

**УТВЕРЖДЕНО:**

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

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ  
 ДИСЦИПЛИНЫ (СПО)**

**ОУД.06 ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
 основной профессиональной образовательной программы среднего  
 профессионального образования – программы подготовки специалистов среднего  
 звена  
 по специальности: *40.02.01 Право и организация социального обеспечения*  
 Квалификация: юрист  
 год начала подготовки: 2022

**Разработчики:**

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

**Методические указания согласованы и одобрены руководителем ППСЗ:**

должность	ученая степень и звание, ФИО
<i>руководитель ОПОП СПО ППСЗ</i>	<i>Григорьева А.А.</i>

## Содержание

1. Общие положения
2. Практические занятия
3. Самостоятельная работа
4. Информационное обеспечение обучения

## **1. Общие положения.**

Для более глубокого усвоения студентом дисциплины предусмотрены различные виды занятий: лекции, практические занятия, семинары, самостоятельная работа и т.д.

В данной методическом сопровождении рабочей программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» предлагаются определенные формы проведения занятий.

Значительное внимание также уделено организации самостоятельной работы студента, как необходимого условия глубокого понимания и усвоения изучаемого материала.

## **2. 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 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 практических занятий

<b>Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья</b>	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
<b>Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	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.	6
<b>Тема 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.</b>	Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции. Особенности службы в армии, изучение и освоение методик проведения строевой подготовки.	9
<b>Тема 4. Основы медицинских знаний</b>	Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях. Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.	4

### 3. Самостоятельная работа.

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 обучающегося:*

- 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 со справочной и специальной литературой.

### **Тематика самостоятельной работы студентов.**

<b>Тема 1. Обеспечение личной безопасности и сохранения здоровья</b>	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Доклады: Табачный дым и влияние курения на здоровье человека. Наркотики и алкоголь, их влияние на здоровье человека.	4
<b>Тема 2. Государственная система обеспечения безопасности населения</b>	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Доклад: Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.	6

<b>Тема 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.</b>	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Доклад: Служба в ВС РФ - почетная обязанность гражданина РФ. Реферат: Особенности профессиональной деятельности в ВС РФ.	<b>9</b>
<b>Тема 4. Основы медицинских знаний</b>	<b>Самостоятельная работа обучающихся:</b> Реферат: Общие правила оказания первой помощи. Правила первой помощи при ранениях».	<b>4</b>

#### 4. Информационное обеспечение обучения.

##### Основные источники:

Безопасность жизнедеятельности: учебник/ Н.В.Косолапова, Н.А. Прокопенко. – М.: КноРус, 2021 Режим доступа <https://www.book.ru/book/939218>

##### Дополнительные источники:

Латчук В.Н., Марков В.В ОБЖ.10 кл. Учебник. (базовый уровень) М.: ООО «Дрофа», 2019