи при отморожении
6. Ответить на теоретические вопросы по изученной теме
7. Ответить на вопросы для самопроверки по теме практического занятия **Теоретические вопросы для устного опроса (собеседования):**

1. Что такое отморожение?
2. Степень отморожения
3. Первая помощь при отморожениях
4. Какие факторы способствуют развитию отморожения?
5. Какие факторы снижают сопротивляемость организма воздействию низких температур? **Вопросы для самоконтроля:**

1. Признаки отморожения 4 степени
2. Понятие замерзание, первая помощь при замерзании
3. Какое состояние называется общим замерзанием?
4. Что такое ознобление?
5. При каком снижении тканевой температуры человека наблюдаются выраженные нарушения процессов жизнедеятельности?

Практическое занятие №18

Тема 3.1 Доврачебная помощь. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

Тема занятия: Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

Цель: отработать со студентами основные правила и приемы оказания первой доврачебной помощи, первой медицинской помощи при остановке сердца, ранениях, ожогах, обморожениях. Закрепление теоретических знаний оказания помощи при кровотечениях, переломах, профилактике осложнений ран, приобретение практических умений наложения повязок, закрутки, шин.

Приобретаемые умения и навыки:

-Оказывать первую помощь пострадавшим.

Порядок и методика выполнения заданий:

1. Изучить определение инфекционных заболеваний
2. Изучить виды профилактики инфекционных заболеваний
3. Изучить группы мероприятий по профилактике инфекционных заболеваний
4. Изучить механизм передачи инфекционных заболеваний
6. Ответить на теоретические вопросы по изученной теме
7. Ответить на вопросы для самопроверки по теме практического занятия

Теоретические вопросы для устного опроса (собеседования):

1. Дать определение инфекционных заболеваний
2. Назвать особенности инфекционных заболеваний
3. Виды профилактики инфекционных заболеваний
4. Группы мероприятий по профилактике инфекционных заболеваний
5. Дать краткую характеристику группам инфекционным заболеваний
6. Дать определение иммунитету
7. Механизм передачи инфекционных

заболеваний Вопросы для самоконтроля

1. Какие виды профилактики инфекционных заболеваний существуют?
2. Какие виды иммунитета существуют?
3. Что такое дизентерия?
4. Пути передачи туляремии?
5. Методы защиты от тифа
6. Профилактика туберкулёза
7. Пути передачи сибирской язвы
8. Меры по борьбе с эпидемией
9. Основные пути передачи инфекционных заболеваний
10. Что такое асептика и антисептика?

Рекомендуемая литература

Основные источники:

1. Курбатов, В. А. Безопасность жизнедеятельности. Основы чрезвычайных ситуаций : учебное пособие для СПО / В. А. Курбатов, Ю. С. Рысин, С. Л. Яблочников. — Саратов : Профобразование, 2020. — 121 с. — ISBN 978-5-4488-0820-3. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО РР.ОГобразование : [сайт]. —URL: <https://profspo.ru/books/93574>

2. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / составитель С. А. Масленникова. — пос. Караваяво : КГСХА, 2020. — 69 с. — Текст : электронный // Лань : электроннобиблиотечная система. —URL: <https://e.lanbook.com/book/171666>.

Дополнительные источники:

1. Долгов, В. С. Основы безопасности жизнедеятельности / В. С. Долгов. — 3-е изд., стер.

— Санкт-Петербург : Лань, 2021. — 188 с. — ISBN 978-5-507-45041-1.— Текст: электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <http s ://e. l an b ook. com/b ook/256115>.

2. Безопасность жизнедеятельности. Тесты : учебное пособие / И. Г. Кретова, О. В. Беляева, Е. А. Косцова, О. А. Ведясова. — Самара : Самарский университет, 2021. — 144 с. — ISBN 978-5-7883-1679-6.— Текст: электронный// Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <http s ://e.l an b ook, com/b ook/257042>.

