

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Емельянов Сергей Геннадьевич  
Должность: ректор  
Дата подписания: 23.05.2024 10:29:32  
Уникальный программный ключ:  
9ba7d3e34c012eba476ffd2d064cf2781953be730df2374d16f3c0ce536f0fc6

## МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Юго-Западный государственный университет»  
(ЮЗГУ)

Кафедра охраны труда и окружающей среды

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

О.Г. Локтионова

« 04 » 04

2022 г.



## ОРГАНИЗАЦИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Методические рекомендации

Курск 2022

УДК 377.1

Составитель: М. В. Томаков

Рецензент

Доктор педагогических наук, профессор *Томаков В.И.*

Организация самостоятельной работы студентов по дисциплине Безопасность жизнедеятельности : методические рекомендации студентам, обучающимся по специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность / Юго-Зап. гос. ун-т; сост. М.В. Томаков. - Курск: ЮЗГУ, 2022. - 24 с.

Методические рекомендации направлены на организацию самостоятельной работы студентов. Предлагаемый методический материал позволяет студентам индивидуально выполнить внеаудиторную самостоятельную работу в соответствии с учебным графиком и содержанием тем дисциплины.

Применение методических рекомендаций при организации самостоятельной работы будет способствовать более эффективному изучению дисциплины.

Предназначены студентам специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность при изучении дисциплины Безопасность жизнедеятельности в пределах освоения основной образовательной программы среднего профессионального образования.

Текст печатается в авторской редакции

Подписано в печать 04.04.2022 г. Формат 60×84 1/16.  
Усл. печ. л. 1,4. Уч. изд. л. 1,3. Тираж \_ экз. Заказ 1218. Бесплатно.  
Юго-Западный государственный университет  
305040, г. Курск, ул. 50 лет Октября, 94.

## Содержание

Введение.....	4
1 Общие положения о самостоятельной работе студента.....	5
1.1 Цель самостоятельной работы студента.....	5
1.2 Виды внеаудиторной самостоятельной работы студента	6
2 Рекомендации по выполнению внеаудиторной самостоятель- ной работы .....	9
3 Содержание дисциплины.....	12
4 Формы контроля и критерии оценки результатов самостоя- тельной работы .....	16
5 Подготовка к промежуточной аттестации .....	23
6 Перечень литературы, рекомендуемой для освоения дисциплины.....	23

## Введение

Перед студентами стоит задача не просто изучать все учебные предметы, а успешно учиться с тем, чтобы в будущем практически применять свои знания. Это означает, что в процессе обучения каждым студентом должна применяться собственная индивидуальная технология учебной познавательной деятельности, позволяющая ему полностью освоить образовательную программу, а после окончания вуза постоянно повышать свой уровень знаний и компетенций.

Изучение опыта самостоятельной работы свидетельствует о том, результаты учебной деятельности зависят от уровня самостоятельной работы студента (СРС), который определяется личной подготовленностью к этому труду, желанием заниматься самостоятельно и возможностями реализации этого желания. При организации и проведении самостоятельной работы студенты встречаются с определенными трудностями и проблемами. Не всегда студенты эффективно работают на лекциях и практических занятиях, не всегда умеют быстро подобрать необходимую литературу для контрольных, курсовых работ, найти нужную книгу в библиотеке. При самостоятельной работе с учебной литературой не всем студентам удастся выделить и понять самое главное, сделать самостоятельные выводы, определить свое отношение к прочитанному тексту. Ошибки в планировании самостоятельной работы, соблюдении режима дня, особенно во время экзаменационных сессий, нередко приводят к переутомлению и снижению работоспособности.

Данные методические рекомендации разработаны с целью:

- систематизации и закрепления полученных знаний по дисциплине;
- углубления и расширения приобретаемых знаний;
- формирования умений использовать полученные знания в новых условиях;
- развития познавательных и творческих способностей;
- формирования самостоятельности мышления, способности к саморазвитию, самореализации.

