



УТВЕРЖДЕНО:

Ученым советом Института сервисных технологий ФГБОУ ВО «РГУТИС»
Протокол № 10 от «24» февраля 2021г.
с изм. Протокол № 11 от «16» апреля 2021г.
с изм. Протокол № 14 от «30» июня 2021г.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ
ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП.06. БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

основной профессиональной образовательной программы
среднего профессионального образования –
программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности: *09.02.04 Информационные системы и программирование*
Квалификация: *специалист по информационным системам*

год начала подготовки: 2021

Разработчики:

должность	подпись	ученая степень и звание, ФИО
<i>преподаватель</i>		<i>Степанищев А.А.</i>

Методические указания согласованы и одобрены руководителем ППСЗ:

должность	подпись	ученая степень и звание, ФИО
<i>преподаватель</i>		<i>к.м.н. Алабина С.А.</i>



СОДЕРЖАНИЕ

1. Общие положения.....	3
2. Тематика и содержание лекций.....	6
3. Тематика и содержание практических занятий	9
4. Тематика и содержание самостоятельной работы.....	14
5. Информационное обеспечение обучения.....	16




1. Общие положения

Методические указания предназначены для обучающихся по ООП СПО по специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование, изучающих учебную дисциплину ОП.06. «Безопасность жизнедеятельности», и могут использоваться как на учебных занятиях, которые проводятся под руководством преподавателя, так и для самостоятельного выполнения практических работ, предусмотренных рабочей программой во внеаудиторное время.

Цели и задачи освоения дисциплины:

Содержание учебной дисциплины ориентировано на подготовку студентов к освоению специальности 09.02.07 «Информационные системы и программирование» и овладению общими компетенциями (ОК):

Код	Наименование общих компетенций
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.
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

	ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ТУРИЗМА И СЕРВИСА»	СК РГУТИС ...
		Лист 4
	подготовленности.	
ОК 09.	Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.	
ОК 10.	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языке.	

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь:**

Организовывать и проводить мероприятия по защите работников и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций.

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

Выполнять правила безопасности труда на рабочем месте.

Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения.

Применять первичные средства пожаротушения.

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 само регуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы.

Оказывать первую помощь.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать:**

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

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

Основы законодательства о труде, организации охраны труда.

Условия труда, причины травматизма на рабочем месте.

Основы военной службы и обороны государства. Задачи и основные мероприятия гражданской обороны.

Способы защиты населения от оружия массового поражения.



Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах.

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

Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящие на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО. Область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы.

Порядок и правила оказания первой помощи.

Формы контроля

В процессе изучения дисциплины предусмотрены следующие формы контроля по овладению общими компетенциями: текущий контроль в форме практических работ, устных опросов, самостоятельной работы обучающихся промежуточный контроль в форме дифференцированного зачета.

Текущий контроль осуществляется в течение семестра в виде оценки результатов практических работ, оценки выполнения самостоятельных работ, оценки устного опроса.

Контроль самостоятельной работы студентов осуществляется в течение всего семестра. Преподаватель самостоятельно определяет формы контроля самостоятельной работы студентов в зависимости от содержания разделов и тем, выносимых на самостоятельное изучение. Такими формами могут являться: тестирование, видеопрезентации, проектные технологии, контрольные работы и др.

2. Тематика и содержание лекций

Лекция – один из методов обучения, одна из основных системообразующих форм организации учебного процесса.

Лекционное занятие представляет собой систематическое, последовательное, монологическое изложение преподавателем-лектором учебного материала, как правило, теоретического характера. Такое занятие представляет собой элемент технологии представления учебного материала путем логически стройного, систематически последовательного и ясного изложения.

Цель лекции – организация целенаправленной познавательной деятельности студентов по овладению программным материалом учебной дисциплины.

Тематика и содержание



Раздел 1. Чрезвычайные ситуации

Тема 1.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, Организация гражданской обороны

1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ядерное оружие, химическое и биологическое оружие, средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения, средства коллективной защиты от оружия массового поражения, приборы радиационной и химической разведки и контроля, правила поведения и действия людей в зонах радиоактивного, химического заражения и в очаге биологического поражения.

Тема 1.2 Защита населения и территорий при стихийных бедствиях

2. Защита при землетрясениях, извержениях вулканов, ураганах, бурях, смерчах, грозах, снежных заносах, сходе лавин, метели, вьюге, селях, оползнях, наводнениях, лесных, степных и торфяных пожарах.