Ростов- на-Дону : Феникс, 2018. — 416 с. — ISBN 978-5-222-21938-6. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО РВОТобразование : [сайт]. —URL: <https://profspo.ru/books/58974>

Интернет-источники:

1. <http://www.hsea.nj> Первая медицинская помощь
2. <http://www.meduhod.ru> Портал детской безопасности
3. <http://kombat.com.ua/stat.html> Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях
4. http://www.novgorod.fio.ru/proiects/Proiectl_132/index.htm Автономное существование в природе - детям
5. <http://www.mnr.gov.ru> Министерство природных ресурсов и экологии Российской Федерации (Минприроды России)
6. <https://www.gosnadzor.ru> Федеральная служба по экологическому, технологическому и атомному надзору (Ростехнадзор)
7. <http://www.mchs.gov.ru> Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России)
8. <http://www.mzsrff.ru> Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации (Минздравсоцразвития России)
9. <http://www.rostrud.info> Федеральная служба по труду и занятости (Роструд)
10. <http://www.gsen.ru> Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор)
11. <http://www.safetv.ru> ОАО НТЦ «Промышленная безопасность».
12. <http://www.risot.safework.ru> Российская Информационная Система Охраны Труда (РИСОТ)
13. <http://www.mspbsng.org> Межгосударственный совет по промышленной безопасности
14. <http://www.ilo.org> Международная организация труда (МОТ)

Невинномысский технологический институт
Методические указания

к самостоятельной работе СТ.03 Безопасность

жизнедеятельности

Специальность 38.02.03 Операционная деятельность в логистике

Форма обучения очная

Методические указания к самостоятельной работе по дисциплине СГ.ОЗ Безопасность жизнедеятельности составлены в соответствии с требованиями ФГОС СПО и предназначены для обучающихся по специальности 38.02.03 Операционная деятельность в логистике в целях закрепления теоретического материала и приобретения практических навыков по данной дисциплине.

1*	Наименование разделов и тем дисциплины, их краткое содержание; вид самостоятельной работы	Форма контроля	Зачетные единицы (часы)
	2-3 семестр		
1	Тема 1.1. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и военного характера. Вид самостоятельной работы: Подготовка рефератов на темы. Нахождение и использование информации из	Защита рефератов	4

	различных источников о зависимости транспортной безопасности от природных факторов в нормативных условиях эксплуатации и при ЧС.		
2	<p>Тема 1.2 Организационные основы защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени Вид самостоятельной работы: Проработка учебной и специальной литературы и подготовка устных сообщений для выступления на лекционном занятии по теме: «ЧС: по природе возникновения, по масштабам распространения последствий, по причине возникновения, по возможности предотвращения».</p>	Собеседование Защита сообщений	4
3	<p>Тема 1.3 Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и в быту, принципы снижения вероятности их реализации Вид самостоятельной работы: Подготовка презентаций на тему: 1. Основные задачи единой системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. 2. Организационные уровни и подсистемы РСЧС; мероприятия, проводимые в различных степенях готовности к ЧС. 3. Оценка устойчивости организации, предприятия к ЧС. 4. Решение ситуационных задач при проведении аварийно-спасательных и других неотложных работ.</p>	Защита презентаций	4
4	<p>Тема 1.4 Обеспечение устойчивости функционирования объектов экономики Вид самостоятельной работы: Изучение основных задач Единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС, уровней и режимов ее функционирования; изучение основных положений Федерального закона «О защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», постановления Правительства РФ «О мерах противодействия терроризму».</p>	Собеседование	4
5	<p>Тема 1.5 Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и в быту, принципы снижения вероятности их реализации. Вид самостоятельной работа: Подготовка докладов на темы: 1. Обеспечение безопасности при эпидемии 2. Обеспечение безопасности при нахождении на территории ведения боевых действий. 3. Обеспечение безопасности во время общественных беспорядков 4. Обеспечение безопасности в случае захвата заложником</p>	Защита докладов	4
6	Тема 2.1 1.Истории создания вооруженных сил РФ, задач, стоящих перед различными видами и родами		

