



УТВЕРЖДЕНО:

**Педагогическим советом Колледжа
ФГБОУ ВО «РГУТИС»
Протокол № 4 от «24» февраля 2021 г.
с изм. Протокол № 5 от 05.04.2021
с изм. Протокол № 6 от 18.06.2021**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ
ДИСЦИПЛИНЫ**

ОУД.05. Основы безопасности жизнедеятельности

**основной профессиональной образовательной программы среднего
профессионального образования – программы подготовки специалистов среднего
звена**

по специальности: 54.02.01 Дизайн (по отраслям)

Квалификация: дизайнер

год начала подготовки: 2021

Разработчики:

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

Методические указания согласованы и одобрены руководителем ППСЗ:

должность	подпись	ученая степень и звание, ФИО
<i>Руководитель ОПОП 54.02.01. Дизайн (по отраслям)</i>		<i>Козьмодемьянская Е.И.</i>



Содержание

1. Общие положения
2. Тематика и содержание практических занятий
3. Тематика и содержание самостоятельной работы
4. Информационное обеспечение обучения



1. Практические занятия

Цель и задачи практических занятий:

Основная задача ОБЖ – подготовить обучающихся к безопасному поведению в повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, сформировать у них навыки здорового образа жизни и умения в оказании первой медицинской помощи при различных видах травм и повреждениях. Содержание курса включает теорию и практику безопасного поведения и защиты человека в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Изучение курса позволяет обучающимся получать систематизированное представление об опасностях и о прогнозировании опасных ситуаций, оценить влияние их последствий на жизнь и здоровье человека и выработать алгоритм безопасного поведения с учетом их возможностей.

Цель изучения курса ОБЖ – стать ключевым звеном в формировании человека безопасного типа – личности, безопасной для самой себя, окружающих, среды обитания, ориентированной на созидание и развитие.

Задачи:

- дать учащимся специальные знания, умения и навыки выживания в различных жизненных ситуациях, в том числе самых неблагоприятных;
 - научить правильно действовать в случаях природных и техногенных катастроф; научить адекватно действовать в условиях острых социальных, социально-политических и военных конфликтов, внутренней готовности к деятельности в экстремальных условиях.
- воспитывать патриотические чувства.

Виды практических занятий

Практическая работа заключается в выполнении студентами, под руководством преподавателя, комплекса учебных заданий направленных на усвоение научно-теоретических основ учебной дисциплины, приобретение практических навыков овладения методами практической работы с применением современных информационных и коммуникационных технологий. Выполнения практической работы студенты производят в письменном виде, а также в виде устных докладов и презентаций. Отчет предоставляется преподавателю, ведущему предмет, в электронном и печатном виде.

Практические занятия способствуют более глубокому пониманию теоретического материала учебного курса, а также развитию, формированию и становлению различных уровней составляющих профессиональной компетентности студентов. Основой практикума выступают типовые задачи, которые должен уметь решать специалист.

Виды практических занятий.

- развернутая беседа;
- обсуждение докладов и рефератов;
- письменная (контрольная) работа;
- коллоквиум.

Развернутая беседа предполагает подготовку студентов по каждому вопросу плана занятия с единым для всех перечнем рекомендуемой обязательной и дополнительной литературы; выступления студентов (по их желанию или по вызову преподавателя) и их обсуждение; вступление и заключение преподавателя. Развернутая беседа позволяет вовлечь в обсуждение проблематики наибольшее число студентов, разумеется, при использовании всех средств их активизации: постановки хорошо продуманных, четко сформулированных дополнительных вопросов к выступающему и всей группе, умелой концентрации внимания студентов на сильных и слабых сторонах выступлений студентов,



своевременном акцентировании внимания и интереса студентов на новых моментах, вскрывающихся в процессе работы и т. д.

Развернутая беседа не исключает, а предполагает и заранее запланированные выступления отдельных студентов по некоторым дополнительным вопросам. Но подобные сообщения выступают здесь в качестве не основы для обсуждения, а лишь дополнения к уже состоявшимся выступлениям.

Обсуждение докладов и отчётов, которые готовятся студентами по заранее предложенной тематике, кроме общих целей учебного процесса преследует задачу привить студентам навыки научной, творческой работы, воспитать у них самостоятельность мышления, вкус к поиску новых идей и фактов, примеров.

Целесообразно выносить на обсуждение не более 3—5 докладов продолжительностью в 12—15 минут. Иногда кроме докладчиков по инициативе преподавателя или же по желанию самих студентов назначаются содокладчики и оппоненты. Последние обычно знакомятся предварительно с текстами докладов, чтобы не повторять их содержание.

