

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Магнитогорский государственный технический университет
им. Г. И. Носова»
Многопрофильный колледж



УТВЕРЖДАЮ
Директор
С.А. Махновский
«27» февраля 2019 г.


ОПЦ.08 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**«общепрофессиональный цикл»
программы подготовки специалистов среднего звена
специальности 08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений**

**Методические указания
для студентов заочной формы обучения**

Магнитогорск, 2019

ОДОБРЕНО

Предметной комиссией
«Физической культуры и БЖ»
Председатель  /Е.А. Киреева
Протокол № 6 от 20.02.2019 г.

Методической комиссией

Протокол №5 от 21.02.2019 г

Составитель:

преподаватель ФГБОУ ВО «МГТУ им. Г.И. Носова» МпК, Мадина Тахировна Гайсина

Методические указания по учебной дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» составлены в соответствии с требованиями к минимуму результатов освоения учебной дисциплины, изложенными в Федеральном государственном стандарте среднего профессионального образования по специальности 08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от «10» января 2018 г. № 2, и призваны помочь студентам заочной формы обучения в самостоятельной работе по изучению материалов учебной дисциплины.

Методические указания содержат рекомендации по изучению теоретического блока, задания и общие рекомендации по выполнению контрольной работы, а также включает вопросы и задания к дифференцированному зачету.

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ».....	5
2 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ ..	12
4 ВАРИАНТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ.....	13
5 ВОПРОСЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОМУ ЗАЧЕТУ/ЭКЗАМЕНУ	21
ПРИЛОЖЕНИЕ А ОБРАЗЕЦ ОФОРМЛЕНИЯ ТИТУЛЬНОГО ЛИСТА КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ.....	23
ПРИЛОЖЕНИЕ Б ОБРАЗЕЦ ОФОРМЛЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ ..	24
ПРИЛОЖЕНИЕ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ МАРШРУТ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ ЗАОЧНОЙ ФОРМЫ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ	25

ВВЕДЕНИЕ

Методические указания для студентов заочной формы обучения по учебной дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» предназначены для реализации программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом по специальности 08.02.01 Строительство и эксплуатация зданий и сооружений.

Самостоятельная работа при заочной форме обучения является основным видом учебной деятельности и предполагает следующее:

- самостоятельное изучение теоретического материала;
- выполнение контрольной работы;
- подготовку к промежуточной аттестации.

Настоящие методические указания составлены в соответствии с рабочей программой учебной дисциплины и включают варианты контрольной работы для студентов заочной формы

Цель методических указаний – помочь студентам при самостоятельном освоении программного материала и выполнении домашней контрольной работы.

Методические указания включают:

1. Общую характеристику учебной дисциплины.
2. Содержание тематического плана учебной дисциплины.
3. Методические рекомендации по выполнению контрольной работы.
4. Варианты контрольной работы.
5. Задания для дифференцированного зачета.
6. Образец оформления титульного листа контрольной работы.
7. Образец оформления содержания контрольной работы.
8. Образовательный маршрут обучающегося заочной формы по учебной дисциплине.

Наряду с настоящими методическими указаниями студенты заочной формы обучения должны использовать учебно-методическую документацию по учебной дисциплине, включающую рабочую программу; методические указания для практических занятий, учебное пособие.

Перечень учебно-методического и информационного обеспечения реализации программы учебной дисциплины представлен в рабочей программе на образовательном портале.

Образовательный маршрут

Учебным планом для студентов заочной формы обучения предусматриваются теоретические и практические занятия самостоятельная работа студентов.

Обзорные лекции проводятся по сложным для самостоятельного изучения темам программы и должны помочь студентам систематизировать результаты самостоятельных занятий.

Проведение практических занятий ориентировано на закрепление теоретических знаний, полученных при самостоятельном изучении и на обзорных лекциях, и приобретение необходимых компетенций по изучаемой дисциплине.

Обязательным условием освоения дисциплины является выполнение одной контрольной работы. Методические указания устанавливают единые требования к выполнению и оформлению контрольной работы.

По итогам изучения дисциплины проводится дифференцированный зачет. Перечни вопросов и варианты заданий представлены в разделе 5.

Образовательный маршрут обучающегося заочной формы по учебной дисциплине представлен в приложении В.

1 ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

1.1 Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Учебная дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» относится к общепрофессиональному учебному циклу.

Освоению учебной дисциплины предшествует изучение учебных дисциплин БД.10 «Основы безопасности жизнедеятельности».

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» является предшествующей для изучения следующих учебных дисциплин, профессиональных модулей:

ЕН.03 Экологические основы природопользования

ПМ.01 Участие в проектировании зданий и сооружений;

ПМ.02 Выполнение технологических процессов при строительстве, эксплуатации и реконструкции строительных объектов.

1.2 Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Содержание дисциплины ориентировано на подготовку обучающихся к освоению профессиональных модулей программы подготовки специалистов среднего звена по специальности и овладению следующими общими и профессиональными компетенциями:

ПК 3.5. Обеспечивать соблюдение требований охраны труда, безопасности жизнедеятельности и защиту окружающей среды при выполнении строительно-монтажных, в том числе отделочных работ, ремонтных работ и работ по реконструкции и эксплуатации строительных объектов;

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 подготовленности.