Тема 1.3 Защита населения и территорий при авариях (катастрофах) на транспорте

3. Защита при автомобильных и железнодорожных авариях (катастрофах), авариях (катастрофах) на воздушном и водном транспорте.

Тема 1.4 Защита территорий при авариях и катастрофах на производственных объектах

4. Защита при авариях на пожароопасных объектах,

5. Защита при авариях на взрывоопасных объектах.

Тема 1.5. Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке

6. Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке.

Тема 1.6 Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке

7. Обеспечение безопасности при эпидемии.

8. Обеспечение безопасности при нахождении на территории ведения боевых действий и во время общественных беспорядков, в случае захвата заложником, обнаружении подозрительных предметов, угрозе совершения и совершённом теракте.

Раздел 2. Основы военной службы

Тема 2.1 Вооруженные силы России на современном этапе

9. Состав и организационная структура Вооруженных Сил. Уставы Вооружённых Сил России.

Тема 2.3. Строевая подготовка

10. Устав строевой службы. Строи и управления ими.



Тема 2.4. Огневая подготовка

11. Материальная часть автомата Калашникова. Подготовка автомата к стрельбе. Ведения огня из автомата.

Тема 2.5. Медико-санитарная подготовка

12. Общие сведения о ранах, осложнения раны, способах остановки кровотечения и обработки ран. Порядок наложения повязки при ранениях головы, туловища, верхних и нижних конечностей. Первая (доврачебная) помощь при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавливания. Первая (доврачебная) помощь при ожогах. Первая (доврачебная) помощь при поражении электрическим током. Первая (доврачебная) помощь при утоплении. Первая (доврачебная) помощь при перегревании, переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании. Первая (доврачебная) помощь при отравлениях. Доврачебная помощь при клинической смерти.

3. Тематика и содержание практических занятий

Тематика и содержание

Раздел 1. Чрезвычайные ситуации

Тема 1.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, Организация гражданской обороны

Содержание: **Практическое занятие 1** Средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения. Отработка нормативов по надеванию противогаза и ОЗК.

Результаты обучения (умения):

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;

Тема 1.4. Защита территорий при авариях и катастрофах на производственных объектах

Содержание: **Практическое занятие 2** Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара, пользовании

Результаты обучения (умения):

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;

применять первичные средства пожаротушения;

Раздел 2. Основы военной службы

Тема 2.3. Строевая подготовка

Содержание: **Практическое занятие 3** Строевая стойка и повороты на месте

Результаты обучения (умения):

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;

Содержание: **Практическое занятие 4** Движение строевым и походным шагом, бегом, шагом на месте.

Результаты обучения (умения):

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;

Содержание: **Практическое занятие 5** Повороты в движении.

Результаты обучения (умения):

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;

Содержание: **Практическое занятие 6** Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.

Результаты обучения (умения):

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;



Содержание: **Практическое занятие 7** Выход из строя и постановка в строй, подход к начальнику и отход от него.

Результаты обучения (умения):

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;

Содержание: **Практическое занятие 8** Построение и перестроение в одношереножный и двухшереножный строй, выравнивание, размыкание и смыкание строя, повороты строя на месте.

Результаты обучения (умения):

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;

Содержание: **Практическое занятие 9** Построение и отработка движения походным строем.

Результаты обучения (умения):

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;

Содержание: **Практическое занятие 10** Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.

Результаты обучения (умения):

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;

Тема 2.4. Огневая подготовка

Содержание: **Практическое занятие 11** Неполная разборка и сборка автомата.



Результаты обучения (умения):

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;

Содержание: **Практическое занятие 12** Отработка нормативов по неполной разборке и сборке автомата.

Результаты обучения (умения):

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;

Содержание: **Практическое занятие 13** Принятие положение для стрельбы, подготовка автомата к стрельбе, прицеливание.

Результаты обучения (умения):

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;

Содержание: **Практическое занятие 14** Стрельба в тире

Результаты обучения (умения):

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;

Тема 2.5. Медико-санитарная подготовка

Содержание: **Практическое занятие 15** Наложение кровоостанавливающего жгута (закрутки), пальцевое прижатие артерий.

Результаты обучения (умения):

оказывать первую помощь пострадавшим;

Содержание: **Практическое занятие 16** Наложение повязок на голову,



туловище, верхние и нижние конечности.

Результаты обучения (умения):

оказывать первую помощь пострадавшим;

Содержание: **Практическое занятие 17** Наложение шины на место перелома, транспортировка поражённого.

Результаты обучения (умения):

оказывать первую помощь пострадавшим;

Содержание: **Практическое занятие 18** Отработка на тренажёре прекардиального удара и искусственного дыхания.

