

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Пономарева Светлана Викторовна  
Должность: Проректор по УР и НО  
Дата подписания: 03.08.2022 23:09:38  
Уникальный идентификатор документа:  
bb52f959411e64617366ef2977b97e87139b1a2d



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ДГТУ)**

Колледж экономики, управления и права

**Методические указания по организации  
самостоятельной работы студентов  
по учебной дисциплине  
Безопасность жизнедеятельности**

специальности

09.02.04 Информационные системы (по отраслям)

Методические указания по учебной дисциплине **Безопасность жизнедеятельности** разработаны с учетом ФГОС среднего профессионального образования специальности 09.02.04 Информационные системы (по отраслям), предназначены для студентов и преподавателей колледжа.

Методические указания определяют этапы выполнения работы на практическом занятии, содержат рекомендации по выполнению индивидуальных заданий и образцы решения задач, а также список рекомендуемой литературы.

Составитель (автор): Л.Д.Гекман, преподаватель колледжа ЭУП

Рассмотрены на заседании предметной (цикловой) комиссии специальности 09.02.04 Информационные системы (по отраслям)

Протокол № 1 от «29» 08 2017г

Председатель П(Ц)К специальности  С.В. Шинакова  
личная подпись

и одобрены решением учебно-методического совета колледжа.

Протокол № 1 от «31» 08 2017г

Председатель учебно-методического совета колледжа

 С.В.Шинаикова  
личная подпись

Рекомендованы к практическому применению в образовательном процессе.

## **Раздел 1. Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и организация защиты населения**

### Тема 1.1 Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

В результате изучения темы студент должен:

знать:

- характеристики чрезвычайных ситуаций и источники их возникновения.

уметь:

- классифицировать чрезвычайные ситуации.

Задания для самостоятельной работы.

1. Повторить по учебнику стр. 2;
2. Подготовить по теме реферат «Чрезвычайные ситуации природного характера».

Используемая литература:

1. Смирнов А. Т. «Безопасность жизнедеятельности», М. «Дрофа» 2010 г.

### Тема 1.2 Чрезвычайные ситуации военного характера

В результате изучения темы студент должен:

знать:

- характеристики чрезвычайных ситуаций и источники их возникновения.

уметь:

- классифицировать чрезвычайные ситуации.

Задания для самостоятельной работы.

1. Повторить по учебнику стр. 3;
2. Подготовить по теме реферат «Чрезвычайные ситуации военного характера».

Используемая литература:

1. Смирнов А. Т. «Безопасность жизнедеятельности», М. «Дрофа» 2010 г.

### Тема 1.4 МЧС России – федеральный орган управления в области гражданской обороны и защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций

В результате изучения темы студент должен:

знать:

- организационную структуру МЧС, основные задачи МЧС.

уметь:

- оценивать причиненный ущерб;

- рассчитать силы и средства, необходимые для выполнения работ по ликвидации ЧС.

Задания для самостоятельной работы.

1. Повторить по учебнику стр. 9-11;
2. Подготовить по теме реферат «Система предупреждения ЧС Ростовской области».

Используемая литература:

1. Смирнов А. Т. «Безопасность жизнедеятельности», М. «Дрофа» 2010 г.

**Тема 1.8 Составление примерного плана приведения убежища в готовность к приему укрываемых**

В результате изучения темы студент должен:

знать:

- основные принципы защиты населения от чрезвычайных ситуаций;
- порядок использования инженерных сооружений ГО, их общее устройство, назначение.

уметь:

- пользоваться средствами индивидуальной защиты, убежищем;
- уметь работать в группе;
- способность действовать в социуме.

Задания для самостоятельной работы.

1. Повторить по учебнику стр. 21-23;
2. Составить план приведения убежища в готовность к приему укрываемых.

План приведения убежища в готовность к приему укрываемых.