<i>Код ПК/ ОК</i>	<i>Умения</i>	<i>Знания</i>
ПК 3.5. Обеспечивать соблюдение требований охраны труда, безопасности жизнедеятельности и защиту окружающей среды при выполнении строительно-монтажных, в том числе отделочных работ, ремонтных работ и работ по реконструкции и эксплуатации строительных объектов;	У1. организовывать и проводить мероприятия по защите работников и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций; У2. предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту; У3. использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения; У7. применять первичные средства пожаротушения; У8. оказывать первую помощь;	32. меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах; 36. основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации; 38. порядок и правила оказания первой помощи; 310. способы защиты населения от оружия массового поражения;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей;	У06.1 отстаивать активную гражданско-патриотическую позицию; У06.3 проявлять базовые общечеловеческие, культурные и национальные ценности российского государства в современном сообществе;	З06.1 сущность гражданско-патриотической позиции, традиционных общечеловеческих ценностей; З06.6 стандарты антикоррупционного поведения и последствия его нарушения;
ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;	У07.4 оценивать чрезвычайную ситуацию; У07.5 составлять алгоритм действий при чрезвычайной ситуации и определять необходимые ресурсы для её устранения.	З07.2 документацию и правила по охране труда и технике безопасности в профессиональной деятельности; З07.5 основные виды чрезвычайных событий природного и техногенного происхождения, опасные явления, порождаемые их действием;
ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;		З08.2 основы здорового образа жизни.

1.3 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы (заочно)

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы	72
в том числе:	
лекции, уроки	4
лабораторные занятия	Не предусмотрено
практические занятия	4
курсовая работа (проект)	Не предусмотрено
консультации	
Самостоятельная работа	64
Промежуточная аттестация	Дифференцированный зачет
в том числе:	
итоговая контрольная работа	Не предусмотрено
домашняя контрольная работа №1	3 курс
домашняя контрольная работа №2	Не предусмотрено

2 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Введение

Входной контроль. Входной контроль. Инструктивный обзор программы учебной дисциплины и знакомство студентов с основными условиями и требованиями к освоению общих и профессиональных компетенций. Безопасность жизнедеятельности: основные понятия и определения. Опасность, потенциальная опасность, риск.

Раздел I. ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАЩИТЫ И ЖИЗНЕОБЕСПЕЧЕНИЯ НАСЕЛЕНИЯ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

Тема 1.1. Правовые и нормативно – технические основы безопасности жизнедеятельности.

Основные понятия и термины по теме: Федеральные законы, совет безопасности, пожарная безопасность, контртеррористическая операция.

План изучения темы:

Федеральные законы:

- Конституция РФ
- «О защите населения и территории от ЧС природного и техногенного характера»
- «О безопасности»
- «О пожарной безопасности»
- «О безопасности дорожного движения»
- «О противодействии терроризму»

Тема 1.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Гражданская оборона на объектах экономики

Основные понятия и термины по теме: Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), функциональные и территориальные подсистемы, уровни РСЧС: федеральный, межрегиональный, региональный, муниципальный и объектовый, режимы функционирования; Гражданская оборона, войска ГО, нештатные аварийно-спасательные формирования (НАСФ).

Оповещение, дегазация, дезактивация, дезинфекция, экспозиция, санитарная обработка людей, частичная санитарная обработка, полная санитарная обработка людей, эвакуация, сборный эвакуационный пункт, приемный эвакуационный пункт,

План изучения темы:

1. Основная цель создания, задачи, структура Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Силы и средства РСЧС.

2. Задачи и основные мероприятия гражданской обороны. Силы и средства, обеспечивающие безопасность объектов экономики

3. Функции и задачи *нестатных аварийно-спасательных формирований* (НАСФ) в условиях чрезвычайных ситуаций на производственном объекте.

4. Оповещение и информирование населения в условиях ЧС.

5. Медицинская, транспортная, противорадиационная и противохимическая служба защиты. Организация аварийно-спасательных и других неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций (АСДНР).

6. Обеззараживание территории: дегазация, дезактивация, дезинфекция. Санитарная обработка людей.

7. Особенности проведения АСДНР на территории, загрязненной радиоактивными и отравляющими (аварийно-химическими опасными) веществами, а также при стихийных бедствиях.

Практическое занятие № 1. Оповещение о ЧС. Изучение алгоритма действий при эвакуации из здания.

Тема 1.3. Защита населения и территорий при стихийных бедствиях

Основные понятия и термины по теме: Чрезвычайная ситуация, стихийное бедствие, сель, затор, зажор, ураган, абразия, обвал; лесной, степной, торфяной пожары; эпидемия, заболеваемость, смертность, летальность, карантин, обсервация, эпизоотия, эпифитотия.

План изучения темы:

1. Общие сведения о чрезвычайных ситуациях. 2. Общие сведения о чрезвычайных ситуациях природного характера.
3. Защита при землетрясениях, извержениях вулканов, сходе лавин, селях, оползнях.
4. Защита при снежных заносах, ураганах, бурях, смерчах, метели, вьюге, грозах.
5. Защита при наводнениях, лесных, степных и торфяных пожарах.
6. Массовые заболевания: эпидемия, эпизоотия, эпифитотия. Обеспечение безопасности при эпидемии.

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

Основные понятия и термины по теме: химически опасный объект, АХОВ (аварийно химически опасные вещества), химическая авария, токсическая доза, предельно допустимая концентрация (ПДК), радиационно опасный объект, радиационная авария, ионизирующее излучение, внешнее и внутреннее облучение, пожаро- и взрывоопасные объекты, детонация, гидродинамически опасный объект, верхний бьеф, нижний бьеф, плотина, дамба, запруда, волна прорыва, декомпрессия, прогнозирование.

