

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова»
Московский промышленно-экономический колледж
(МПЭК)

**Методические указания по организации самостоятельной работы
обучающихся по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»**

54.02.01 Дизайн (по отраслям)

Составитель/составители: Любо А.А.

Методические указания рассмотрены и одобрены на заседании Цикловой методической комиссии специальности «Физической культуры и БЖ» № 1 от «31» августа 2020 г.

Председатель Цикловой методической комиссии  /Любо А.А./

Заместитель директора по учебной работе  /И.А. Архипцева/

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	стр. 4
2.	МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО НАПИСАНИЮ РЕФЕРАТОВ, СООЩЕНИЙ	7
3.	СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАБОТ ПО РАЗДЕЛАМ 1-3	9

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Методические указания по организации самостоятельной работы обучающихся по дисциплине Безопасность жизнедеятельности предназначены для студентов специальности 54.02.01 Дизайн (по отраслям), изучающим дисциплину в общепрофессиональном цикле основной образовательной программы.

Данные Методические указания разработаны в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 54.02.01 Дизайн (по отраслям), утвержденным приказом Минобрнауки России от 27 октября 2014 г. N 1391.

Учебная дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» обеспечивает формирование у обучающихся по специальности 54.02.01 Дизайн (по отраслям) следующих компетенций:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

ПК 1.1. Проводить предпроектный анализ для разработки дизайн-проектов.

ПК 1.2. Осуществлять процесс дизайнерского проектирования с учетом современных тенденций в области дизайна.

ПК 1.3. Производить расчеты технико-экономического обоснования предлагаемого проекта.

ПК 1.4. Разрабатывать колористическое решение дизайн-проекта.

ПК 1.5. Выполнять эскизы с использованием различных графических средств и приемов.

ППК 2.1. Применять материалы с учетом их формообразующих свойств.

ПК 2.2. Выполнять эталонные образцы объекта дизайна или его отдельные элементы в макете, материале.

ПК 2.3. Разрабатывать конструкцию изделия с учетом технологии изготовления, выполнять технические чертежи.

ПК 2.4. Разрабатывать технологическую карту изготовления изделия.

ПК 3.1. Контролировать промышленную продукцию и предметно-пространственные комплексы на предмет соответствия требованиям стандартизации и сертификации.

ПК 3.2. Осуществлять авторский надзор за реализацией художественно-конструкторских решений при изготовлении и доводке опытных образцов промышленной продукции, воплощением предметно-пространственных комплексов.

ПК 4.1. Составлять конкретные задания для реализации дизайн-проекта на основе технологических карт.

ПК 4.2. Планировать собственную деятельность.

ПК 4.3. Контролировать сроки и качество выполненных заданий.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

– У1 - организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

– У2 - предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;

– У3 - использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

– У4 - применять первичные средства пожаротушения;

– У5 - ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;

– У6 - применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;

– У7 - владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;

– У8 - оказывать первую (доврачебную) медицинскую помощь;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

– З1 - принципы обеспечения устойчивости объектов экономики,

– З2 - 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;

– З3 - основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;

– З4 - основы военной службы и обороны государства;

– З5 - задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;

– З6 - меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

– З7 - организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;

– З8 - основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;

- 39 - область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- 310 - порядок и правила оказания первой (доврачебной) медицинской помощи.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО НАПИСАНИЮ РЕФЕРАТОВ, СООБЩЕНИЙ

Реферат — письменная работа, выполняемая обучающимся на определенную тему. Тему реферата может предложить преподаватель или сам обучающийся, в последнем случае она должна быть согласованна с преподавателем.

Реферат (от лат. *referrer* — докладывать, сообщать) — краткое точное изложение сущности какого-либо вопроса, темы на основе одной или нескольких книг, монографий или других первоисточников.

Работу над рефератом можно условно подразделить на несколько этапов:

Подготовительный этап, включающий поиск необходимого материала и выделение среди источников главного, составление плана реферата, отбор материала к каждому пункту плана

Изложение результатов изучения в виде связного текста. Текст реферата должен подчиняться определенным требованиям: он должен раскрывать тему, обладать связностью и цельностью.

Раскрытие темы предполагает, что в тексте реферата излагается относящийся к теме материал и предлагаются пути решения содержащейся в теме проблемы; связность текста предполагает смысловую соотносительность отдельных компонентов, а цельность — смысловую законченность текста.

Реферат должен содержать основные фактические сведения и выводы по рассматриваемому вопросу, а так же от обучающегося требуется аргументированное изложение собственных мыслей по рассматриваемому вопросу. В реферате должны присутствовать развернутые аргументы, рассуждения, сравнения.

