

Основы безопасности жизнедеятельности

Методические указания к выполнению самостоятельных работ для студентов
Квалификация выпускника «Специалист по информационным системам»
Специальность «09.02.07 Информационные системы и программирование»

Составитель В. Ф. Белов

Рассмотрены на заседании кафедры

Протокол №6 от 19.01.2022 г.

Рекомендованы к печати

учебно-методической комиссией по
специальности «09.02.07
Информационные системы и
программирование»

филиала КузГТУ в г. Белово

Протокол № 2 от 18.01. 2022 г

Белово

2022

Введение

Самостоятельные работы затрагивают основные разделы дисциплины, позволяют студентам получить достаточно полное представление об основах безопасности жизнедеятельности.

Самостоятельная работа студентов предполагает освоение следующих компетенций:

ОК - 02 - осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК - 04 - работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

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.

1. Тематика самостоятельных работ

Тема 2. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья
Самостоятельная работа №1 Конспектирование материала по теме «Влияние вредных привычек на организм человека»

Тема 3. Государственная система обеспечения безопасности населения
Самостоятельная работа №2 Конспектирование материала по теме «Классификация ЧС природного и техногенного характера»

Самостоятельная работа №3 Конспектирование материала по теме «Основные правила защиты от ЧС техногенного характера»

Тема 4. Основы обороны государства и воинская обязанность
Самостоятельная работа №4 Конспектирование материала по теме «Классификация вооруженных сил РФ»

Тема 5. Основы медицинских знаний
Самостоятельная работа №5 Описать виды оказания первой медицинской помощи

Самостоятельная работа №6 Описать первую медицинскую помощь при различных отравлениях(токсическое, пищевое, радиационные и т.д.)

2. Подходы к отбору содержания

Тематика и последовательность теоретических вопросов вынесенных для самостоятельного изучения студентами изложена в Рабочей программе. Кроме того, преподаватель, как правило, в конце каждого занятия называет вопросы, которые будут рассмотрены на следующем отчетном занятии.

3. Система оценивания

Критерии оценивания:

- полнота раскрытия темы;
- степень владения понятийно-терминологическим аппаратом дисциплины;
- знание фактического материала, отсутствие фактических ошибок;
- умение логически выстроить материал ответа;

– умение аргументировать предложенные подходы и решения, сделанные выводы;

– степень самостоятельности, грамотности, оригинальности в представлении материала (стилистические обороты, манера изложения, словарный запас, отсутствие или наличие грамматических ошибок);

– использование дополнительных источников информации;

– наличие дополнительного иллюстрационного материала;

– выполнение требований к оформлению работы.

Конспект — это сокращенная запись информации. В конспекте, как и в тезисах, должны быть отражены основные положения текста, которые при необходимости дополняются, аргументируются, иллюстрируются одним или двумя самыми яркими и в то же время краткими примерами. Конспект может быть кратким или подробным. Вы можете сохранить без изменения предложения конспектируемого текста или использовать другие, более сжатые формулировки.

Конспект нужен для того, чтобы:

- научиться перерабатывать любую информацию, передавая ее в сокращенном виде;

- выделить в письменном тексте самое необходимое и нужное для решения учебной или исследовательской задачи;

- упростить запоминание текста, облегчить овладение специальными терминами;

- накопить информацию для написания более сложной работы (доклада, реферата, курсовой, дипломной работы).

Итак, конспектирование является одним из эффективных способов сохранения основного содержания прочитанного текста.

Сделать в тетради для конспектов широкие поля.

- Написать исходные данные источника, конспект которого будет составляться.

- Прочитать весь текст или его фрагмент — параграф, главу.

- Выделить информативные центры внимательно прочитанного текста.

- Продумать главные положения, сформулировать их своими словами и записать.

- Подтвердить отдельные положения цитатами или примерами из текста.

- Можно выделять фрагменты текста, подчеркивать главную мысль, ключевые слова, используя разные цвета маркеров.

- Объем конспекта не должен превышать одну треть исходного текста.

Шкалы оценивания студента

Баллы	Степень удовлетворения критериям
5 баллов «Отлично»	1) полное раскрытие вопроса; 2) указание точных названий и определений; 3) правильная формулировка понятий и категорий; 4) самостоятельность ответа, умение вводить и использовать собственные классификации и квалификации, анализировать и делать собственные выводы по рассматриваемой теме; 5) использование дополнительной литературы и иных

	материалов и др.;
4 балла «Хорошо»	1) недостаточно полное, по мнению преподавателя, раскрытие темы; 2) несущественные ошибки в определении понятий, категорий и т.п., кардинально не меняющих суть изложения; 3) использование устаревшей учебной литературы и других источников;
1-3 балла «Удовлетворительно»	1) отражение лишь общего направления изложения лекционного материала и материала современных учебников; 2) наличие достаточного количества несущественных или одной - двух существенных ошибок в определении понятий и категорий и т. п. ; 3) использование устаревшей учебной литературы и других источников; 4) неспособность осветить проблематику учебной дисциплины и др.;
0 баллов «Неудовлетворительно»	1) нераскрытые темы; 2) большое количество существенных ошибок; 3) отсутствие умений и навыков, обозначенных выше в качестве критериев выставления положительных оценок др.

Методические рекомендации по написанию реферата

Реферат – (от латинского *referto* – сообщаю, докладываю) – краткое изложение в письменном виде содержания исследования по выбранной проблеме (словарь иностранных слов). Реферат -это своеобразный отчет о самостоятельном изучении материала, анализе теоретических источников и практической деятельности

по выбранной теме. В реферате автор раскрывает суть исследуемой проблемы; приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Содержание реферата должно быть логичным; а изложение материала носить проблемно-тематический характер. Реферат должен иметь определенную структуру, которая включает набор обязательных и необязательных элементов. Общие требования к оформлению реферата:

- поля – левое – 2,5 см;
- верхнее, правое, нижнее – по 2 см;
- шрифт – 14;
- интервал – полуторный;
- TimesNewRoman.

Общее число страниц реферата (без списка использованных источников и приложений) – не менее 25 страниц.

Обязательными элементами реферата являются:

- 1) титульный лист;
- 2) оглавление;
- 3) введение;

- 4) основная часть документа;
- 5) заключение;
- 6) список источников.

Титульный лист служит обложкой документа и должен содержать следующие сведения:

- 1) наименование вышестоящей организации;
- 2) наименование организации, где выполнялась работа;
- 3) наименование работы (реферат);
- 4) тема;
- 5) сведения об авторе (должность, фамилия, инициалы);
- 6) населенный пункт и год выполнения работы.

Оглавление включает: введение, наименования всех глав разделов, подразделов, пунктов (если они имеют наименования), заключение, список использованных источников, приложения (при наличии).

Строки оглавления заканчиваются указанием номеров страниц, на которых расположено начало соответствующей части реферата.

Введение должно содержать краткую оценку состояния исследуемого вопроса, проблемы и актуальность выбранной темы, цели и задачи исследований, объекта и предмета исследований, используемые методы, методики и технологии, оценку практической значимости полученных результатов.

Основная часть должна содержать: а) обоснование выбранной темы (направления исследования), методы решения задачи, описание выбранной методики проведения эксперимента;

б) процесс теоретических или экспериментальных исследований, включая принципы действия разработанных программ и их характеристики;

в) обобщение и оценку результатов исследований, включающих оценку полноты решения поставленной задачи.

Заключение должно содержать краткие выводы по результатам выполненных исследований и оценку полноты решения поставленных задач.

Список источников должен быть составлен в соответствии с положением «Общие требования и правила составления библиографии» и содержать библиографические сведения о литературных источниках.

В приложения могут быть включены

- 1) иллюстрации вспомогательного характера;
- 2) инструкции и методики, разработанные в процессе выполнения работы;
- 3) таблицы вспомогательных цифровых данных)

Работа должна быть логически выдержана, обеспечена орфографическая, синтаксическая, стилистическая грамотность)

Качество реферата оценивается по следующим показателям:

- 1) соответствие содержания работы заявленной теме;
- 2) грамотность изложения и качество оформления работы;
- 3) самостоятельность выполнения работы, глубина проработки материала, использование справочной литературы.

Критерии оценки реферата

- Актуальность темы
- Соответствие содержания теме

- Глубина проработки материала
- Правильность и полнота использования источников
- Соответствие оформления реферата стандартом.

На «отлично»:

- 1) присутствие всех вышеперечисленных требований;
- 2) знание изложенного в реферате материала, умение грамотно и аргументировано изложить суть проблемы;
- 3) присутствие личной заинтересованности в раскрываемой теме, собственную точку зрения, аргументы и комментарии, выводы;
- 4) умение свободно беседовать по любому пункту плана, отвечать на вопросы, анализировать фактический материал и статистические данные проекта;
- 5) наличие качественно выполненного презентационного материала, не дублирующего основной текст, а являющегося его иллюстративным фоном.

На «хорошо»:

- 1) мелкие замечания по оформлению реферата;
- 2) незначительные трудности по одному из перечисленных выше требований.

На «удовлетворительно»:

- 1) тема реферата раскрыта недостаточно полно;
- 2) неполный список литературы и источников;
- 3) затруднения в изложении, аргументировании.

Тема №1 Влияние вредных привычек на организм человека

Содержание работы:

Законспектировать параграф 2.3 Алкоголь и его влияние на организм человека стр.38-41. [1]

Законспектировать параграф 2.4 Курение и его влияние на организм человека стр.42-45. [1]

Законспектировать параграф 2.5 Наркотики и наркомания, социальные последствия стр.45-48. [1]

Контрольные вопросы

1. Каков механизм воздействия алкоголя на организм человека
2. Как можно охарактеризовать поведение человека, находящегося с состоянии алкогольного опьянения
3. Чем опасно потребление алкоголя для молодежи
4. Влияет ли алкоголь на продолжительность жизни
5. Какие токсичные вещества входят в состав табачного дыма
6. Каковы факторы риска для курильщика
7. Чем опасно пассивное курение
8. Назовите основные признаки развития наркомании
9. В чем социальная опасность наркомании

Тема №2 Классификация ЧС природного и техногенного характера

Содержание работы:

Законспектировать параграф 3.1 Общие понятия и классификация ЧС природного и техногенного характера стр. 60-62. [1]

Контрольные вопросы

1. Дайте определение чрезвычайной ситуации
2. Как классифицируются чрезвычайные ситуации
3. Какими признаками характеризуются аварии
4. Дайте характеристику основных видов катастроф

Тема №3: Основные правила защиты от ЧС техногенного характера

Содержание работы:

Законспектировать параграф Права и обязанности граждан РФ в условиях ЧС 96-99стр. [1]

Контрольные вопросы

1. Назовите обязанности граждан РФ при возникновении ЧС

Тема №4: Классификация вооруженных сил РФ

Содержание работы:

Прочитать материал параграфа 4.3 Организационная структура Вооруженных сил РФ и составить схему «Структура Вооруженных сил РФ». [1]

Контрольные вопросы:

1. Назовите основные задачи видов Вооруженных сил РФ

Тема №5: Описать виды оказания первой медицинской помощи

Содержание работы:

Прочитать параграф 5.1 стр. 254-257 и ответить письменно на контрольные вопросы на стр. 257. [1]

Тема №6: Описать первую медицинскую помощь при различных отравлениях (токсическое, пищевое, радиационное и т.д.). [1]

Содержание работы

Получить у преподавателя тему и написать реферат

Варианты тем

1. Первая помощь пострадавшему при термическом ожоге
2. Первая помощь пострадавшему при обморожении
3. Первая помощь пострадавшему при солнечном ударе
4. Первая помощь пострадавшему при отравлении
5. Первая помощь пострадавшему при электроударе
6. Первая помощь пострадавшему при венозном кровотечении
7. Первая помощь пострадавшему при артериальном кровотечении
8. Первая помощь пострадавшему при утоплении
9. Первая помощь пострадавшему при переломе конечностей
10. Первая помощь пострадавшему при сотрясении головного мозга
11. Первая помощь пострадавшему при синдроме длительного сдавливания
12. Первая помощь пострадавшему при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути
13. Первая помощь пострадавшему при отсутствии сознания
14. Первая помощь пострадавшему при ранениях

Список рекомендуемой литературы

Основная литература

1. Косолапова, Н. В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для образовательных учреждений, реализующих программы среднего профессионального образования / Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко. – 6-е изд., стер.. – Москва: Академия, 2019. – 368 с. – (Среднее профессиональное образование). – ISBN 9785446883028. – URL: <https://www.academia-moscow.ru/catalogue/4831/408731/>. - Текст: электронный.

Дополнительная литература

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/433376> (дата обращения: 30.01.2020). 2. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебное пособие для среднего профессионального образования / Я. Д. Вишняков [и др.]. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 249 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-01577-5. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/434608> (дата обращения: 30.01.2020).

3. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 313 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-04629-8. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblio-online.ru/bcode/433348> (дата обращения: 30.01.2020).

4. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 1: учебник для среднего профессионального образования / С. В. Белов. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 350 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-9962-4. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblioonline.ru/bcode/437961> (дата обращения: 30.01.2020).

5. Белов, С. В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч. Часть 2: учебник для среднего профессионального образования / С. В. Белов. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 362 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-9916-9964-8. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.biblioonline.ru/bcode/437964> (дата обращения: 30.01.2020). Методическая литература

1. Основы безопасности жизнедеятельности: методические указания к самостоятельной работе для студентов 1 курса всех специальностей СПО очной формы обучения / ФГБОУ ВО "Кузбас. гос. техн. ун-т им. Т. Ф. Горбачева", Каф. теории и методики проф. образования; сост. М. О. Пилин. – Кемерово: КузГТУ, 2018. – 21 с. – URL: <http://library.kuzstu.ru/meto.php?n=9193> (дата обращения: 09.01.2020). – Текст: электронный.

Интернет ресурсы

1. Официальный сайт Кузбасского государственного технического университета имени Т.Ф. Горбачева. Режим доступа: <https://kuzstu.ru/>. 2. Официальный сайт филиала КузГТУ в г. Белово. Режим доступа: <http://belovokyzgty.ru>.

3. Электронная обучающая система филиала КузГТУ в г. Белово. Режим доступа: <http://eso.belovokyzgty.ru/>

4. Электронные библиотечные системы: - Электронная библиотека издательства Юрайт [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://biblioonline.ru/catalog/spo>. - Электронная библиотека издательства Академия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://academia-library.ru/>.

5. Единая коллекция Цифровых образовательных ресурсов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://school-collection.edu.ru/>, свободный. – Загл. с экрана.

6. Единое окно доступа к информационным ресурсам [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://window.edu.ru/>, свободный. – Загл. с экрана.

7. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://fcior.edu.ru/>, свободный. – Загл. с экрана.

Составитель
Белов Валерий Федорович

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Методические указания для самостоятельной
работы для студентов очной формы обучения
специальности 09.02.07«Информационные системы и программирование»

Печатается в авторской редакции