План изучения темы:

1. Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
2. Защита при авариях на химически опасных объектах (ХОО).
3. Защита при авариях на радиационно-опасных объектах (РОО).
4. Защита при авариях на гидродинамически опасных объектах (ХОО). Защита при авариях на пожаро- и взрывоопасных объектах (ПВОО).
5. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения.
6. Назначение мониторинга и прогнозирования. Задачи прогнозирования ЧС. Выявление обстановки и сбор информации. Прогнозная оценка обстановки, этапы и методы. Использование данных мониторинга для защиты населения и предотвращения ЧС.

Практическое занятие № 2. Отработка действий при возникновении радиационной аварии. Оценка радиационной обстановки.

Практическое занятие № 3. Правила безопасного поведения при пожарах, использование первичных средств пожаротушения.

Тема 1.5. Классификация негативных факторов

Основные понятия и термины по теме: антропогенные факторы, производственная деятельность, психология безопасности труда, физические, химические, биологические,

психофизиологические опасные и вредные производственные факторы, микроклимат, параметры микроклимата.

План изучения темы:

1. Источники и характеристики основных негативных факторов и особенности их действия на человека.

2. Защита человека и среды обитания от вредных и опасных факторов антропогенного и техногенного происхождения.

3. Формирование опасностей в производственной среде. Микроклимат производственных помещений. Влияние на организм человека химических веществ, магнитных полей, электромагнитных излучений, инфракрасного и лазерного излучения. Электроопасность на производстве. Опасности автоматизированных процессов.

4. Технические методы и средства защиты человека на производстве. Производственная вентиляция. Требования к искусственному производственному освещению. Средства и методы защиты от шума и вибрации. Защита от опасности поражения током.

Практическое занятие № 4. Планирование мероприятий для снижения уровня опасностей в профессиональной деятельности и быту.

Практическое занятие № 5. Исследование и анализ параметров микроклимата рабочей зоны.

Тема 1.6. Устойчивость функционирования объектов экономики в условиях чрезвычайных ситуаций

Основные понятия и термины по теме: устойчивость объекта экономики, декларация безопасности, факторы, определяющие устойчивость.

План изучения темы:

1. Общие понятия об устойчивости объектов экономики в чрезвычайных ситуациях. Факторы, определяющие устойчивость.

2. Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России.

3. Обеспечение надежной защиты рабочих и служащих, повышение надежности инженерно-технического комплекса, обеспечение надежности и оперативности управления производством, подготовка объектов к переводу на аварийный режим работы, подготовка к восстановлению нарушенного производства.

Практическое занятие № 6. Терроризм – как угроза национальной безопасности России.

РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ

Тема 2.1. Основы обороны государства

Основные понятия и термины по теме: национальная безопасность, экстремизм, сепаратизм, военная доктрина, военная организация государства.

План изучения темы:

1. Обеспечение национальной безопасности РФ.

2. Национальные интересы России. Военная доктрина РФ.

3. Обеспечение военной безопасности РФ.

Тема 2.2. Защита населения и территорий при чрезвычайных ситуациях военного времени

Основные понятия и термины по теме: конфронтация, ядерное оружие, химическое оружие, биологическое (бактериологическое) оружие, отравляющие вещества, болезнетворные микробы, осколочные боеприпасы, кумулятивные, зажигательные боеприпасы, напалм, пирогель, «электрон», термитные составы, убежище, противорадиационное укрытие, простейшие укрытия (щели), противогаз, респиратор, ватно-марлевая повязка, противопыльная тканевая маска, лёгкий защитный костюм, общевойсковой защитный костюм.

План изучения темы:

1. Оружия массового поражения: ядерное, химическое, бактериологическое (биологическое) оружие.
2. Современные боеприпасы. Новые виды оружия массового поражения.
3. Средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения.
4. Правила поведения и действия людей в зонах радиоактивного, химического и бактериологического (биологического) заражения.

Тема 2.3. Вооруженные Силы России на современном этапе

Основные понятия и термины по теме: вид ВС, род войск, сухопутные войска, воздушно-космические силы, военно-морской флот, воздушно-десантные войска, ракетные войска стратегического назначения, космические войска, материально-техническое обеспечение, войска не входящие в виды и рода войск ВС РФ.

План изучения темы:

1. Состав и организационная структура Вооруженных Сил России.
2. Виды Вооруженных Сил и рода войск.
3. Система руководства и управления Вооруженными Силами.
4. Войска не входящие в виды и рода войск ВС РФ и их назначение.
5. Современные виды вооружения и военной техники.

Тема 2.4. Прохождение военной службы

Основные понятия и термины по теме: альтернативная гражданская служба, военная служба по контракту, внутренняя служба, должность, звание, сержант, старшина, прапорщик, мичман, младшие офицеры, старшие офицеры, высшие офицеры, военная форма одежды, знаки различия, эмблема.

План изучения темы:

1. Воинская обязанность и комплектование Вооруженных Сил личным составом.
2. Порядок прохождения военной службы, по контракту.
3. Альтернативная гражданская служба.
4. Составы и воинские звания военнослужащих Вооруженных Сил РФ. Порядок присвоения воинского звания. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих.
5. Анализ перечня военно-учетных специальностей, связанных с применением полученных профессиональных знаний.