Критериями оценки результатов внеаудиторной самостоятельной работы студента являются:

- уровень освоения студентом учебного материала;

- умение студента использовать теоретические знания при выполнении практических задач;
- обоснованность и четкость изложения ответа;
- оформление материала в соответствии с требованиями.

## **1 Общие положения о самостоятельной работе студента**

### **1.1 Цель самостоятельной работы студента**

Самостоятельная работа проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубления и расширения теоретических знаний;
- развития познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирования умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- приобретения навыков решения практических задач в сфере профессиональной деятельности;
- формирования самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развития исследовательских умений.

Поставленные цели реализуются посредством постепенного формирования у студентов навыков и мотивированной потребности осмысленно и самостоятельно работать:

- а) с учебным материалом, что предполагает:
  - качественное усвоение теоретического материала по изучаемой дисциплине, углубление и расширение теоретических знаний с целью их применения на уровне межпредметных связей;
  - систематизацию и закрепление полученных теоретических знаний и практических навыков;
  - формирование умения применять полученные знания на практике (в профессиональной деятельности).
- б) с научной информацией и над развитием научно-исследовательских навыков, включая:
  - формирование умений по поиску и применению нормативной, правовой, справочной, информационно-патентной и другой

- специальной литературы, а также Internet-ресурсов как источников информации;

- развитие познавательных способностей и творческой инициативы.

в) над самоорганизацией и самовоспитанием путем:

- развития ответственности и организованности;

- формирования способностей к саморазвитию, самообразованию, самосовершенствованию и самореализации.

Основным принципом организации СРС является комплексный, системный подход, направленный на формирование у студента навыков репродуктивной, поисково-аналитической, практической и творческой (научно-исследовательской) деятельности.

Организационные мероприятия, обеспечивающие нормальное функционирование самостоятельной работы студента, должны основываться на следующих предпосылках:

- самостоятельная работа должна быть конкретной по своей предметной направленности;

- самостоятельная работа должна сопровождаться эффективным, непрерывным контролем и оценкой ее результатов.

Объем времени, отведенный на самостоятельную работу, находит отражение в рабочих программах учебных дисциплин с распределением по семестрам, разделам и темам.

## **1.2 Виды внеаудиторной самостоятельной работы студента**

Виды самостоятельной работы студента сформулированы в рабочей программе дисциплины, и задании студенту, выполняемое им во внеаудиторное время к определенному сроку. Результат выполнения задания, представленный в устной или письменной форме, может быть подвергнут контролю и учтен при выведении итоговой оценки по завершению изучения дисциплины, учебного или дисциплинарного модуля.

В зависимости от степени, формы участия и организации контроля внеаудиторная самостоятельная работа студента подразделяется на два вида: обязательную (неконтролируемую) и контролируемую.

Внеаудиторная СРС - текущая *обязательная самостоятельная работа* над учебным материалом в соответствии с заданием, которая

не предполагает непосредственного и непрерывного руководства со стороны преподавателя. Контроль выполнения внеаудиторной СРС может осуществляться, в том числе в рамках аудиторных занятий, а результат контроля - учитываться при выставлении оценки преподавателем на любом этапе контроля знаний.

*Внеаудиторная самостоятельная работа студента* - планируемая учебная и научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. Внеаудиторная самостоятельная работа направлена на углубление и закрепление знаний студента по учебной дисциплине, развитие аналитических навыков и практических умений.

### ***1.2.1 Обязательная (неконтролируемая) внеаудиторная самостоятельная работа***

*Обязательная самостоятельная работа (ОСР) обеспечивает подготовку студента к текущим аудиторным занятиям.* Результаты этой подготовки проявляются в активности студента на занятиях и качественном уровне сделанных докладов, выполненных самостоятельных работ, тестовых заданий и др. форм текущего контроля.

Формами ОСР являются: повторение лекционного материала, работа с учебной литературой, конспектирование вопросов, которые следует изучить самостоятельно по теме лекции и др.

Форма, содержание и трудоемкость обязательной самостоятельной работы студентов определяется задачей, поставленной к результату выполнения ОСР:

- для овладения знаниями;
- для закрепления, систематизации знаний и формирования умений;
- для приобретения навыков.