| № п/п | Наименование работ   | Ответственный исполнитель | Выполнение, ч |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |  |
|-------|--|---------------------------|---------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|--|
|       |  |                           | 1             | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |  |
| 1     | Инструктаж группы, выполняющей работы  |                           | ■             |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |  |
| 2     | Подготовка проходов, входов в убежище и установка знаков «Вход»                          |                           | ■             |   |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |  |
| 3     | Снятие дверей мирного времени и проверка затворов  |                           |               | ■ |   |   |   |   |   |   |   |    |    |    |  |
| 4     | Освобождение помещений убежища от имущества и оборудования, используемого в мирное время |                           |               | ■ | ■ | ■ | ■ |   |   |   |   |    |    |    |  |
| 5     | Расстановка пар и приборов   |                           |               |   |   |   | ■ | ■ | ■ |   |   |    |    |    |  |
| 6     | Закрытие и герметизация отверстий  |                           |               | ■ | ■ | ■ |   |   |   |   |   |    |    |    |  |
| 7     | Создание запасов продовольствия  |                           |               |   |   |   | ■ | ■ | ■ | ■ |   |    |    |    |  |
| 8     | Проверка системы воздухообеспечения  |                           |               |   | ■ | ■ | ■ | ■ |   |   |   |    |    |    |  |
| 9     | Расконсервация и пробный запуск дизельных электростанций                                 |                           |               |   |   |   |   |   |   | ■ | ■ |    |    |    |  |
| 10    | Отключение системы отопления   |                           |               |   |   |   |   | ■ |   |   |   |    |    |    |  |
| 11    | Проверка исправности системы электроснабжения  |                           |               |   |   |   |   |   |   | ■ |   |    |    |    |  |
| 12    | Подключение средств связи и оповещения   |                           |               |   |   |   |   |   |   |   | ■ | ■  |    |    |  |
| 13    | Доукомплектование инвентарем и другим имуществом   |                           |               |   |   | ■ | ■ | ■ |   |   |   |    |    |    |  |
| 14    | Проверка на герметичность  |                           |               |   |   |   |   |   |   |   | ■ | ■  |    |    |  |

В первые сутки приводятся в готовность 3 убежища общей вместимостью (С) 85 чел.

$$C=C_1+C_2+C_3=25+30+30=85 \text{ чел.}$$

Из опыта проведения учений на объекте определено, что трудоемкость работ по приспособлению одного подвала каменного дома под укрытие вместимостью 20 чел. ( $T_n$ ) составляет 9 чел. ( $K_p$ ) затратит на дооборудование подвала 10 ч:

$$T_n / K_p = 90 / 9 = 10 \text{ ч.}$$

На объекте три таких подвала общей вместимостью 60 чел.

Планируем работу трех бригад численностью ( $A_p$ ) 9 чел. В этом случае в первые сутки будут приспособлены все три подвала.

Время на достройку защитных сооружений гражданской обороны берется из проектной документации.

На объекте планируется строительство одного быстровозводимого убежища, выполненного из лесоматериалов, вместимостью 50 чел. Трудоемкость его строительства ( $T_{БВУ}$ ) составит 36 чел./дней. Выделяем на строительство бригаду численностью ( $K_{БВУр}$ ) 18 чел. Время строительства убежища составит 2 дня:

$$T_{БВУ} / K_{БВУр} = 36 / 18 = 2 \text{ дня.}$$

Расчет приведения в готовность защитных сооружений ГО.

| № п/п | Виды работ  | Количество/вместимость |      |   |   |   |   |   |   | Примечания |  |
|-------|---|------------------------|------|---|---|---|---|---|---|------------|--|
|       |   | сутки                  |      |   |   |   |   |   |   |            |  |
|       |   | 1                      | 2    | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |            |  |
| 1     | Приведение в готовность существующих убежищ (ПРУ) | 3/85                   |      |   |   |   |   |   |   |            |  |
| 2     | Приспособление имеющихся подвалов                 | 3/60                   |      |   |   |   |   |   |   |            |  |
| 3     | Достройка убежищ (ПРУ) по планам текущего года    |                        |      |   |   |   |   |   |   |            |  |
| 4     | Строительство быстровозводимых убежищ             |                        | 1/50 |   |   |   |   |   |   |            |  |
| 5     | Строительство простейших убежищ                   |                        |      |   |   |   |   |   |   |            |  |
|       | Всего:  | 6/145                  | 1/50 |   |   |   |   |   |   |            |  |

Используемая литература:

1. Смирнов А. Т. «Безопасность жизнедеятельности», М. «Дрофа» 2010 г.

## Тема 1.11 Мероприятия по борьбе с терроризмом

В результате изучения темы студент должен:

знать:

- масштабы терроризма и его межгосударственный характер;
- конкретные формы проявления терроризма;
- приемы самоорганизации.

уметь:

- определять признаки терроризма как явления современной действительности;
- использовать способы предупреждения терроризма;
- работать на результат, вести диалог, правильно действовать в чрезвычайной ситуации.

Задания для самостоятельной работы.

1. Составить вопросы по теме «средства предупреждения террористических актов»;
2. Подготовить реферат на тему: «Тенденции развития современного терроризма».