	<p>войск Вооруженных сил РФ». «Великие полководцы России от древней Руси до XX в».</p> <p>Вид самостоятельной работы: Подготовка презентаций; Подготовка докладов:</p> <p>1. Классификация ЧС мирного и военного времени. ФЗ № 68 от 21.12.94. «О защите населения и территорий от ЧС».</p> <p>2. Краткая характеристика оружия массового поражения: ядерное, химическое, бактериологическое и его поражающие факторы.</p> <p>3. Защита населения после применения противником оружия массового поражения (ОМП).</p>	<p>Собеседование Защита докладов</p>	4
7	<p>Тема 2.3 Основы военно- патриотического воспитания.</p> <p>Вид самостоятельной работы: Поиск и использование информации из различных источников для подготовки рефератов по темам: - ЗОЖ. Роль его в жизни человека.</p>	Защита рефератов	4
4	<p>Тема 3.1. Доврачебная помощь. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.</p> <p>Вид самостоятельной работы: Подготовка презентаций на темы:</p> <p>1. Понятие об инфекции ООП. Перечень болезней. -</p> <p>2. Понятие об инфекции ИНИН Перечень болезней.</p> <p>Работа с дополнительной литературой</p>	Защита презентаций	6
	Итого:		34

3. Методические указания по выполнению различных форм самостоятельной работы

3.1. Методические указания по подготовке рефератов

Внеаудиторная самостоятельная работа в форме реферата является индивидуальной самостоятельно выполненной работой студента.

Реферат (от латинского *referto* - сообщаю, докладываю) краткое изложение в письменном виде содержания исследования по выбранной проблеме. Реферат - это отчет о самостоятельном изучении материала, анализе теоретических источников и практической деятельности по выбранной теме. В реферате раскрывается суть исследуемой проблемы; приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Содержание реферата должно быть логичным; а изложение материала носить проблемно-тематический характер. Защита реферата предполагает предварительный выбор слушателем интересующей его темы, последующее глубокое изучение избранной для реферата проблемы, изложение выводов реферата. Выбор темы дается на усмотрение обучающегося в рамках его профессиональной компетентности. В реферате педагог представляет описание собственного опыта, опирающегося на теоретические знания и практический опыт работы.

В соответствии с ГОСТ 7.32-2001 «Отчет о научно-исследовательской работе. Структура и правила оформления» реферат должен иметь определенную структуру, которая включает набор обязательных и необязательных элементов.

Структура обычного реферата:

- титульный лист
- содержание (или оглавление);
- введение;
- основная часть
- заключение;
- список использованных источников
- приложения (при необходимости).

Каждая из этих частей начинается с новой страницы.

Во введении реферата должны быть: актуальность темы реферата; цель работы; задачи, которые нужно решить, чтобы достигнуть указанной цели; краткая характеристика структуры реферата (введение, три главы, заключение и библиография); краткая характеристика использованной литературы.

Объем введения для реферата -1-1,5 страницы.

Основная часть должна содержать материал, необходимый для достижения поставленной цели и задач, решаемых в процессе выполнения реферата. Она включает 2-3 главы, каждая из которых, в свою очередь, делится на 2-3 параграфа. Содержание основной части должно точно соответствовать теме проекта и полностью её раскрывать. Главы и параграфы реферата должны раскрывать описание решения поставленных во введении задач. Поэтому заголовки глав и параграфов, как правило, должны соответствовать по своей сути формулировкам задач реферата. Заголовок "ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ" в содержании реферата быть не должно.

Главы основной части реферата могут носить теоретический, методологический и аналитический характер.

Обязательным для реферата является логическая связь между главами и последовательное развитие основной темы на протяжении всей работы, самостоятельное изложение материала, аргументированность выводов. Также обязательным является наличие в основной части реферата ссылок на использованные источники.

Изложение необходимо вести от третьего лица («Автор полагает...») либо использовать безличные конструкции и неопределенно-личные предложения («На втором этапе исследуются следующие подходы...», «Проведенное исследование позволило доказать...» ит.п.).

Главы реферата могут делиться на параграфы. Главы можно заканчивать выводами (по паре фраз), хотя для реферата это и не обязательно.

В заключении должны быть ответы, на поставленные во введении задачи и дан общий вывод. Объем заключения реферата - 1-1,5 стр. Наличие ссылок в тексте реферата - обязательно. Оптимальное количество ссылок для реферата - от 2 до 8. Список литературы для реферата обычно должен включать 4-12 позиций - нормативные акты, книги, печатную периодику, интернет-ресурсы - что получится по ходу работы и требуется по конкретной теме.