Результаты обучения (умения):

оказывать первую помощь пострадавшим;

Содержание: **Практическое занятие 19** Отработка на тренажёре непрямого массажа сердца.

Результаты обучения (умения):

оказывать первую помощь пострадавшим;

4. Тематика и содержание самостоятельной работы

Самостоятельная работа является неотъемлемой частью образовательного процесса, связанного с формированием компетенций обучающихся

Целью самостоятельной (внеаудиторной) работы студентов является обучение навыкам работы с научно-теоретической, периодической, научно-технической литературой и технической документацией, необходимыми для углубленного изучения дисциплины, а также развитие у них устойчивых способностей к самостоятельному изучению и изложению полученной информации.

Формы (виды) самостоятельной работы

Самостоятельная работа выполняется в форме проработки конспектов и работы с учебником по заданной теме.

Тематика и содержание

Раздел 1. Чрезвычайные ситуации

Тема 1.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, Организация гражданской обороны

Содержание: **Самостоятельная работа обучающихся:** проработка конспектов, работа с учебником



Результаты обучения (знания, умения):

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

задачи и основные мероприятия гражданской обороны;

меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

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;

Тема 1.4 Защита территорий при авариях и катастрофах на производственных объектах

Содержание: **Самостоятельная работа обучающихся:** проработка конспектов, работа с учебником

Результаты обучения (знания, умения):

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

задачи и основные мероприятия гражданской обороны;

меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

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;

Тема 1.6 Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке

Содержание: **Самостоятельная работа обучающихся:** проработка конспектов, работа с учебником

Результаты обучения (знания, умения):

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

задачи и основные мероприятия гражданской обороны;



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;

Раздел 2. Основы военной службы

Тема 2.1 Вооруженные силы России на современном этапе

Содержание: **Самостоятельная работа обучающихся:** проработка конспектов, работа с учебником

Результаты обучения (знания, умения):

основы военной службы и обороны государства;

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

область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;

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

Тема 2.2. Уставы Вооружённых Сил России

Содержание: **Самостоятельная работа обучающихся:** проработка конспектов, ответы на вопросы по учебнику, изучение нормативных документов, Общевоинских уставов ВС РФ.

Результаты обучения (знания, умения):

основы военной службы и обороны государства;

область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;

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;

Тема 2.4. Огневая подготовка

Содержание: **Самостоятельная работа обучающихся:** проработка конспектов, работа с учебником

Результаты обучения (знания, умения):

основы военной службы и обороны государства;

основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских



подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;

область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;

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;

Тема 2.5. Медико-санитарная подготовка

Содержание: **Самостоятельная работа обучающихся**: проработка конспектов, работа с учебником

Результаты обучения (знания, умения):

порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.
оказывать первую помощь пострадавшим;

5. Информационное обеспечение обучения.

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Косолапова, Н.В. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. — Москва : КноРус, 2021. — 192 с. — ISBN 978-5-406-08162-4. — URL: <https://book.ru/book/939218>
2. Мельников, В. П. Безопасность жизнедеятельности : учебник / В.П. Мельников, А.И. Куприянов, А.В. Назаров; под ред. проф. В.П. Мельникова — М.: КУРС, НИЦ ИНФРА-М, 2020. — 368 с. — (Среднее профессиональное образование). — URL: <https://znanium.com/catalog/product/1069174>

Дополнительные источники:

1. Микрюков, В.Ю. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Микрюков В.Ю. — Москва : КноРус, 2022. — 333 с.— URL: <https://book.ru/book/940372>

Электронные ресурсы, базы данных:

1. Безопасность жизнедеятельности (профессиональная база данных)
Режим доступа: <http://www.kornienko-ev.ru/BCYD/index.html>
2. Информационно образовательный портал по безопасности (профессиональная база данных) Режим доступа: <http://Obj.ru/>
3. Информационный ресурс Охрана труда (профессиональная база данных)
Режим доступа: <http://ohrana-bgd.ru/>
4. Информационный портал Всемирной организации здравоохранения



Режим доступа: <https://www.who.int/ru>

5. Информационно – справочный портал Охрана труда и Безопасность
жизнедеятельности Режим доступа: <http://ohrana-bgd.narod.ru>

6. Единая общероссийская справочно-информационная система по охране
труда Режим доступа: <http://www.ohranatruda.ru>

7. Нормативные документы по пожарной безопасности Режим
доступа: <http://www.0-1.ru/law>