Используемая литература:

1. <http://www.krugosvet.ru/enc/istoriya/TERRORIZM.html?page=0.0>

## **Раздел 2 Основы военной службы**

Тема 2.1 Основы обороны государства. Национальная безопасность и национальные интересы России

В результате изучения темы студент должен:

знать:

- требования федеральных законов и других нормативно-правовых актов РФ, определяющих порядок прохождения военной службы по призыву и по контракту, общие требования к уровню подготовки призывника;
- понимать свою роль гражданина в защите Отечества, исполняя свой гражданский долг.

уметь:

- развивать в себе необходимые физические, психологические и профессиональные качества, отвечающие требованиям военной службы.

Задания для самостоятельной работы.

1. Повторить по учебнику стр. 34;
2. Подготовить реферат на тему: «Обеспечение военной безопасности Российской Федерации».

Используемая литература:

1. Смирнов А. Т. «Безопасность жизнедеятельности», М. «Дрофа» 2010 г.

Тема 2.4 Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации, их состав и предназначения

В результате изучения темы студент должен:

знать:

- общую структуру Вооруженных Сил Российской Федерации;
- виды и рода войск.

уметь:

- развивать в себе необходимые познавательные качества, отвечающие требованиям военной службы.

Задания для самостоятельной работы.

1. Повторить по учебнику стр. 40;
2. Подготовить реферат на тему: «Род войск ВС Российской Федерации».

Используемая литература:

1. Смирнов А. Т. «Безопасность жизнедеятельности», М. «Дрофа» 2010 г.

Тема 2.10 Боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации

В результате изучения темы студент должен:

знать:

- наиболее значимые традиции Российских Вооруженных Сил;
- значение дружбы и войскового товарищества для боевой готовности и боеспособностей подразделений и частей.

уметь:

- привести примеры из различных публикаций и художественной литературы о дружбе и войсковом товариществе российских воинов.

Задания для самостоятельной работы.

1. Повторить по учебнику стр. 55;
2. Подготовить реферат на тему: «Наиболее значимые традиции Российских Вооруженных Сил».

Используемая литература:

1. Смирнов А. Т. «Безопасность жизнедеятельности», М. «Дрофа» 2010 г.

## Тема 2.11 Воинские символы и ритуалы

В результате изучения темы студент должен:

знать:

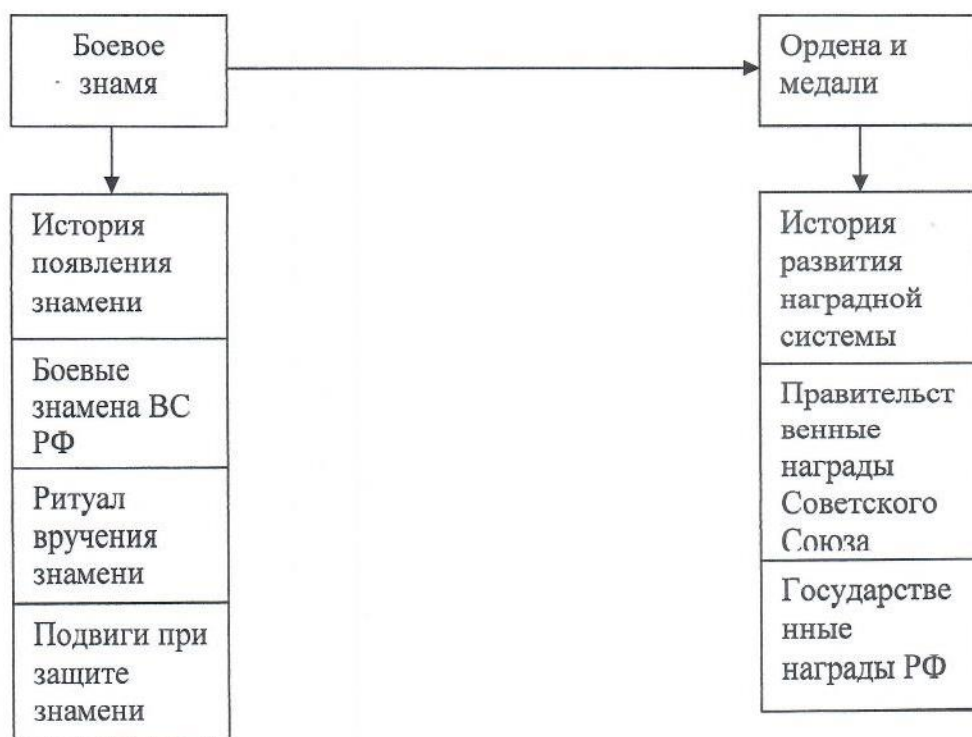
- символы воинской части;
- почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе;
- ритуалы ВС РФ.