Тема 2.5. Практическая подготовка по основам военной службы (для юношей)

Практическое занятие № 7. Размещение и быт военнослужащих.

- Практическое занятие № 8.** Организация внутренней службы.
- Практическое занятие № 9.** Строевая подготовка.
- Практическое занятие № 10.** Огневая подготовка.
- Практическое занятие № 11.** Тактическая подготовка.
- Практическое занятие № 12.** Физическая подготовка.
- Практическое занятие № 13.** Радиационная, химическая и биологическая защита.
- Практическое занятие № 14.** Военно-медицинская подготовка.

Тема 2.5 Основы медицинских знаний (для девушек)

Практическое занятие № 7. Понятие первой (доврачебной) помощи. Общие правила оказания первой помощи.

Практическое занятие № 8. Общие сведения о ранах, осложнениях ран, способах остановки кровотечений и обработки ран.

Практическое занятие № 9. Понятие о десмургии. Правила наложения повязок при ранениях головы, туловища, верхних и нижних конечностей.

Практическое занятие № 10. Первая (доврачебная) помощь при ушибах, переломах, вывихах, растяжениях связок и синдроме длительного сдавления.

Практическое занятие № 11. Первая (доврачебная) помощь при ожогах.

Практическое занятие № 12. Первая (доврачебная) помощь при поражении электрическим током.

Практическое занятие № 13. Первая (доврачебная) помощь при утоплении.

Практическое занятие № 14. Первая (доврачебная) помощь при перегревании, переохлаждении организма, при обморожении и общем замерзании.

Практическое занятие № 15. Первая (доврачебная) помощь при отравлении.

Практическое занятие № 16. Доврачебная помощь при клинической смерти. Совершенствование на тренажере навыков оказания первой помощи при клинической смерти.

Практическое занятие № 17. Оказание первой медицинской помощи при укусах змей, насекомых и животных.

Практическое занятие № 18. Радиационная, химическая и биологическая защита.

Практическое занятие № 19. Основы стрельбы из огнестрельного оружия.

Практическое занятие № 20. Практическая стрельба.

3 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

Контрольная работа является наиболее значимым элементом самостоятельной работы для студентов заочной формы обучения. Выполнение контрольной работы помогает лучше изучить основные положения изучение программного материала должно способствовать формированию у студентов управленческого мышления, общих и профессиональных компетенций.

Особое внимание в контрольной работе отводится изучению: защиты населения и территорий при стихийных бедствиях, при авариях на производственных объектах, источники и характеристики основных негативных факторов и особенности их действия на человека, формирования опасностей в производственной среде, микроклимата производственных помещений, общие понятия об устойчивости объектов экономики в чрезвычайных ситуациях, правовых и нормативно – технических основ безопасности жизнедеятельности, государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, основы обороны государства, защиты населения от оружия массового поражения, вооруженные Силы России на современном этапе, прохождение военной службы, первой медицинской помощи.

При написании контрольной работы студенты изучают значительный теоретический материал; знакомятся с основными понятиями и категориями учебной дисциплины; приобретают навыки работы с основной и дополнительной литературой; учатся анализировать теоретический материал.

Выполнение домашней контрольной работы определяет степень усвоения студентами изучаемого материала, умение анализировать, систематизировать теоретические положения и применять полученные знания при решении практических задач.

Предлагается 15 вариантов контрольных работ. Каждый вариант включает:

- 1) два теоретических вопросы по разным темам учебного курса, чтобы при выполнении контрольной работы студенты могли наиболее полно изучить учебный материал;
- 2) типовые практические задания, содержащие условную ситуацию, которая отражает различные модели, аналитические ситуации.

При выполнении контрольной работы необходимо воспользоваться литературой, список которой приводится в рабочей программе на образовательном портале.

Выполнение контрольных работ является обязательным, своевременная сдача контрольных работ является условием допуска к промежуточной аттестации по дисциплине.

Обращаем Ваше внимание, что выполнение контрольных работ – обязательно. Своевременная сдача контрольных работ является условием допуска к промежуточной аттестации по дисциплине.

Студенты заочной формы обучения обязаны выполнить контрольную работу в письменном виде и представить ее ведущему преподавателю соответствующей дисциплины не позднее чем за 14 дней до начала сессии. Допускается отправка контрольных работ по почте.

Если домашняя контрольная работа выполнена не в полном объеме или не в соответствии с требованиями, то работа возвращается студенту на доработку с указанием в рецензии выявленных замечаний. Вариант с замечаниями необходимо приложить к исправленному варианту.

Номер варианта контрольной работы определяется по двум последним цифрам шифра (номер зачетки).

Получив вариант контрольной работы, обучающийся должен:

- 1) изучить настоящие методические указания для студентов заочной формы обучения;
- 2) внимательно ознакомиться с вопросами (теоретическими и практическими) варианта;
- 3) подобрать соответствующие учебно-методические пособия, изданные в колледже, учебную литературу, нормативные и нормативно-правовые документы;

- 4) ознакомиться с подобранной информацией;
- 5) выполнить задания по теоретическим вопросам, составив, в зависимости от задания, конспект, таблицу, схему, план ответа и др.
- 6) решить задачи, предварительно изучив типовые образцы по теме, используя учебно-методические пособия, изданные в колледже.
- 7) оформить работу в соответствии с требованиями к оформлению.

Требования к оформлению контрольной работы

Контрольная работа выполняется на одной стороне белой нелинованной бумаги формата А4 печатным способом на печатающих устройствах вывода ЭВМ (компьютерная распечатка). Ответ на теоретический вопрос следует начинать с нового листа.

Текст контрольной работы следует выполнять, соблюдая размеры полей: левое – 20 мм, правое – 10 мм, верхнее – 20 мм, нижнее – 20 мм, абзацный отступ – 10 мм.

Текст выполняется через 1,5 интервала, основной шрифт Times New Roman, предпочтительный размер шрифта 12-14, цвет – черный. Разрешается использование компьютерных возможностей акцентирования внимания на определенных терминах, формулах, применяя шрифты разной гарнитуры. Страницы должны быть пронумерованы.

Контрольная работа включает в себя следующие разделы:

- титульный лист,
- содержание,
- основная часть,
- список использованной литературы.

Титульный лист является первой страницей работы. Пример оформления титульного листа приводится в приложении А.

Содержание должно отражать все материалы, помещенные в контрольную работу. Слово «Содержание» записывают в виде заголовка с прописной буквы симметрично тексту. В содержание включают наименование всех разделов (они соответствуют наименованию заданий). Пример оформления содержания приводится в приложении Б.

Содержание основной части работы должно соответствовать заданию в соответствии с вариантом методических указаний. Расчеты должны быть проведены по действующим методикам.

В конце работы приводится список литературы. Список использованной литературы должен содержать сведения обо всех источниках, использованных при выполнении работы. Заголовок «Список использованной литературы» записывают симметрично тексту с прописной буквы. Источники нумеруют арабскими цифрами в порядке их упоминания в контрольной работе либо в алфавитном порядке.

Далее представлены примеры выполнения типовых заданий.

Примеры выполнения типовых заданий

№	Наименование раздела/темы	Оценочные средства (задания) для самостоятельной внеаудиторной работы
---	---------------------------	---

1	<p>Тема 1.3. Защита населения и территорий при стихийных бедствиях</p>	<p>Текст задания: Заполнить таблицу «ЧС природного характера», охарактеризуйте стихийные бедствия в различных группах возникновения. Цель: – систематизация материала; – кодировка материала при помощи таблиц; – активизация познавательной деятельности. Рекомендации по выполнению задания: При работе с информационным текстом можно использовать метод составления таблиц. Таблица помогает систематизировать информацию, проводить параллели между явлениями, событиями или фактами. Данные таблицы помогают увидеть не только отличительные признаки объектов, но и позволяют быстрее и прочнее запоминать информацию. 1. При составлении таблицы необходимо выделить главное в теме. 2. Четко и кратко заполнить таблицу. 3. Сделать вывод.</p> <table border="1" data-bbox="488 779 1481 1939"> <thead> <tr> <th>Группы ЧС</th> <th>ЧС</th> <th>Определение</th> <th>Поражающие факторы</th> <th>Модель поведения человека</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="6">Геологические</td> <td>Землетрясения</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Вулканы</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Сели</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Оползни</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Обвалы</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Снежные лавины</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td rowspan="3">Метеорологические</td> <td>Ураган</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Буря</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Смерч</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td rowspan="2">Гидрологические</td> <td>Наводнение</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Цунами</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td rowspan="3">Природные пожары</td> <td>Лесные,</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>степные,</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>торфяные</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td rowspan="3">Биологические</td> <td>Эпидемии</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Эпизоотии</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Эпифитотии</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Группы ЧС	ЧС	Определение	Поражающие факторы	Модель поведения человека	Геологические	Землетрясения				Вулканы				Сели				Оползни				Обвалы				Снежные лавины				Метеорологические	Ураган				Буря				Смерч				Гидрологические	Наводнение				Цунами				Природные пожары	Лесные,				степные,				торфяные				Биологические	Эпидемии				Эпизоотии				Эпифитотии			
Группы ЧС	ЧС	Определение	Поражающие факторы	Модель поведения человека																																																																												
Геологические	Землетрясения																																																																															
	Вулканы																																																																															
	Сели																																																																															
	Оползни																																																																															
	Обвалы																																																																															
	Снежные лавины																																																																															
Метеорологические	Ураган																																																																															
	Буря																																																																															
	Смерч																																																																															
Гидрологические	Наводнение																																																																															
	Цунами																																																																															
Природные пожары	Лесные,																																																																															
	степные,																																																																															
	торфяные																																																																															
Биологические	Эпидемии																																																																															
	Эпизоотии																																																																															
	Эпифитотии																																																																															
2	<p>Тема 1.5. Классификация негативных</p>	<p>Текст задания: Изучив страницы 23-27 основного источника 1 Безопасность жизнедеятельности: Учеб. Пособие/Под ред. В.М. Масловой, - 3-е изд.,</p>																																																																														

факторов	<p>перераб. и доп. – М.: Вузовский учебник: ИНФРА-М, 2015 – 240 с - Режим доступа: https://new.znaniium.com/read?id=12458 – Загл. с экрана, выписать все опасные и вредные негативные факторы в своей будущей профессии, дать подробную характеристику любому фактору (влияние на организм, профилактика). Заполнить таблицу: «Опасные и вредные негативные факторы в моей профессии».</p> <p>Цель:</p> <ul style="list-style-type: none"> – систематизация материала – кодировка материала при помощи таблиц – активизация познавательной деятельности. <p>Рекомендации по выполнению задания:</p> <p>При работе с информационным текстом можно использовать метод составления таблиц. Таблица помогает систематизировать информацию, проводить параллели между явлениями, событиями или фактами. Данные таблицы помогают увидеть не только отличительные признаки объектов, но и позволяют быстрее и прочнее запоминать информацию.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. При составлении таблицы необходимо выделить главное в теме. 2. Четко и кратко заполнить таблицу. 3. Сделать вывод. <p>Форма контроля:</p> <ul style="list-style-type: none"> – представление таблицы – обсуждение составленных таблиц, оценка
----------	--

4 ВАРИАНТЫ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

1 вариант

Теоретические вопросы

1. Анализ состояния безопасности дорожного движения и государственные меры по снижению дорожно-транспортной аварийности в России.
2. Обеззараживание территории: дегазация, дезактивация, дезинфекция. Организация и проведение санитарной обработки людей.

Практическое задание

При оказании первой медицинской помощи поражённому *отравляющими веществами* (ОВ) или *аварийно-химическими опасными веществами* (АХОВ) в большинстве случаев делается искусственное дыхание. Однако при поражении некоторыми веществами делать искусственное дыхание категорически запрещается.

Определить:

- а) при поражении какими ОВ и АХОВ нельзя делать искусственное дыхание и почему?
- б) чем и как можно заменить искусственное дыхание, если в нём возникает крайняя необходимость?

2 вариант

Теоретические вопросы

1. Правовые и нормативно – технические основы безопасности жизнедеятельности. Федеральные Законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О пожарной безопасности», «О безопасности», «О безопасности дорожного движения», «О противодействии терроризму» и др.
2. Защитные инженерные сооружения. Их характеристика и предназначение.

Практическое задание

9 ноября 2001 года по телевидению сообщили, что на пути следования товарного состава (в одном из вагонов – отходы ядерного топлива, перевозимого из Болгарии в Красноярский край) произошла авария. Состав сошёл с рельсов. Все жители ближайших мест были срочно эвакуированы. По информации уровень радиации отходов ядерного топлива составляет 3000мкР/ч.

Определить:

- а) Какую реальную опасность представляют отходы ядерного топлива в случае их разгерметизации?
- б) Возможно ли использование ядерных отходов террористами, и с какой целью?

3 вариант

Теоретические вопросы

1. Микроклимат помещений. Нормирование параметров микроклимата в производственных помещениях. Мероприятия по обеспечению комфортных климатических условий.
2. Эвакуация. Организация и выполнение эвакуационных мероприятий.

Практическое задание

Это вещество, кроме своего обычного назначения, нередко ещё именуется как невидимый яд. Он действительно не имеет ни цвета, ни запаха, и наши органы чувств этот газ не ощущают. Из-за этого коварного свойства он унёс немало человеческих жизней. При лёгкой степени отравления у человека начинает болеть и кружиться голова, шумит в ушах, темнеет в глазах, ощущается тошнота, рвота, мышечная слабость.

Определить:

- а) Как называется это вещество?
- б) Какие средства защиты использовать при появлении вещества в атмосфере?

4 вариант

Теоретические вопросы

1. Устойчивость функционирования объектов экономики в условиях чрезвычайных ситуаций.
2. Состав и организационная структура Вооруженных Сил России.

Практическое задание

«Набат во всех церквях бьют, со всех улиц слышен крик, и вопль человеческий, и рев испуганного скота... Полнеба в дыму и огне, искры и палки во все стороны несет, а пламя словно пляшет кругом, шарахаясь из стороны в сторону над тесовыми крышами. Буря вдруг сорвалась – загудело все, завывло. Словно молнии, огненными полосами заметались по черному небу пылающие головни и летят по всему Кремлю и за кремлевские стены. Душно становится от дыма и гари, жаром издали пышет в лицо и светло, как днем. Гул, шум и набат. Хруст и треск идет от горячих изб и хором, а человеческие вопли сливаются с шумом и грохотом бури».

(Фрагмент из романа В. Язвицкого «Иван III – Государь Всея Руси»).

Определить:

- а) Почему на Руси в XIII – XV в.в. часто случались пожары?
- б) Как население узнало о пожаре?
- в) Что способствовало усилению и распространению огня?
- г) Как следует действовать в рассмотренной ситуации?

5 вариант

Теоретические вопросы

1. Массовые заболевания: эпидемия, эпизоотия, эпифитотия. Профилактика возникновения заболеваний. Действия населения.
2. Гражданская оборона на объектах экономики. Функции и задачи *нештатных аварийно-спасательных формирований* (НАСФ) в условиях чрезвычайных ситуаций на производственном объекте.

Практическое задание

Пешеход сбит машиной. Он отлетел в сторону, сильно ударился головой о мостовую. Пострадавший потерял сознание на короткое время. Что случилось – не помнит. Жалуется на головную боль, головокружение, тошноту, рвоту. В затылочной области имеется ушибленная рана, из слуховых проходов кровянистые выделения. Явных признаков повреждения костей нет. Чем обусловлена тяжесть состояния пострадавшего, и какая первая медицинская помощь необходима? Назовите основные правила транспортировки при данном повреждении.

6 Вариант

Теоретические вопросы

1. Воздействие на организм химически опасных веществ.
2. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Условия и порядок их применения.