Структура реферата:

1. Титульный лист.
2. Содержание.
3. Введение.
4. Основная часть.
5. Заключение.
6. Список использованных источников.
7. Приложения (при необходимости).

В содержании приводятся наименования структурных частей реферата, глав и параграфов его основной части с указанием номера страницы, с которой начинается соответствующая часть, глава, параграф.

Во введении дается общая характеристика реферата: обосновывается актуальность выбранной темы, определяется цель работы и задачи, подлежащие решению для ее достижения, кратко характеризуется структура реферата по главам.

Основная часть реферата может иметь одну или несколько глав, состоящих из 2-3 параграфов (подпунктов, разделов). Основная часть должна содержать материал, необходимый для достижения поставленной цели и решения задач. Основная часть реферата предполагает осмысленное и логичное изложение главных положений и идей, содержащихся в изученной литературе.

При написании реферата следует избегать типичных ошибок таких как: поверхностное изложение основных теоретических вопросов выбранной темы, когда автор не понимает, какие проблемы в тексте являются главными, а какие

второстепенными, дословное переписывание книг, статей, заимствования рефератов из интернета и т. д.

В тексте обязательны ссылки на первоисточники.

В заключении логически и последовательно излагаются выводы, и итоги к которым пришел обучающийся в результате подготовки реферата. Отмечается, как выполнены задачи и достигнуты ли цели, сформулированные во введении.

Список использованных источников - здесь указывается использованная для написания реферата литература. Количество источников в списке определяется студентом самостоятельно. Для реферата их рекомендуемое количество – пять. При этом в списке обязательно должны присутствовать источники, изданные в последние три года. Список составляется согласно правилам библиографического описания.

В приложения следует относить вспомогательный материал (графики, таблицы, расчеты и т.д.).

Критерии оценки подготовки рефератов, сообщений и презентаций

Реферат, сообщение, презентация оценивается по 100 балльной шкале:

- соответствие содержания теме – максимум 20 баллов;
- глубина проработки материала – максимум 15 баллов;
- логичность и последовательность изложения материала - максимум

15 баллов;

- грамотность – максимум 10 баллов;
- полнота использования источников - максимум 15 баллов;
- соответствие оформления предъявляемым требованиям - максимум

10 баллов;

- реферат, сообщение или презентация подготовлены в срок - максимум 15 баллов.

Баллы переводятся в оценки успеваемости следующим образом:

Количество набранных баллов	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений	
	Балл (отметка)	Вербальный аналог
86 - 100	5	отлично
70 - 75	4	хорошо
51 - 69	3	удовлетворительно
менее 51	2	неудовлетворительно

3. СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАБОТ

Раздел 1. Безопасность жизнедеятельности в профессиональной деятельности и в быту

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

Самостоятельная работа: Изучить общие санитарно-технические требования к производственным помещениям и рабочим местам.

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемая литература: Сапронов Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности: учебник для СПО. – М.: Издательский центр «Академия», 2016.

Тема 1.2. Принципы снижения вероятности реализации потенциальных опасностей.

Самостоятельная работа: Изучить влияние на организм человека неблагоприятного производственного микроклимата, меры защиты и профилактики.

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемая литература: Санитарные правила и нормы СанПиН 2.2.4.548-96 "Гигиенические требования к микроклимату производственных помещений"

Тема 1.3. Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах

Самостоятельная работа: Изучить основные типы огнетушителей и принципы их работы.

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемая литература: [1.1.3.] Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебное пособие. - М.: КНОРУС, 2016 стр. 38-52.

Контрольные вопросы:

1. Как классифицируются пожары по виду горючего вещества?
2. Перечислите опасные факторы пожара.
3. Какие мероприятия позволяют предотвратить распространение пожара?
4. Как классифицируются здания (помещения) по пожарной и взрывопожарной опасности?
5. Какие огнетушащие вещества применяются для тушения пожара?
6. Какие существуют первичные средства пожаротушения?
7. Как устроены ручные огнетушители ОХП-10, ОВП-10, ОУ-2, ОП-5?
8. Каков принцип действия каждого огнетушителей ОХП-10, ОВП-10, ОУ-2, ОП-5?
9. Какие существуют ограничения использования указанных огнетушителей?
10. Как определить необходимое количество первичных средств пожаротушения для объекта (помещения)?

Раздел 2. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях

Тема 2.1. Задачи и основные мероприятия гражданской обороны

Самостоятельная работа: Подготовить сообщения на тему: «МЧС России - федеральный орган исполнительной власти, уполномоченный на решение задач в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций: основные задачи, силы и средства».

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: Internet/www.mchs.gov.ru/ и др.