уметь:

- формировать социальную активность и гражданскую ответственность.

Задания для самостоятельной работы.

1. Повторить по учебнику стр. 57;
2. Подготовить ответы по опорной схеме:



3. Подготовить реферат на тему: «Ордена – почетные награды за воинские отличия в бою и военной службе».

Используемая литература:

1. Смирнов А. Т. «Безопасность жизнедеятельности», М. «Дрофа» 2010 г.



### Раздел 3 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

#### Тема 3.1 Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и закрепления здоровья человека и общества

В результате изучения темы студент должен:

знать:

- основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни, о влиянии на здоровье человека вредных привычек, о значении профилактики вредных привычек для сохранения здоровья.

уметь:

- планировать свой режим дня, рационально сочетая в нем умственные и физические нагрузки;  
- поддерживать необходимый уровень своего здоровья – работоспособность;  
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

Задания для самостоятельной работы.

1. Повторить по учебнику стр. 59;
2. Подготовить реферат на тему: «Факторы, формулирующие здоровье, и факторы, разрушающие здоровье».

Используемая литература:

1. Смирнов А. Т. «Безопасность жизнедеятельности», М. «Дрофа» 2010 г.

#### Тема 3.2 Негативное влияние вредных привычек на здоровье человека

В результате изучения темы студент должен:

знать:

- о влиянии алкоголя на организм как наркотического яда;  
- о никотинизме как одной из форм токсикомании;  
- о наркомании и токсикомании, развивающихся постепенно.

уметь:

- использовать главные правила по профилактике употребления вредных веществ;  
- контролировать свое поведение.

Задания для самостоятельной работы.

1. Повторить по учебнику стр. 60;
2. Подготовить реферат на тему: «Негативное воздействие на организм человека курения табака».

Используемая литература:

1. Смирнов А. Т. «Безопасность жизнедеятельности», М. «Дрофа» 2010 г.

### Тема 3.3 Оказание первой помощи в чрезвычайных ситуациях

В результате изучения темы студент должен:

знать:

- правовую основу оказания первой медицинской помощи;
- виды ран и общие правила оказания медицинской помощи.

уметь:

- овладеть навыками оказания первой медицинской помощи;
- соблюдать меры безопасности;
- использовать способы иммобилизации при травмах груди, живота и таза;
- владеть навыком определения наступления клинической смерти.

Задания для самостоятельной работы.

1. Повторить по учебнику стр. 67;
2. Подготовить реферат на тему: «Первая медицинская помощь при автоавариях».

Используемая литература:

1. Смирнов А. Т. «Безопасность жизнедеятельности», М. «Дрофа» 2010 г.

## **Раздел 4 Обеспечение техники безопасности на производстве**

### Тема 4.1 Правовые, нормативные и организационные основы безопасности труда

В результате изучения темы студент должен:

знать:

- отражение проблем безопасности труда в Конституции РФ, кодексе законов о труде;
- организационные мероприятия по обеспечению безопасности жизнедеятельности в производственной и бытовой сфере.

уметь:

- соблюдать правила техники безопасности с целью уберечь себя и других от несчастного случая.

Задания для самостоятельной работы.

1. Подготовить реферат на тему: «Трудовой кодекс Российской Федерации».

Используемая литература:

1. Трудовой кодекс РФ, М. 2010 г.
2. <http://www.dagdiplom.ru/catalog/7/1607/>

#### Тема 4.2 Источники и характеристики негативных факторов на производстве и их воздействие на здоровье человека

В результате изучения темы студент должен:

знать:

- источники негативных факторов и их воздействие на человека;
- принцип нормирования и предельно допустимые уровни негативных факторов.

уметь:

- использовать основные средства защиты от физических негативных факторов.

Задания для самостоятельной работы.

1. Подготовить реферат на тему: «Негативные факторы, влияющие на здоровье человека на производстве».

Используемая литература:

1. <http://www.alleng.ru/d/saf/saf46.htm> (скачать учебник, стр. 51)

#### Тема 4.3 Эргономические основы безопасности труда

В результате изучения темы студент должен:

знать:

- основные антропометрические, сенсомоторные и энергетические характеристики человека.

уметь:

- пользоваться нормативной документацией при решении профессиональных задач на производстве;
- контролировать условия труда.

Задания для самостоятельной работы.

1. Подготовить реферат на тему: «Организация рабочего места оператора».

Используемая литература:

1. <http://www.alleng.ru/d/saf/saf46.htm> (скачать учебник, стр. 379)