Практическое задание

В Москве в 1961 году был непреднамеренный случай завоза натуральной оспы гражданином другого государства. Тогда от вирусоносителя заболели 60 человек. Инкубационный период этого заболевания 14 дней, и если не принять срочных мер, распространение этой болезни может приобрести угрожающий характер на огромной территории. Из 60 заболевших летальных исходов не было. Всему населению Москвы была проведена экстренная вакцинация, и распространение натуральной оспы не произошло.

Определить:

- а) Дать характеристику опасного инфекционного заболевания – натуральной оспы, являющегося компонентом бактериологического оружия.
- б) Охарактеризовать медицинские средства и способы лечения от натуральной оспы.

7 вариант

Теоретические вопросы

1. Обеспечение национальной безопасности РФ. Национальные интересы России. Военная доктрина РФ. Обеспечение военной безопасности РФ.
2. Медицинские средства защиты: аптечка индивидуальная (АИ-2), индивидуальный противохимический пакет (ИПП-10, ИПП-11).

Практическое задание

Составить алгоритм действий при возникновении ЧС природного характера: метеорологические стихийные бедствия.

8 вариант

Теоретические вопросы

1. Терроризм – как угроза национальной безопасности России. Правила поведения людей при возможных террористических проявлениях.
2. Безопасность жизнедеятельности и бытовая среда.

Практическое задание

Герой русских сказок – Соловей-разбойник свистом убивал путников. Ударная волна, созданная звуком 190 дБ, может убить человека. На дискотеке шумы динамиков могут достигать 120 дБ. На сколько процентов нужно увеличить громкость динамиков, чтобы они превратились в соловья-убийцу?

9 вариант

Теоретические вопросы

1. Чрезвычайные ситуации природного характера. Способы защиты.

2. Кондиционирование как наиболее современный вид промышленной вентиляции.

Практическое задание

Мотоциклист столкнулся с легковой машиной, в результате получил травму обеих голеней. Конфигурация костей голени нарушена, имеется их патологическая подвижность, что вызывает сильнейшие боли. На правой голени видна рана, через которую выступает острый обломок большеберцовой кости. Какое повреждение получил мотоциклист? Каков порядок оказания помощи? Как поступить с имеющейся раной и произвести иммобилизацию конечностей при отсутствии специальных шин?

10 Вариант

Теоретические вопросы

1. Военская дисциплина, ее сущность и значение.
2. Культура безопасности. Контркультура деструктивности.

Практическое задание

Стоящий в автобусе мужчина внезапно упал. Мышцы конечностей, шеи, лица беспорядочно сокращаются. Судороги сопровождаются резким поворотом головы в сторону, изо рта выделяется пена. Лицо синюшное, одутловатое, дыхание шумное. Через 2-3 минуты судороги прекратились, дыхание стало ровным, как у спящего человека. Каким заболеванием страдает мужчина? Чем опасен приступ? Какова первая помощь?

11 Вариант

Теоретические вопросы

1. Права и ответственность военнослужащих. Виды ответственности, установленные для военнослужащих.
2. ЧС техногенного характера. Причины аварий и катастроф. Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

Практическое задание

В результате загорания и взрыва емкости с бензином у автолюбителя воспламенилась одежда. С помощью брезента пламя затушено. Тлеющая одежда залита водой. Имеются ожоги лица. Состояние пострадавшего быстро ухудшается: он заторможен, безучастен, пульс частый, дыхание поверхностное. Чем объясняется тяжелое состояние пострадавшего? Какова первая помощь?

12 Вариант

Теоретические вопросы

1. Военские звания военнослужащих. История создания.
2. Классификация негативных факторов. Защита человека и среды обитания от вредных и опасных факторов антропогенного и техногенного происхождения.

Практическое задание

Моделирование ситуаций возникновения ЧС на транспорте и составление алгоритма действий для спасения жизни и здоровья человека. Составить алгоритм действий при возникновении ЧС на транспорте:

- дорожно-транспортное происшествие
- авария на общественном транспорте
- авария в метро.

13 Вариант

Теоретические вопросы

1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС): цель, задачи, структура, режимы функционирования.
2. Пожаро- и взрывоопасные объекты (ПВОО). Защита при авариях на пожаро- и взрывоопасных объектах (ПВОО).

Практическое задание

Девочка 12 лет делала ингаляции – дышала паром над кастрюлей с содовым раствором. Голова закрыта полотенцем. К ней тихо подошел младший братишка и дернул за руку. От неожиданности девочка рукой опрокинула кастрюлю с кипятком на себя. Грудь, живот, промежность, бедра – все обожжено. Сильнейшая боль! Что необходимо сделать в этой ситуации в первую очередь и что потом?

14 вариант

Теоретические вопросы

1. Современные боеприпасы. Новые виды оружия массового поражения. Защита населения от оружия массового поражения.
2. Качественный и количественный анализ производственных опасностей. Риск.

Практическое задание

Моделирование ситуаций возникновения ЧС на транспорте и составление алгоритма действий для спасения жизни и здоровья человека. Составить алгоритм действий при возникновении ЧС на транспорте:

- железнодорожные аварии
- авиационные катастрофы
- аварии на водном транспорте

15 Вариант

Теоретические вопросы

1. Защита от ионизирующих излучений.
2. Основные требования безопасности к промышленному оборудованию.