Очень важно приучить студентов к тому, чтобы каждый из них был готов выступить в качестве содокладчика или оппонента, умел обсудить рассматриваемую проблему, сделать по ней вывод или обобщение.

Порядок ведения может быть самым разнообразным, в зависимости от его формы и тех целей, которые перед ним ставятся. Обычно имеет место следующая последовательность:

- а) выступление (доклад) по основному вопросу;
- б) вопросы к выступающему;
- в) обсуждение содержания доклада, его теоретических и методических достоинств и недостатков, дополнения и замечания по нему;
- г) заключительное слово докладчика;
- д) заключение преподавателя.

Принцип добровольности выступления сочетается с вызовом студентов. Остальным желающим выступить по основному вопросу, чтобы не погасить у них интереса к семинару, можно посоветовать быть готовыми для анализа выступлений товарищей по группе, для дополнений и замечаний.

Контрольные (письменные) работы. На них может быть отведено от двух часов до 15 минут. Тема работы может быть сообщена студентам заранее, а иногда и без предупреждения по одному из пунктов плана текущего семинара. Такая работа носит характер фронтальной проверки знаний всех студентов по определенному разделу курса. Содержание работ анализируется преподавателем на очередном занятии, что вызывает всегда обостренный интерес студентов и активизирует их последующую подготовку к семинарским занятиям. Если на контрольную работу отводится 15-45 минут, то после ее написания работа семинара продолжается обычным порядком. В течение семинарского курса целесообразно провести несколько контрольных работ различных типов.

Коллоквиумы - собеседования преподавателя со студентами обычно проводятся с целью выяснения знаний по той или иной теме курса, их углубления.

Тематика и содержание

Практические работы (занятия)

Практические занятия 1

1. Изучение правил профилактики инфекционных заболеваний.
2. Изучение основ первой медицинской помощи



3. Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.
4. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

Практические занятия 2

1. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.
2. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.
3. Изучение первичных средств пожаротушения.
4. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного времени. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС военного времени.
5. Изучение и отработка моделей поведения при пожаре.
6. Изучение и отработка моделей поведения возникновении террористической угрозы. Изучение правил безопасного поведения при захвате в качестве заложника.

Практические занятия 3.

1. Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции в различных ситуациях, в ВС РФ.
2. Изучение закона о воинской обязанности и военной службе.
3. Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.
4. Изучение основных военных специальностей.
5. Изучение требований к психическим и морально-этическим качествам призывника.

Практические занятия 4.

1. Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.
2. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.
3. Изучение правил личной гигиены.

Практические занятия 1

Вид практического занятия:

Развернутая беседа.

1. Тема и содержание занятия: Изучение правил профилактики инфекционных заболеваний.

Цель занятия: Изучить правила и приобщить студентов к профилактике инфекционных заболеваний;

Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний;

Продолжительность занятия - 3ч.

2. Тема и содержание занятия: Изучение основ первой медицинской помощи.

Цель занятия: Изучить основы первой медицинской помощи.

Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний;

Продолжительность занятия - 3ч.

3. Тема и содержание занятия: Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.



Цель занятия: Изучить основные положения организации рационального питания и освоить методы его гигиенической оценки.

Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний и практических навыков;

4. Тема и содержание занятия: Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

Цель занятия: Изучить модели поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.

Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний;

Практические занятия 2

Вид практического занятия:

Развернутая беседа.

1. Тема и содержание занятия: Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Цель занятия: Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний и практических навыков;

2. Тема и содержание занятия: Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

Цель занятия: Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте.

Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний и практических навыков;

3. Тема и содержание занятия: Изучение первичных средств пожаротушения.

Цель занятия: Изучить первичные средства пожаротушения, ознакомиться с инструкциями к их применению.

Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний и практических навыков;

4. Тема и содержание занятия: Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного времени. Тема и содержание занятия: Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС военного времени.

Цель занятия: Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного времени.

Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний и практических навыков.

Цель занятия: Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС военного времени.

Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний и практических навыков;

5. Тема и содержание занятия: Изучение и отработка моделей поведения при пожаре

Цель занятия: Изучить и отработать модели поведения при пожаре.



Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний и практических навыков;

6. Тема и содержание занятия: Изучение и отработка моделей поведения при возникновении террористической угрозы. Изучение правил безопасного поведения при захвате в качестве заложника

Цель занятия: Изучить и отработать модели поведения при возникновении террористической угрозы. Изучить правила безопасного поведения при захвате в качестве заложника.

Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний и практических навыков;

Практические занятия 3

Вид практического занятия:

Развернутая беседа.

1. Тема и содержание занятия: Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции в различных ситуациях, в ВС РФ.

Цель занятия: Изучить способы бесконфликтного общения и саморегуляции.

Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний и практических навыков;

2. Тема и содержание занятия: Изучение закона о воинской обязанности и военной службе.

Цель занятия: Изучить основные положения закона о воинской обязанности и военной службе.

Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний;

3. Тема и содержание занятия: Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.

Цель занятия: Изучить особенности службы в армии и методики проведения строевой подготовки.

Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний и практических навыков;

4. Тема и содержание занятия: Изучение основных военных специальностей.

Цель занятия: Изучить основные военные специальности и их отражение в гражданской жизни.

Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний;

5. Тема и содержание занятия: Изучение требований к психическим и морально-этическим качествам призывника.

Цель занятия: Изучить требования к психическим и морально-этическим качествам призывника.

Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний;

Практические занятия 4

Вид практического занятия:

Развернутая беседа.

1. Тема и содержание занятия: Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.

Цель занятия: Изучить основные приемы оказания первой помощи при кровотечениях.



Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний и практических навыков;

2. Тема и содержание занятия: Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.

Цель занятия: Изучить и освоить основные способы искусственного дыхания.

Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний и практических навыков;

3. Тема и содержание занятия: Изучение правил личной гигиены.

Цель занятия: Изучить правила личной гигиены.

Практические навыки: Углубление и расширение теоретических знаний;

2. Тематика и содержание самостоятельной работы

Самостоятельная работа является неотъемлемой частью образовательного процесса, связанного с формированием компетенций обучающихся. Правильная организация самостоятельных учебных занятий, их систематичность, целесообразное планирование рабочего времени позволяет студентам развивать умения и навыки в усвоении и систематизации приобретаемых знаний, обеспечивать высокий уровень успеваемости в период обучения, получить навыки повышения профессионального уровня.

Цели самостоятельной (внеаудиторной) работы студентов:

- Обучение навыкам самостоятельной организации учебного и рабочего процесса;
- Формирование навыков работы с справочной и специальной литературой,

Задачи самостоятельной работы студентов:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- развитие познавательных способностей, активности студентов, творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации.

Виды внеаудиторной самостоятельной работы:

- самостоятельная работа над материалом лекции;
- подготовка и написание рефератов, докладов, отчётов и других письменных работ на заданные темы.
- выполнение домашних заданий разнообразного характера. Это – подбор и изучение основ безопасности жизнедеятельности; разработка и составление различных схем действий и др.;
- выполнение индивидуальных заданий, направленных на развитие у студентов самостоятельности и инициативы. Индивидуальное задание может получать как каждый студент, так и часть студентов группы;
- работа с справочной и специальной литературой.

Тематика и содержание

Самостоятельная работа обучающихся

Самостоятельная работа обучающихся:

Доклады: Табачный дым и влияние курения на здоровье человека.



Наркотики и алкоголь, их влияние на здоровье человека.
Самостоятельная работа обучающихся: Доклад: Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.
Проекты: «Безопасный маршрут», «Система укрепления здоровья в ходе профессиональной деятельности».
Самостоятельная работа обучающихся: Доклад: Служба в ВС РФ - почетная обязанность гражданина РФ. Реферат: Особенности профессиональной деятельности в ВС РФ.
Самостоятельная работа обучающихся: Реферат: Мои предки – защитники Отечества. Доклад: Мои земляки – Герои Отечества.

3. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

- 1) Безопасность жизнедеятельности: учебник / Микрюков В.Ю. — Москва : КноРус, 2019. — 282 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06523-5. — URL: <https://book.ru/book/929396> — Текст: электронный.
- 2) Безопасность жизнедеятельности: учебник / Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. — Москва : КноРус, 2019. — 192 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06531-0. — URL: <https://book.ru/book/930413> — Текст : электронный.
- 3) Латчук В.Н., Марков В.В ОБЖ. 10 кл. Учебник. (базовый уровень) М.: ООО «Дрофа»
- 4) Латчук В.Н., Марков В.В ОБЖ. 11 кл. Учебник. (базовый уровень) М.: ООО «Дрофа»

Дополнительные источники:

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник / В.Ю. Микрюков. — Москва : КноРус, 2017. Режим доступа <https://www.book.ru/book/918804>

Интернет ресурсы

1. <http://www.book.ru>
2. <https://znanium.com/>