



УТВЕРЖДЕНО:
Ученым советом Института сервисных
технологий ФГБОУ ВО «РГУТИС»
Протокол № 7 от «10» февраля 2022г.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ
ДИСЦИПЛИНЫ
ОУД.06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

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

по специальности: *09.02.07 Информационные системы и программирование*

Квалификация: *специалист по информационным системам*

год начала подготовки: 2022

Разработчики:

должность	ученая степень и звание, ФИО
<i>преподаватель</i>	<i>Дуденков П.А.</i>

Методические указания согласованы и одобрены руководителем ППСЗ:

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

1. Практические занятия.

Цель и задачи практических занятий.

Основная задача дисциплины – 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 дисциплины 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.

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.

Цели изучения дисциплины:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков; • обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся

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 отчетов, 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 практических занятий

Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья	Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	4
Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии. Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте. Изучение первичных средств пожаротушения. Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	4
Тема 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.	Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции. Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.	9
Тема 4. Основы медицинских знаний	Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.	4

4. Информационное обеспечение обучения.

Основные источники:

1. Микрюков, В.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности + еПриложение : учебник / Микрюков В.Ю. — Москва : КноРус, 2022. — 290 с.— URL: <https://book.ru/book/941147>
2. Латчук В.Н., Марков В.В ОБЖ.10 кл. Учебник. (базовый уровень) М.: ООО «Дрофа», 2019

Дополнительные источники:

1. Данилина, М.В. Практикум по основам безопасности жизнедеятельности : учебное пособие / Данилина М.В. — Москва : Русайнс, 2021. — 308 с.— URL: <https://book.ru/book/942025>

2. Косолапова, Н.В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум : учебное пособие / Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. — Москва : КноРус, 2021. — 155 с.— URL: <https://book.ru/book/939366>

Интернет ресурсы

Ресурсы Интернет

1. Федеральный портал «Российское образование»
Режим доступа: <http://www.edu.ru/>
2. Российская государственная библиотека (РГБ) (информационно-справочная система) Режим доступа: <http://www.rsl.ru>
3. Российская национальная библиотека (информационно-справочная система) Режим доступа: <http://www.nlr.ru>
4. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
Режим доступа: <http://school-collection.edu.ru/>
5. Российский общеобразовательный портал
Режим доступа: <http://www.school.edu.ru/>
6. Безопасность жизнедеятельности (профессиональная база данных)
Режим доступа: <http://www.kornienko-ev.ru/BCYD/index.html>
7. Информационно образовательный портал по безопасности (профессиональная база данных) Режим доступа: <http://Obj.ru/>
8. Информационно – справочный портал Охрана труда и Безопасность жизнедеятельности Режим доступа: <http://ohrana-bgd.narod.ru>
9. Информационный портал по Безопасности жизнедеятельности
Режим доступа: <http://www.bezzhd.ru>