Практическое задание

Девочка двух лет зашла на кухню, где была включена духовка. Ладонью она прикоснулась к стеклу духовки и заплакала. Внутренняя поверхность правой кисти покраснела. От сильной боли девочка не дает возможность прикоснуться к руке. В какой помощи нуждается девочка?

5 ВОПРОСЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОМУ ЗАЧЕТУ

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется по завершении изучения дисциплины и позволяет определить качество и уровень ее освоения.

Форма промежуточной аттестации по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» - дифференцированный зачет.

Результаты обучения	Оценочные средства для промежуточной аттестации
ПК 3.5. – У1., У2., У3., У7., У8., 32., 36., 38., 310.	<p style="text-align: center;">Задание 1</p> <p>Дайте развернутый ответ на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Гражданская оборона, ее предназначение и задачи. Силы и средства, обеспечивающие безопасность объектов. Военская обязанность, ее определение и содержание. Комплектование.2. Военская обязанность, ее определение и содержание. Комплектование Вооруженных Сил личным составом. Порядок прохождения военной службы. <p style="text-align: center;">Задание 2</p> <p style="text-align: center;">Решите кейс-задачи:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Вы находитесь в квартире и неожиданно почувствовали острое жжение и боль во рту, горле и глазах, сильное слезотечение, кашель, резкий запах нашатыря. Вы услышали завывание сирен, включили телевизор. Там шли передачи только центрального телевидения, а приёмника местного вещания у вас нет. Вы быстро закрыли балконную дверь и форточки. Определить: а) какое отравляющее вещество проникло в вашу квартиру; б) какие срочные меры защиты необходимо принять всем членам семьи, поражённым этим веществом.2. Из здания горящего цеха выбежал человек и упал на снег. Он катается по снегу, пытаясь сбить пламя. Его рубашка на спине уже перестала тлеть, под остатками ткани видна черная кожа со множеством влажных трещин и пузырей. Выберите правильные ответы и расположите их в порядке очередности выполнения: 1. снять с пострадавшего рубашку; 2. положить его на спину; 3. перевернуть на живот; 4. набрать как можно больше пакетов со снегом и положить их на спину; 5. удалить остатки одежды и промыть кожу чистой водой; 6. обработать обожженную поверхность спиртом, одеколоном или водкой; 7. удалить остатки одежды и пузыри; 8. наложить на места ожогов стерильные повязки; 9. накрыть спину чистой простыней; 10. предложить пострадавшему 2-3 таблетки анальгина; 11. оросить ожог растительным маслом; 12. густо посыпать место ожога мукой; 13. присыпать обожженную поверхность содой; 14. предложить пострадавшему обильное теплое питье.

Критерии оценки дифференцированного зачета

–«Отлично» - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, умения сформированы, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено высоко.

–«Хорошо» - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые умения сформированы недостаточно, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, некоторые виды заданий выполнены с ошибками.

–«Удовлетворительно» - теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, необходимые умения работы с освоенным материалом в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий содержат ошибки.

–«Неудовлетворительно» - теоретическое содержание курса не освоено, необходимые умения не сформированы, выполненные учебные задания содержат грубые ошибки.

Приложение А
Образец оформления титульного листа контрольной работы

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Магнитогорский государственный технический университет
им. Г. И. Носова»
Многопрофильный колледж

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА № _____
ПО ДИСЦИПЛИНЕ
«БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Вариант _____

Выполнил (а) _____

Специальность: _____

Группа _____

Шифр _____

Преподаватель _____

Магнитогорск, 20__ г.

Приложение Б
Образец оформления содержания контрольной работы

Содержание

1	Теоретический вопрос 1 Современные боеприпасы. Новые виды оружия массового поражения. Защита населения от оружия массового поражения.	3
2	Теоретический вопрос 2 Качественный и количественный анализ производственных опасностей. Риск.	9
3	Практическое задание Моделирование ситуаций возникновения ЧС на транспорте и составление алгоритма действий для спасения жизни и здоровья человека. Составить алгоритм действий при возникновении ЧС на транспорте: • железнодорожные аварии • авиационные катастрофы • аварии на водном транспорте	14
4	Список использованной литературы	15

Приложение В
Образовательный маршрут обучающегося заочной формы по учебной дисциплине
«Безопасность жизнедеятельности»

Контрольная точка	Контролируемые разделы (темы) учебной дисциплины	Контролируемые результаты	Оценочные средства	
№ 1	Раздел 1. Организация защиты и жизнеобеспечения населения в чрезвычайных ситуациях	У1., У2., У3., У06.1., У06.3., У07.4., У07.5., У7., У8. 32., 36., 306.1, 306.6., 307.2, 307.5, 38, 39.	Тест	1. Тестовые задания 2. Кейс-ситуация 3. Практическое задание
№ 2	Раздел 2. Основы военной службы	У2., У3., У06.1., У06.3., У8. 36., 306.1, 306.6, 38, 39., 310.	Тест	1. Тестовые задания 2. Кейс-ситуация 3. Практическое задание
№ 3	Допуск к зачету	У1., У2., У3., У06.1., У06.3., У07.4., У07.5., У7., У8. 32., 36., 306.1, 306.6., 307.2, 307.5, 38, 39., 310.	Портфолио	1. Домашняя контрольная работа 2. Практические задания
Промежуточная аттестация	Дифференцированный зачет		Контрольная работа	1. Тестовые задания (ФЭПО)/ Теоретические вопросы 2. Типовые практико-ориентированные задания