Список использованных источников является составной частью работы и отражает степень изученности рассматриваемой проблемы. Количество источников в списке определяется студентом самостоятельно, для реферата их рекомендуемое количество от 10 до 20. При этом в списке обязательно должны присутствовать источники, изданные в последние 3 года, а также ныне действующие нормативно-правовые акты, регулирующие отношения, рассматриваемые в реферате.

В приложения следует относить вспомогательный материал, который при включении в основную часть работы загромождает текст (таблицы вспомогательных данных, инструкции, методики, формы документов и т.п.).

Оформление реферата

При выполнении внеаудиторной самостоятельной работы в виде реферата необходимо соблюдать следующие требования:

- на одной стороне листа белой бумаги формата А-4;
- размер шрифта-12; TimesNewRoman, цвет - черный;
- междустрочный интервал - одинарный;
- поля на странице - размер левого поля - 2 см, правого- 1 см, верхнего-2 см, нижнего- 2 см;
- отформатировано по ширине листа;
- на первой странице необходимо изложить план (содержание) работы;
- в конце работы необходимо указать источники использованной литературы;
- нумерация страниц текста - по центру страницы, выравнивание по правому краю.

Список использованных источников должен формироваться в алфавитном порядке по фамилии авторов. Литература обычно группируется в списке в такой последовательности:

1. Законодательные и нормативно-методические документы и материалы.
2. Специальная научная отечественная и зарубежная литература (монографии, учебники, научные статьи и т.п.).
3. Статистические, инструктивные и отчетные материалы предприятий, организаций и учреждений.

Включенная в список литература нумеруется сплошным порядком от первого до последнего названия.

По каждому литературному источнику указывается: автор (или группа авторов), полное название книги или статьи, место и наименование издательства (для книг и брошюр), год издания; для журнальных статей указывается наименование журнала, год выпуска и номер. По сборникам трудов (статей) указывается автор статьи, ее название и далее название книги (сборника) и ее выходные данные

Приложения следует оформлять как продолжение реферата на его последующих страницах.

Каждое приложение должно начинаться с новой страницы. Вверху страницы справа указывается слово "Приложение" и его номер. Приложение должно иметь заголовок, который располагается по центру листа отдельной строкой и печатается прописными буквами.

Приложения следует нумеровать порядковой нумерацией арабскими цифрами.

На все приложения в тексте работы должны быть ссылки. Располагать приложения следует в порядке появления ссылок на них в тексте.

Срок сдачи готового реферата определяется утвержденным графиком.

В случае отрицательного заключения преподавателя студент обязан доработать или переработать реферат. Срок доработки реферата устанавливается руководителем с учетом сущности замечаний и объема необходимой доработки.

Критерии оценивания защиты реферата

Оценка «отлично» выставляется за реферат, который носит исследовательский характер, содержит грамотно изложенный материал, с соответствующими обоснованными выводами.

Оценка «хорошо» выставляется за грамотно выполненный во всех отношениях реферат при наличии небольших недочетов в его содержании или оформлении.

Оценка «удовлетворительно» выставляется за реферат, который удовлетворяет всем предъявляемым требованиям, но отличается поверхностностью, в нем просматривается непоследовательность изложения материала, представлены необоснованные выводы.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется за реферат, который не носит исследовательского характера, не содержит анализа источников и подходов по выбранной теме, выводы носят декларативный характер

3.2 Методические указания по подготовке докладов

Доклад - это вид самостоятельной работы студентов, заключающийся в разработке студентами темы на основе изучения литературы и развернутом публичном сообщении по данной проблеме.

Цель доклада - сформировать научно-исследовательские навыки и умения у студентов, способствовать овладению методами научного познания, освоить навыки публичного выступления, научиться критически мыслить. При этом главная составляющая - это публичное выступление.

Этапы подготовки доклада:

1. Определение цели доклада.
2. Подбор нужного материала, определяющего содержание доклада.
3. Составление плана доклада, распределение собранного материала внеобходимой логической последовательности.
4. Общее знакомство с литературой и выделение среди источников главного.
5. Уточнение плана, отбор материала к каждому пункту плана.
6. Композиционное оформление доклада.
7. Запоминание текста доклада, подготовки тезисов выступления.
8. Выступление с докладом.
9. Обсуждение доклада.
10. Оценивание доклада.

Структура доклада:

1. Вступление, в котором указываются:
 - тема доклада;
 - цель доклада;
 - связь данной темы с другими темами;
 - актуальность, проблематика темы;
 - краткий обзор изученной литературы по данной теме и т.п.
2. Основная часть, которая содержит логичное, последовательное изложение материала.
3. Заключение, в котором:
 - подводятся итоги, формулируются выводы;
 - подчеркивается значение рассмотренной проблемы;
 - выделяются основные проблемы, пути и способы их решения и т.п.;
4. Приложения (схемы, таблицы для более наглядного освещения темы).

Требования к оформлению работы:

- размер бумаги - А4;
- поля: верхнее, нижнее - 2 см; левое, правое - 2,5 см;
- колонтитулы - 1,25 см;
- ориентация книжная;
- шрифт Times New Roman, высота 14pt;
- межстрочное расстояние - одинарное;
- выравнивание по ширине;
- красная строка 1,5 см.

В случае невозможности выполнить работу в электронном варианте, допускается рукописное оформление доклада.

№	Критерии оценивания	Показатели оценивания	Кол-во баллов
1.	Качество выступления	Студент зачитывает доклад	2
		Рассказывает, но не объясняет	3
		Хорошее изложение материала	5
2.	Оригинальность доклада	Для доклада выбрана традиционная тема	2
		Доклад выполнен по актуальной теме	3

		Доклад содержит собственные идеи	5
J.	Структура доклада	Нелогичная структура доклада	2
		Структура требует корректировки	
		Работа структурирована грамотно	5
4.	Владение специальным научным аппаратом	Владеет базовой терминологией	2
		Использует общенаучную и специальную терминологию	3
		Хорошо владеет специальным научным аппаратом	5
5.	Качество ответов на вопросы	Не может ответить на вопросы	2
		Отвечает на вопросы однозначно	3
		Уверенно отвечает на вопросы	5
6.	Четкость выводов и обобщений	Отсутствие выводов и обобщений	2
		Бездоказательность выводов	
		Выводу полностью характеризуют работу	5
7.	Использование демонстрационного материала	Не использует демонстрационных средств	2
		Использует, но не ориентируется в материале	3
		Уместно применяет демонстрационные материалы	5
8.	Оформление доклада		2
		Оформление не соответствует требованиям	3
		Оформление в соответствии с требованиями	5
		Творческий подход к оформлению доклада	
Общее кол-во баллов			
Оценка			

Оценка в баллах

40-35 -оценка «5»;

34- 30 -оценка «4»;

29-25-оценка «3»;

24 и ниже -оценка «2»

3.3 Методические рекомендации по составлению презентаций

Компьютерную презентацию, сопровождающую выступление докладчика, удобнее всего подготовить в программе MS PowerPoint. Презентация как документ представляет собой последовательность сменяющих друг друга слайдов - то есть электронных страничек, занимающих весь экран монитора (без присутствия панелей программы). Чаще всего демонстрация презентации проецируется на большом экране, реже - раздается собравшимся как печатный материал. Количество слайдов адекватно содержанию и продолжительности выступления (например, для 5-минутного выступления рекомендуется использовать не более 10 слайдов).

При создании презентации следует придерживаться:

1. Основных рекомендаций по дизайну презентации.
2. Правил шрифтового оформления.
3. Основных правил компьютерного набора текста.

Правила оформления презентации:

Правило № 1: Обратите внимание на качество картинок. Картинки должны быть крупными, четкими. Не пытайтесь растягивать мелкие картинки через весь слайд: это приведет к ее пикселизации и значительному ухудшению качества. На одном слайде — не более трех картинок, чтобы не рассеивать внимание и не перегружать зрение. Картинка должна нести смысловую нагрузку, а не просто занимать место на слайде.