Самостоятельная работа: Изучение основных задач Единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС, уровней и режимов ее функционирования.

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: Internet/ www.mchs.gov.ru/ и др.

Раздел 3 (юноши). Основы военной службы

Тема 3.1. Основы обороны государства

Самостоятельная работа: Изучить историю создания Вооруженных Сил РФ; Подготовить сообщения на тему: «Великие полководцы России от древней Руси до XX в.»

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: Internet/

Самостоятельная работа: Изучить задачи, стоящие перед различными видами и родами войск Вооруженных Сил РФ.

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: Internet/ www.mvd.ru

Тема 3.2. Основы военной службы

Самостоятельная работа: Подготовить сообщение-размышление на тему: «Защита Отечества является долгом и обязанностью гражданина РФ. В чем заключается различие между долгом и обязанностью».

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: Internet/

Самостоятельная работа: Изучить основания, предусмотренные Федеральным законом «О воинской обязанности и военной службе», для освобождения от призыва или предоставления отсрочки от призыва.

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемая литература: [3.6.] Федеральный закон от 28.03.1998 г. № 53-ФЗ (ред. от 21.12.09) «О воинской обязанности и военной службе».

Самостоятельная (внеаудиторная) работа обучающихся: Подготовить доклад на тему «Качества личности военнослужащего, как защитника Отечества».

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: Internet

Самостоятельная работа: Подготовить доклад об одном из дней воинской славы

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: Internet, Федеральный закон от 13.03.1995 N 32-ФЗ (ред. от 31.07.2020) "О днях воинской славы и памятных датах России".

Самостоятельная работа: Подготовить доклад на тему: «Роль памятников и монументов, воздвигнутых в честь защитников Отечества».

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: Internet/

Самостоятельная работа: Подготовить доклад на тему: «Актуальность символов воинской чести в настоящее время»

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: Internet/

Самостоятельная работа: Изучить основные виды вооружения и военной техники, состоящие на вооружении ВС РФ.

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебник для СПО. - М.: Издательский центр «Академия», 2016.

Самостоятельная работа: Составление сравнительной таблицы порядка и условий прохождения военной службы по призыву и по контракту; анализ условий прохождения альтернативной гражданской службы.

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемая литература: [3.6.] Федеральный закон от 28.03.1998 г. № 53-ФЗ (ред. от 21.12.09) «О воинской обязанности и военной службе»; [3.7.] Федеральный закон от 25.07.2002 г. N 113-ФЗ "Об альтернативной гражданской службе".

Пример выполнения.

	По призыву	По контракту	Альтернативная гражданская служба
Возраст	18-27	18-40 (для первого контракта)	18-27
Срок службы	12 мес.	в соответствии с условиями контракта	21 или 18 мес.
Время прохождения службы засчитывается в трудовой стаж	1 день службы за 2 дня работы	1 день службы за 1 день работы	1 день службы за 1 день работы

Критерии оценки:

Оценка «отлично» выставляется, если таблица содержит 5 и более критериев и содержание таблицы соответствует действующим нормативным документам;

Оценка «хорошо» выставляется, если таблица содержит 3-4 критерия и содержание таблицы соответствует действующим нормативным документам; либо 5 и более критериев, но в содержании таблицы не более 1 ошибки;

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если таблица содержит 2-3 критерия и содержание таблицы в основном соответствует действующим нормативным документам; либо более 4 критериев, но в содержании таблицы не более 2 ошибок;

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если таблица содержит 1-2 критерия и в содержании таблицы допущены существенные ошибки.

Самостоятельная работа: Подготовить сообщения на тему: «Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования».

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: Internet/

Самостоятельная работа: Изучить правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования.

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: Internet/

Раздел 3 (для девушек). Основы медицинских знаний

Тема 3.1. Порядок и правила оказания первой медицинской помощи

Самостоятельная работа: Изучить перечень состояний, при которых оказывается первая медицинская помощь; Подготовить сообщения на тему: «В чем заключается сущность первой медицинской помощи».

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: [2.1.1] Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учебное пособие для бакалавров. — М., 2017, Internet.

Самостоятельная работа: Составить сравнительную таблицу по типам и признакам утоплений.

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: [2.1.1] Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учебное пособие для бакалавров. — М., 2017, Internet.

Самостоятельная работа: Изучить влияние ультрафиолетового излучения на организм.

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: [2.1.1] Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учебное пособие для бакалавров. — М., 2017, Internet.

Самостоятельная работа: Изучить перечень состояний, при которых оказывается первая медицинская помощь.