Цель - самостоятельная подготовка студента к текущим аудиторным занятиям.

Процесс - осуществляется путем получения от преподавателя и выполнения в течение учебного семестра различных комбинаций следующих видов заданий.

**Для овладения знаниями:**

- чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы);
- работа со словарями и справочниками;
- работа с электронными информационными ресурсами и ресурсами Интернета;
- ознакомление с нормативными документами;
- самостоятельное изучение отдельных разделов и тем дисциплины;
- конспектирование текста;
- составление глоссария;
- создание презентаций.

**Для закрепления, систематизации знаний и формирования умений:**

- анализ учебного материала (конспекта лекции, учебника; первоисточника, дополнительной литературы);
- составление плана и тезисов ответа;
- составление схем, аналитических таблиц, диаграмм, ребусов, кроссвордов для систематизации учебного материала;
- подготовка сообщений, докладов.

**Для приобретения навыков:**

- выполнение упражнений по образцу;
- выполнение вариативных упражнений;
- перевод текста;
- выполнение схем, расчетно-графических работ;
- решение ситуационных задач (кейсов);
- проектирование и моделирование разных видов и компонентов деятельности.

Обязательная самостоятельная работа студента - подготовка к занятиям - может предусматривать различные комбинации рассмотренных видов заданий.

Результат - проявляется в уровне подготовки студента к занятиям, оценивается преподавателем в процессе аудиторной работы (уроков).

Результативность обязательной самостоятельной работы студентов контролируется преподавателем в процессе текущей аудиторной работы. Формы контроля определяются преподавателем самостоятельно, учитывая специфику изучаемой дисциплины, уровень подготовленности студентов, объем времени, отведенного на аудиторную работу, и т.д.



Формами контроля обязательной самостоятельной работы студентов могут быть: устный опрос, собеседование, письменная самостоятельная работа, защита реферата, тестирование и т.д.

### ***1.2.2 Контролируемая самостоятельная внеаудиторная работа***

Цель - самостоятельное овладение студентом знаниями, умениями и навыками в процессе изучения дисциплины

Процесс - осуществляется посредством реализации студентом в течение учебного семестра, в соответствии с указаниями, полученными от преподавателя, одной или нескольких форм самостоятельной работы:

- написание эссе;
- написание реферата;
- выполнение репродуктивной контрольной работы;
- другие виды работ, предусмотренные рабочей программой изучаемой дисциплины.

Результат - характеризуется уровнем качества выполненной студентом и представленной на проверку преподавателю самостоятельной письменной работы, оценивается преподавателем в свободное от аудиторной работы время.

## **2 Рекомендации по выполнению внеаудиторной самостоятельной работы**

1. Для успешного выполнения задания создайте условия, которые отвечают требованиям гигиены умственного труда: удобное место, достаточное освещение, тишина, перерывы, необходимое оборудование.

2. Начинайте выполнять задание с его осмысления: определите цель, содержание, степень новизны, уровень усвоения, объем, сроки, этапы и приемы выполнения. Спланируйте и соблюдайте затем последовательность действий. Познакомьтесь с алгоритмом и эталоном выполнения задания.

3. Изучите вначале теоретическую основу задания (теорему, закон, правило, первоисточник и др.), затем принимайтесь за письменную работу или другие практические действия.

4. Старайтесь выполнять задание самостоятельно, применяя знания и умения, усвоенные ранее.

5. Определите свой оптимальный ритм работы.

6. Помните, что точное следование рекомендациям научной организации учебного труда экономит время, способствует достижению наилучших результатов.

### ***Составление конспекта***

1. Конспект - это письменное изложение основного содержания текста с выделением наиболее значимых и интересных положений.

2. Конспектированию предшествует внимательное прочтение текста. Используйте при необходимости словари, справочники, энциклопедии, если впервые встречаетесь с терминами, значение которых непонятно.

3. В начале конспекта, укажите фамилию и инициалы автора или ответственного редактора, полное название работы, наименование издательства, год издания.

4. Наименование глав, разделов, параграфов конспектируемого текста всегда указывайте точно.