Правило № 2. Не перегружайте презентацию текстом. Максимально сжатые тезисы, не более трех на одном слайде. Текст не должен повторять то, что говорят, возможно, лишь краткое изложение сути сказанного.

Правило № 3. Оформление текста. Текст должен быть четким, достаточно крупным, не сливаться с фоном.

Правило № 4. Настройка анимации. Порой составитель презентации, как будто играя в интересную игру, перегружает презентацию анимационными эффектами. Это отвлекает и бывает очень тяжело для глаз. Используйте минимум эффектов, берите только самые простые. Особенно утомляют такие эффекты как вылет, вращение, собирание из элементов, увеличение, изменение шрифта или цвета.

Правило № 5. Смена слайдов. Здесь тоже обращаем внимание, как сменяются слайды. Лучше не использовать здесь эффекты анимации совсем. Когда слайды сменяются, наезжая друг на друга или собираясь из отдельных полос, начинает просто рябить в глазах. Берегите свое зрение и зрения ваших слушателей.

Критерии оценки презентации:

Оценка **«отлично»** выставляется студенту, если: презентация соответствует теме самостоятельной работы; - оформлен титульный слайд с заголовком (тема, цели, план и сформулированная тема ясно изложена и структурирована; использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме; выдержан стиль, цветовая гамма, использована анимация, звук; работа оформлена и предоставлена в установленный срок.

Оценка **«хорошо»** выставляется студенту, если: презентация соответствует теме самостоятельной работы; оформлен титульный слайд с заголовком (тема, цели, план и сформулированная тема ясно изложена и структурирована; Используются графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме; работа оформлена и предоставлена в установленный срок.

Оценка **«удовлетворительно»** выставляется студенту, если: презентация частично соответствует теме самостоятельной работы; оформлен титульный слайд с заголовком (тема, цели, план и сформулированная тема ясно изложена, но слабо структурирована; неуместно или мало использованы графические изображения (фотографии, картинки и т.п.), соответствующие теме; работа оформлена и предоставлена позже установленного срока.

Оценка **«неудовлетворительно»** выставляется студенту, если работа не выполнена или содержит материал не по вопросу.

3.4.Методические указания по подготовке к собеседованию.

Собеседование - наиболее распространенный метод контроля знаний учащихся, вариант текущей проверки, процессе которого преподаватель получает широкие возможности для изучения индивидуальных возможностей усвоения учащимися учебного материала.

При подготовке к устному опросу студент должен:

1. Предварительно повторить теоретический материал тем (тем) по которой проводится устный опрос.

2.Ознакомиться с заданием, уяснить его фабулу и поставленные вопросы.

3. Продумать логику и последовательность изложения материала. Ответы на поставленные вопросы должны быть аргументированными.

При оценке устных ответов студентов по дисциплине учитываются следующие критерии:

1. Знание основных процессов изучаемой предметной области, глубина и полнота раскрытия вопроса.
2. Владение терминологическим аппаратом и использование его при ответе.
3. Умение объяснить сущность явлений, событий, процессов, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы.
4. Владение монологической речью, логичность и последовательность ответа, умение отвечать на поставленные вопросы, выражать свое мнение по обсуждаемой проблеме.

Критерии оценивания собеседования.

Оценка «отлично» выставляется студенту, если ответ полный.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если при ответе допущены неточности.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если ответ не полный и есть ошибки.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если ответ неправильный или его нет.

Рекомендуемая литература

Информационное обеспечение обучения

Перечень учебных изданий, интернет - ресурсов, дополнительной литературы

Нормативные источники:

1. Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе» (в ред. от 04.03.2013, с изм. от 21.03.1013) // СЗ РФ. — 1998. — № 13. — Ст. 1475.
2. Федеральный закон от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (в ред. от 11.02.2013) // СЗ РФ. — 1994. — №35. — Ст. 3648.
3. Федеральный закон от 21.07.1997 № 116-ФЗ «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (в ред. от 04.03.2013) // СЗ РФ. — 1997. — № 30. — Ст. 3588.
4. Федеральный закон от 25.07.2002 № 113-ФЗ «Об альтернативной гражданской службе» (в ред. от 30.11.2011) // СЗ РФ. — 2002. — № 30. — Ст. 3030.
5. Федеральный закон от 31.05.1996 № 61-ФЗ «Об обороне» (в ред. от 05.04.2013) // СЗ РФ. — 1996. — № 23. — Ст. 2750.
6. Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды» (в ред. от 25.06.2012, с изм. от 05.03.2013) // СЗ РФ. — 2002. — № 2. — Ст. 133.
7. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (в ред. от 25.06.2012) // СЗ РФ. — 2011. — N 48. — Ст. 6724.
8. Указ Президента РФ от 05.02.2010 № 146 «О Военной доктрине Российской Федерации» // СЗ РФ. — 2010. — № 7. — Ст. 724.
9. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (в ред. от 18.04.2012) // СЗ РФ. — 2004. — № 2. — Ст. 121.
10. Приказ министра обороны РФ от 03.09.2011 № 1500 «О Правилах ношения военной формы одежды и знаков различия военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации, ведомственных знаков отличия и иных геральдических знаков и особой церемониальной парадной военной формы одежды военнослужащих почетного караула Вооруженных Сил Российской Федерации» (зарегистрирован в Минюсте РФ 25.10.2011 № 22124) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2011. — № 47.

11. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 04.05.2012 № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. от 07.11.2012) (зарегистрирован в Минюсте РФ 16.05.2012 № 24183) // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. — 2012.

12. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ (ред. 2013 г.) — Ростов н/Д, 2013 <http://anty-crim.boxmail.biz> Искусство выживания

Основные источники:

1. Курбатов, В. А. Безопасность жизнедеятельности. Основы чрезвычайных ситуаций: учебное пособие для СПО / В. А. Курбатов, Ю. С. Рысин, С. Л. Яблочников. — Саратов: Профобразование, 2020. — 121 с. — ISBN 978-5-4488-0820-3. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО РВ.ОТобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/93574>

2. Хван, Т. А. Основы безопасности жизнедеятельности / Т. А. Хван, П. А. Хван. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2018. — 416 с. — ISBN 978-5-222-21938-6. — Текст : электронный // Электронный ресурс цифровой образовательной среды СПО РКОТобразование : [сайт]. — URL: <https://profspo.ru/books/58974>

Дополнительные источники

1. Бочаров, А. В. Безопасность жизнедеятельности в различных условиях среды обитания человека : учебное пособие / А. В. Бочаров. — Волгоград: ВГАФК, 2018. — 177 с. — Текст : электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/158213> — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Мархоцкий, Я. Л. Безопасность жизнедеятельности человека: учебное пособие / Я. Л. Мархоцкий. — Минск: Вышэйшая школа, 2018. — 416 с. — ISBN 978-985-06-2492-5. — Текст : электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/111300> — Режим доступа: для авториз. пользователей

3. Прищепа, И. М. Безопасность жизнедеятельности человека: учебное пособие / И. М. Прищепа, В. А. Клюев, А. Н. Дударев. — Минск : Вышэйшая школа, 2020. — 328 с. — ISBN 978-985-06-3262-3. — Текст : электронный// Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/193718>. — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Интернет-источники:

о <http://www.meduhod.ru> Портал детской безопасности
о <http://kombat.com.ua/stat.html> Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях

о <http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project132/index.htm> Автономное существование в природе - детям

о <http://www.mnr.gov.ru> Министерство природных ресурсов и экологии Российской Федерации (Минприроды России)

о <https://www.gosnadzor.ru> Федеральная служба по экологическому, технологическому и атомному надзору (Ростехнадзор)

о <http://www.mchs.gov.ru> Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России)

о <http://www.mzsrrf.ru> Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации (Минздравсоцразвития России)

о <http://www.rostrud.info> Федеральная служба по труду и занятости (Роструд)

о <http://www.gsen.ru> Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор)

о <http://www.safety.ru> ОАО НТИ «Промышленная безопасность»

- о <http://www.risot.safework.ru> Российская Информационная Система Охраны Труда (РИСОТ)
- о <http://www.ilo.org> Международная организация труда (МОТ)