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: Приказ Минздравсоцразвития России от 04.05.2012 N 477н (ред. от 07.11.2012) "Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи" (Зарегистрировано в Минюсте России 16.05.2012 N... [2.1.1] Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учебное пособие для бакалавров. — М., 2017, Internet.

Самостоятельная работа: Составить таблицу «Классификация инфекционных заболеваний» (группа, краткая характеристика, инфекции входящие в группу).

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: [2.1.1] Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учебное пособие для бакалавров. — М., 2017, Internet.

Самостоятельная работа: Изучить особенности анатомического и физиологического строения различных возрастных групп.

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: Internet.

Самостоятельная работа: Изучить и освоить основные способы выполнения искусственного дыхания. Выделить особенности проведения искусственного дыхания по Нильсену и Степанскому.

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: [1.1.3] Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: КноРус, 2016.

Самостоятельная работа: Освоить технологию наложения повязок по типу «Чепец» и «Уздечка».

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: [2.1.1] Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учебное пособие для бакалавров. — М., 2017.

Критерии оценки наложения повязки на голову «Чепец»:

Отметка	Время наложения повязки	Прочие критерии
отлично	2 мин 30 с	повязка наложена правильно, прочно держится на голове, не причиняет боли и не нарушает кровообращение, имеет эстетичный вид
хорошо	2 мин 50 с	
удовлетворительно	3 мин 10 с	
неудовлетворительно	более 3 мин 10 с	допущены грубые ошибки при наложении повязки

Самостоятельная работа: Отработать алгоритм действий по измерению артериального давления. Самостоятельно измерить АД и сделать сравнительную запись в тетрадь. (АД = 110/75 мм.рт. ст.)

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: Internet.

Самостоятельная работа: Подготовить сообщения на тему: «Беременность и гигиена беременности»; «Рациональное питание беременной женщины»; «Счастливая семья».

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: [2.1.1] Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учебное пособие для бакалавров. — М., 2017, Internet.

Самостоятельная работа: Изучить взаимосвязь и влияние на жизнедеятельность человека здоровья физического и духовного, факторы, формирующие здоровье, и факторы, разрушающие здоровье.

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: [2.1.1] Айзман Р.И., Омельченко И.В. Основы медицинских знаний: учебное пособие для бакалавров. — М., 2017, Internet.

Самостоятельная работа: Составить суточный рацион (меню-раскладка) с учетом энергетической ценности продуктов питания студента.

Время выполнения: 2 ч.

Рекомендуемые источники: Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: КноРус, 2016.

Критерии оценки заданий по изучению темы

Оценка «отлично» выставляется, если задание выполнено в установленный срок, обучающийся демонстрирует конспект по заданной теме, написанный в полном объеме, аккуратно оформленный, дает правильные и конкретные ответы на вопросы преподавателя по теме конспекта;

Оценка «хорошо» выставляется, если задание выполнено в установленный срок, обучающийся демонстрирует конспект по заданной теме, написанный в полном объеме, в основном правильно, но в нем имеются неточности или недочеты, либо объем выполненного задания недостаточный, имеются исправления. При этом обучающийся отвечая на вопросы преподавателя по теме конспекта делает несущественные ошибки, которые быстро исправляет самостоятельно или при незначительной коррекции преподавателем.

Оценка «удовлетворительно» выставляется, если задание выполнено не в полном объеме, допущены существенные ошибки, конспект оформлен неаккуратно. При этом обучающийся отвечая на вопросы преподавателя по теме конспекта делает ошибки, которые может исправить только при коррекции преподавателем.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется, если задание не выполнено в указанный срок, либо выполнено не в полном объеме. При этом обучающийся отвечая на вопросы преподавателя по теме конспекта демонстрирует незнание теоретического материала, делает ошибки, которые не может исправить даже при коррекции преподавателем, отказывается отвечать на занятии.

Критерии оценки подготовки рефератов, сообщений и презентаций

Реферат, сообщение, презентация оценивается по 100 балльной шкале:

- соответствие содержания теме – максимум 20 баллов;
- глубина проработки материала – максимум 15 баллов;
- логичность и последовательность изложения материала - максимум 15 баллов;
- грамотность – максимум 10 баллов;
- полнота использования источников - максимум 15 баллов;
- соответствие оформления предъявляемым требованиям - максимум 10 баллов;
- реферат, сообщение или презентация подготовлены в срок - максимум 15 баллов.

Баллы переводятся в оценки успеваемости следующим образом:

Количество набранных баллов	Качественная оценка индивидуальных образовательных достижений	
	Балл (отметка)	Вербальный аналог
86 - 100	5	отлично
70 - 75	4	хорошо
51 - 69	3	удовлетворительно
менее 51	2	неудовлетворительно