5. В краткой форме письменно изложите основные положения текста, но главные мысли или аргументы автора произведения воспроизводите в конспекте точно, с сохранением особенностей подлинника.

6. Приведенные в конспекте цитаты оформляйте либо кавычками, либо курсивом, сопровождайте ссылкой в квадратной скобке номер источника, запятая, страницы. Для себя можно писать полностью указание фамилии и инициалов автора, точное и полное название книги, статьи, издательства, года издания и страницы.

7. При конспектировании не допускайте терминов, бытующих, в разговорном языке; не применяйте сокращения слов, не предусмотренные в официальных источниках.

8. При оформлении конспекта пользуйтесь приемами, которые помогут в дальнейшей работе (подчеркивание, пометки на полях и др.)

***Составление плана учебного текста.***

1. Внимательно прочитайте текст.
2. Разделите текст на логически законченные части, выделите в каждой из них главную мысль.
3. Озаглавьте части.
4. В каждой части выделите несколько положений, развивающих главную мысль.

***Работа с текстом учебника.***

1. Прочитайте весь текст, составьте целостное представление об изложенных в нем событиях, явлениях. Внимательно рассмотрите карты, схемы, чертежи, таблицы и другие иллюстрации.
2. Обратите внимание на выделенные в тексте новые понятия. Формулировки законов, обобщения, выводы, основные факты, хронологию.
3. Составьте развернутый план, это поможет в осмыслении научной информации.
4. Вспомните, что изучалось ранее по данной тематике. Иногда необходимо восстановить в памяти базовые положения, принципы, законы, понятия.
5. Постарайтесь связать учебную информацию с современностью, определить значение новых знаний для будущей профессиональной деятельности.
6. В случае необходимости обратитесь к тематическим словарям, предметным и географическим указателям, энциклопедиям. Выпишите новые понятия, термины иностранного происхождения, произнесите их вслух.
7. Проверьте, как усвоен новый материал, перескажите его, пользуясь планом, затем без него.
8. Подготовьте ответы на вопросы и задания, тесты, которые могут быть помещены в конце параграфа, главы.
9. Выполните задания, предложенные рабочей программой дисциплины и/или преподавателем.

### **3 Содержание дисциплины**

Для эффективной организации самостоятельной работы приводится содержание дисциплины. Содержание дисциплины, структурировано по разделам (темам).

#### ***Тема 1***

Введение в безопасность. Основные понятия и определения.

#### **Содержание учебного материала**

Содержание дисциплины. Основные цели и задачи изучения дисциплины. Состояние безопасности жизнедеятельности в РФ. Виды опасностей: природные, антропогенные, техногенные. Экологическая, промышленная, производственная безопасности, пожарная, радиационная, транспортная, экономическая, продовольственная и информационная безопасности как компоненты безопасности человека и общества. Возникновение военных конфликтов как угроза безопасности жизнедеятельности. Понятие об устойчивом развитии общества.

#### ***Тема 2***

Идентификация и воздействие на человека вредных и опасных факторов среды обитания и деятельности

#### **Содержание учебного материала**

Классификация негативных факторов природного, антропогенного и техногенного происхождения. Вредные и опасные негативные факторы. Параметры, характеристики основных вредных и опасных факторов среды обитания человека, основных компонентов техносферы и их источников. Воздействие основных негативных факторов на человека и их предельно-допустимые уровни.

#### ***Тема 3***

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

#### **Содержание учебного материала**

Классификация и содержание основных форм деятельности. Условия труда Основные принципы защиты от опасностей. Системы и методы защиты человека и окружающей среды от основных видов опасного и вредного воздействия природного, антропогенного и тех-

ногенного происхождения. Методы защиты от вредных веществ, физических полей, информационных потоков, опасностей биологического и психологического происхождения.

#### ***Тема 4***

Психология в обеспечении безопасности жизнедеятельности

##### **Содержание учебного материала**

Психические процессы, свойства и состояния. Производственные психические состояния (состояние утомления; состояние монотонности; эмоциональное напряжение). Психологические причины создания опасных ситуаций и производственных травм. Психологические причины сознательного нарушения правил безопасности и совершения ошибок. Факторы производственной обстановки, создающие опасные действия со стороны работников. Влияние алкоголя на безопасность деятельности. Стимулирование безопасности деятельности. Профессиональный отбор.

#### ***Тема 5.***

Законодательные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности

##### **Содержание учебного материала**

Законодательные акты в области безопасности. Нормативно-правовые акты, содержащие государственные нормативные требования по охране труда, безопасности в ЧС, пожарной безопасности.

#### ***Тема 6.***

Государственная система обеспечения безопасности населения

##### **Содержание учебного материала**

Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые для защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.

Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны. Структура и органы управления гражданской обороной. Способы и средства защиты населения от оружия массового поражения.

Состояние пожарной безопасности на территории Российской Федерации. Условия возникновения и развития пожаров. Опасные факторы пожара, анализ их воздействия на человека и нормирование. Пожарная профилактика. Средства тушения пожаров. Средства самостоятельной эвакуации при пожарах и чрезвычайных ситуациях из опасных зон. Средства индивидуальной защиты людей при пожаре и техногенных авариях.

Государственный пожарный надзор.

Определение мер безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

Характеристика предназначения и основных функций полиции, службы скорой помощи, Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и других государственных служб в области безопасности.

## ***Тема 7.***

Основы медицинских знаний

### **Содержание учебного материала**

Понятие первой помощи. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь. Признаки жизни. Общие правила оказания первой помощи. Федеральный закон «Об основах охраны здоровья граждан Российской Федерации».

Понятие травм и их виды. Правила первой помощи при ранениях. Первая помощь при травмах различных областей тела. Первая помощь при проникающих ранениях грудной и брюшной полости, черепа. Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.

Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при наружных кровотечениях. Первая помощь при капиллярном кровотечении. Первая помощь при артериальном кровотечении. Правила наложения жгута и закрутки. Первая помощь при венозном кровотечении. Смешанное кровотечение. Основные признаки внутреннего кровотечения.

Первая помощь при ожогах. Понятие, основные виды и степени ожогов. Первая помощь при термических ожогах. Первая помощь при химических ожогах. Первая помощь при воздействии высоких температур. Последствия воздействия высоких температур на организм человека. Основные признаки теплового удара. Предупреждение развития перегревов. Воздействие ультрафиолетовых лучей на человека.

Первая помощь при воздействии низких температур. Последствия воздействия низких температур на организм человека. Основные степени отморожений.

Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути. Основные приемы удаления инородных тел из верхних дыхательных путей.

Первая помощь при отравлениях. Острое и хроническое отравление.

Первая помощь при отсутствии сознания. Признаки обморока. Первая помощь при отсутствии кровообращения (остановке сердца). Основные причины остановки сердца. Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти. Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания.

Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика.

### ***Тема 8.***

Основы обороны государства и воинская обязанность

#### **Содержание учебного материала**

Функции и основные задачи современных Вооруженных сил РФ. История создания Вооруженных Сил России.

Организация и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке. Военно-учетные специальности. Область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы.

Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений.

#### **4 Формы контроля и критерии оценки результатов самостоятельной работы**

Для контроля качества самостоятельной работы студентов в применяются:

- опрос;
- проверка индивидуальных; заданий
- конференции;
- тестирование;
- самоотчеты и т.д.;

Конкретный вид контроля определен учебно-методическими материалами дисциплины.

Критериями оценки результатов СРС могут являться:

- уровень освоения студентом учебного материала;
- умение студента использовать теоретические знания при выполнении практических задач;
- обоснованность и четкость изложения ответа;
- оформление материала в соответствии с требованиями стандартов;
- сформированные знания, умения и навыки в соответствии с целями и задачами изучения дисциплины и др. показатели.

Ниже приведены вопросы для устного опроса по темам дисциплины для оценки текущей успеваемости при изучении конкретной темы.

**Тема 1** Введение в безопасность. Основные понятия и определения.

1. Современная техносфера и её структура.
2. Взаимодействие человека со средой обитания.
3. Понятия «опасность», «безопасность». Виды опасностей: природные, антропогенные, техногенные, глобальные.
4. Классификация опасностей. Принципы и методы обеспечения безопасности. Аксиомы БЖД.



5. Взаимодействие организма человека с окружающей средой.
6. Формы труда. Классификация труда.
7. Формирование функциональных состояний и их динамика в трудовом процессе. Теории утомления.
8. Пути повышения работоспособности.
9. Комфортные условия жизнедеятельности.
10. Классификация негативных факторов природного, антропогенного и техногенного происхождения.
11. Вредные и опасные производственные факторы.

## **Тема 2** Идентификация и воздействие на человека вредных и опасных факторов среды обитания и деятельности

1. Идентификация вредных и опасных негативных факторов.
2. Гигиеническое нормирование воздействующих факторов.
3. ПДК и ПДУ их воздействия на человека и природную среду - понятия и принципы их нормирования.
4. Допустимые параметры микроклимата. Оптимальные параметры микроклимата.
5. Типы производственной пыли по происхождению.
6. Характер вредного действия пыли на организм человека.
7. Негативное влияние мелкодисперсной пыли при её вдыхании.
8. Характер воздействия вредных веществ, присутствующих в воздухе рабочей зоны, на организм человека.
9. Предельно допустимые концентрации (ПДК) вредных веществ для рабочей зоны производственных помещений и окружающей среды (понятие).
10. Классы опасности вредных веществ по степени опасности для организма человека.
11. Источники образования ЭМП.
12. Механизм действия ЭМП на человека и в чем проявляется.
13. Основные количественные показатели света (световой поток, сила света, освещенность, яркость) и единицы измерения.
14. Нормирование искусственного освещения.
15. Гигиенические характеристики вибрации по характеру воздействия на физиологические функции человека.
16. Общая вибрация, и её характеристика.
17. Локальная вибрация, и её характеристика.
18. Звук, шум: определения. Физические характеристики шума, единицы измерения.
19. Действие шума на организм человека.
20. Действие электрического тока на организм человека. Факторы, определяющие тяжесть поражения человека электрическим током.

**Тема 3** Защита человека и среды обитания от вредных и опасных факторов природного, антропогенного и техногенного происхождения.

1. Основные принципы защиты от опасностей.
2. Основные методы защиты от опасностей.
3. Средства индивидуальной защиты.
4. Системы и методы защиты человека и окружающей среды от основных видов опасного и вредного воздействия природного, антропогенного и техногенного происхождения.
5. Методы оздоровления воздушной среды.
6. Методы защиты от вредного воздействия вибрации.
7. Средства индивидуальной защиты от вибрации.
8. Методы защиты от производственного шума.
9. Средства защиты от производственного шума.
10. Методы защиты от электромагнитных полей.
11. Защита от действия электрического тока.
12. Технические способы защиты в электроустановках.

**Тема 4** Психология в обеспечении безопасности жизнедеятельности

1. Психические процессы, свойства и состояния.
2. Запредельные формы психического состояния.
3. Особые психические состояния.
4. Производственные психические состояния.
5. Состояние утомления.
6. Психологические причины создания опасных ситуаций и производственных травм.
7. Психологические причины сознательного нарушения правил безопасности.
8. Психологические причины совершения ошибок.
9. Объективные факторы производственной обстановки, создающие опасные действия со стороны работающих.
10. Мотивация безопасного поведения.

**Тема 5.** Законодательные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности

1. Назовите основные принципы обеспечения безопасности. Сопроводите один из принципов комментариями из сферы безопасности своей будущей профессиональной деятельности.
2. Как Вы понимаете приоритет предупредительных мер в целях обеспечения безопасности?

3. Какими государственными органами реализуется государственная политика в области обеспечения безопасности?

4. Предмет регулирования Федерального закона «О безопасности». 5. Основные принципы обеспечения безопасности», установленные ФЗ «О безопасности».

6. Основное содержание деятельности по обеспечению безопасности», установленные ФЗ «О безопасности».

7. Правовая основа обеспечения безопасности государства, общественной безопасности, экологической безопасности, безопасности личности, иных видов безопасности, предусмотренных законодательством Российской Федерации.

### **Тема 6.** Государственная система обеспечения безопасности населения

1. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

2. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данной местности и района проживания.

3. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

4. Правила поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации.

5. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

6. Действия персонала при возникновении пожаров.

7. Действия персонала предприятий и населения при угрозе и произошедшем землетрясении и наводнении.

8. Действия сотрудников учреждений, объектов экономики и населения в случае захвата террористами в заложники.

9. Основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.

10. Классификация стихийных бедствий (природных катастроф), техногенных аварий.

11. Характеристика поражающих факторов чрезвычайных ситуаций природного характера.

12. Техногенные аварии - их особенности и поражающие факторы.

13. Условия возникновения и развития пожаров.

14. Опасные факторы пожара, анализ их воздействия на человека и нормирование.

15. Пожарная профилактика.

16. Средства тушения пожаров.

17. Средства самостоятельной эвакуации при пожарах и чрезвычайных ситуациях из опасных зон.

18. Средства индивидуальной защиты людей при пожаре и техногенных авариях.

19. С какой целью создан государственный пожарный надзор?
20. Что представляет собой Государственный пожарный надзор?
21. Назовите основную задачу государственного пожарного надзора.
22. Закончите формулировку «Органами государственного пожарного надзора являются: ... »
23. Перечислите основные направления деятельности органов государственного пожарного надзора.
24. Какие органы осуществляют пожарный надзор в субъектах Российской Федерации?
25. Что является конечным результатом осуществления пожарного надзора?

### **Тема 7. Основы медицинских знаний**

1. Раскройте определение «Первая доврачебная помощь».
2. Где оказывается первая доврачебная помощь?
3. Какими факторами определяется вид и объем первой доврачебной помощи?
4. Кем может быть оказана первая доврачебная помощь?
5. Какова последовательность оказания первой помощи?
6. Что должен знать работник, оказывающий помощь?
7. Что должен уметь работник, оказывающий помощь?
8. Какие медикаменты и медицинские средства должны входить в аптечку для оказания первой помощи?
9. Каковы признаки жизни человека и как они определяются?
10. Каковы признаки смерти человека и как они определяются?
11. Назовите способы реанимации человека.
12. В каких случаях проводится искусственное дыхание?
13. Какие способы искусственного дыхания по методу вдувания Вы знаете?
14. Что представляет собой наружный массаж сердца, когда он проводится?
15. Какие приемы оживления составляют комплекс реанимационных мероприятий?
16. Раскройте определение «рана».
17. Каковы правила оказания первой помощи при ранениях?
18. Перечислите виды кровотечения и характерные признаки каждого вида.
19. Каким образом и с помощью каких средств можно остановить кровотечения?
20. Каковы особенности остановки кровотечения жгутом или закруткой?
21. Закончите определение: «По природе происхождения ожоги различают ...».
22. Закончите определение: «По степени тяжести ожоги подразделяются на ожоги ...».

23. В чем заключается первая помощь при термических и электрических ожогах?
23. В чем заключается первая помощь при химических ожогах?
24. Что запрещается делать при ожогах?
25. В чем заключается первая помощь при общем переохлаждении и отморожениях?
26. Каков порядок Ваших действий по оказанию первой помощи пострадавшему от электрического тока?
27. Что называется травмой и порядок оказания первой помощи при травмах?
28. В чем заключается шок и его признаки? Помощь человеку, находящемуся в шоковом состоянии.
29. Назовите признаки отравления человека газами и правила оказания первой помощи при отравлении газами?
30. Дайте определение «перелом»
31. Как оказать первую медицинскую помощь при переломе костей таза?
32. Что необходимо предпринять при закрытом переломе со смещением костей?
33. Каковы общие правила транспортирования пострадавшего с переломами?
34. Назовите последовательность оказания первой медицинской помощи при открытых переломах.
35. Назовите признаки закрытого перелома.
36. Как проводится иммобилизация конечности?
37. