

Департамент образования, культуры и спорта Ненецкого автономного округа  
государственное бюджетное профессиональное образовательное  
учреждение Ненецкого автономного округа  
«Ненецкий аграрно-экономический техникум имени В.Г. Волкова»  
(ГБПОУ НАО «Ненецкий аграрно-экономический техникум имени В.Г. Волкова»)

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ  
по организации и выполнению самостоятельной работы  
по дисциплине ОП.06. Безопасность жизнедеятельности  
для обучающихся очной формы обучения  
специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование

Нарьян-Мар  
2022

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Учебная дисциплина ОП.06. Безопасность жизнедеятельности входит в профессиональный цикл обязательной части образовательной программы. Изучение дисциплины ОП.06. Безопасность жизнедеятельности в программе специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование предусматривает не только теоретическое и практическое осмысление ее разделов и тем на учебных занятиях, но и выполнение самостоятельных работ, связанных с развитием мышления будущего профессионала.

В результате освоения дисциплины студент должен уметь:

1. организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
2. предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасности различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
3. использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
4. применять первичные средства пожаротушения;
5. ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
6. применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
7. владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
8. оказывать первую помощь пострадавшим.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:

1. принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирование 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;
2. основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
3. основы военной службы и обороны государства;
4. задачи и основные мероприятия гражданской обороны;
5. способы защиты населения от оружия массового поражения;
6. меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
7. организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;
8. основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;
9. область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
10. порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих общих компетенций в соответствии с ФГОС СПО и ППСЗ по данному направлению подготовки:

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, применять стандарты антикоррупционного поведения.

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

ОК 11. Использовать знания по финансовой грамотности, планировать предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере.

Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки студента 68 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки студента 64 часа,
- самостоятельной работы студента 4 часа.

Задания для аудиторной самостоятельной работы разработаны по каждому разделу дисциплины Безопасность жизнедеятельности с учетом предусмотренного рабочей программой и календарно-тематическим планом количества часов и содержат основное задание, рекомендованное программой и дополнительные задания.

### ТЕМАТИКА САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ РАБОТ

Наименование разделов и тем	Вид самостоятельной деятельности и тема работы	Количество часов
Тема 3.1. Основы медицинских знаний.	Обморок: симптомы, первая помощь. Боль в сердце: симптомы, первая помощь. Травмы глаз: ушиб, острые инородные тела, ожоги глаз (кислотами, щелочами, УФ-лучами). Первая помощь при травме глаз.	2
	Травмы: перелом предплечья, плеча, позвоночника, голени, бедра, костей таза. Первая помощь при травмах, иммобилизации. Оказание помощи утопающему. Судороги в воде. Искусственное дыхание: изо рта в рот, изо рта в нос. Закрытый массаж сердца. Транспортировка пострадавших и тяжелобольных.	2
Всего		4

## СТРУКТУРА САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

### Тема 3.1. Основы медицинских знаний.

Задание 1. Составить конспект на тему: «Обморок: симптомы, первая помощь. Боль в сердце: симптомы, первая помощь. Травмы глаз: ушиб, острые инородные тела, ожоги глаз (кислотами, щелочами, УФ- лучами). Первая помощь при травме глаз».

Регламент информационного сообщения – 10 минут.

Метод контроля: визуальная проверка конспекта у всех студентов.

Задание 2. Составить конспект на тему «Травмы: перелом предплечья, плеча, позвоночника, голени, бедра, костей таза. Первая помощь при травмах, иммобилизации. Оказание помощи утопающему. Судороги в воде. Искусственное дыхание: изо рта в рот, изо рта в нос. Закрытый массаж сердца. Транспортировка пострадавших и тяжелобольных».

Регламент информационного сообщения – 10 минут.

Метод контроля: визуальная проверка конспекта у всех студентов.

Рекомендуемая литература и Интернет-ресурсы по теме:

1. «Безопасность жизнедеятельности». Учебное пособие для студентов учреждений СПО под общей редакцией С.В. Белова. - М.: Высшая школа, 2016г.

2. «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебник для учащихся 10-11 - го класса общеобразовательных учреждений под редакцией Ю.Л. Воробьева. - М.: ООО «Издательство АСТ», 2018г.

3. «Охрана безопасности жизнедеятельности». Учебное пособие под редакцией А.В. Наследухова. - М.: АСТ - Пресс 2017г.

# СПОСОБЫ ВЫПОЛНЕНИЯ РАБОТ

## Конспектирование

Конспект (от лат. *conspectus* – обзор) является письменным текстом, в котором кратко и последовательно изложено содержание основного источника информации. Конспектировать – значит приводить к некоему порядку сведения, почерпнутые из оригинала. В основе процесса лежит систематизация прочитанного или услышанного. Записи могут делаться как в виде точных выдержек, цитат, так и в форме свободной подачи смысла. Манера написания конспекта, как правило, близка к стилю первоисточника. Если конспект составлен правильно, он должен отражать логику и смысловую связь записываемой информации. Им запросто можно воспользоваться через некоторое количество времени, а также предоставить для применения кому-то еще, поскольку прочтение грамотно зафиксированных данных никогда не вызовет затруднений. Используя законспектированные сведения, легче создавать значимые творческие или научные работы, различные рефераты и статьи.

Если вы хотите извлечь максимальную пользу при работе с книгами и учебными пособиями, необходимо учесть следующие моменты.

Предварительно просмотрите материал. Так вы сумеете выявить особенности текста, его характер, понять, сложен ли он, содержит ли незнакомые вам термины. При беглом знакомстве с литературой вы сумеете выбрать подходящую разновидность конспектирования.

Снова прочтите текст и тщательно проанализируйте его. Такая работа с материалом даст вам возможность отделить главное от второстепенного, разделить информацию на составляющие части, расположить ее в нужном порядке. Используйте закладки – это отменное подспорье.

Обозначьте основные мысли текста, они называются тезисами. Их можно записывать как угодно – цитатами (в случае, если нужно передать авторскую мысль) либо своим собственным способом. Однако помните: изобиловать цитатами можно тогда, когда вы используете текстуальные конспекты. Кроме того, дословную выдержку из текста всегда заключайте в скобки и помечайте ссылкой на источник и автора.

## ЛИТЕРАТУРА

### Основные источники:

1. Конституция РФ 12.12.93г.
2. «Основы военной службы». Учебное пособие для студентов учреждений СПО под общей редакцией А.Т. Смирнова. - М.: Высшая школа, 2017г.
3. «Безопасность жизнедеятельности». Учебное пособие для студентов учреждений СПО под общей редакцией С.В. Белова. - М.: Высшая школа, 2016г.
4. «Гражданская оборона». Учебное пособие под общей редакцией Е.П. Шубина. - М.: Просвещение, 2018г.
5. «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебник для учащихся 10-11 - го класса общеобразовательных учреждений под редакцией Ю.Л. Воробьева. - М.: ООО «Издательство АСТ», 2018г.
6. «Охрана безопасности жизнедеятельности». Учебное пособие под редакцией А.В. Наследухова. - М.: АСТ - Пресс 2017г.

### Дополнительные источники:

1. ФЗ РФ «Об обороне» 31.05.96г.
2. ФЗ РФ «О воинской обязанности и военной службе» 28.03.98г.
3. ФЗ РФ «О статусе военнослужащих» 27.05.98г.
4. Общевоинские уставы ВС РФ. - М.: Воениздат, 1994г.
5. «Безопасность жизнедеятельности. Производственная безопасность и охрана труда». Учебное пособие для студентов учреждений СПО под общей редакцией П.П. Кукина. - М.: Высшая школа, 2001г.
6. «Основы безопасности жизнедеятельности». Информационно - методическое издание для преподавателей. - М., 2001г.
7. «Основы безопасности жизнедеятельности». Информационно - методическое издание для преподавателей. - М., 2000г.
8. Сборник методических разработок по тематике ГО и ЧС. - М.: ТОО - библиотечка журнала «Военное знание», 1997г. гл. 4, стр. 8-24.
9. Сборник методических разработок по тематике ГО и ЧС. - М.: ТОО - библиотечка журнала «Военное знание», 1997г. тема 5, стр. 41-56.
10. Сборник методических разработок по тематике ГО и ЧС. - М.: ТОО - библиотечка журнала «Военное знание», 1997г. гл. 2-6, стр. 6-71.
11. Сборник методических разработок по тематике ГО и ЧС. - М.: ТОО - библиотечка журнала «Военное знание», 1997г. тема 6, стр. 3-24.
12. Сборник методических разработок по тематике ГО и ЧС. - М.: ТОО - библиотечка журнала «Военное знание», 1997г. гл. 2-4, стр. 3-6; 11-13.

### Интернет-ресурсы

1. <http://prezentacii.com/obzli/>
2. <http://bjd-online.rii/>
3. [http://armyrus.rti/index.php?option=com\\_content&task=view&id=30&Itemid](http://armyrus.rti/index.php?option=com_content&task=view&id=30&Itemid)
4. [http://vk.bstLi.ru/book\\_1\\_I/list.htm](http://vk.bstLi.ru/book_1_I/list.htm)
5. <http://www.sigmamsk.ru/catalog/1/42.html>
6. <http://festival.1september.ru/articles/415115/>
7. [http://vts.hudson.cc/index.php?option=com\\_content&task=view&id=428&Itemid](http://vts.hudson.cc/index.php?option=com_content&task=view&id=428&Itemid)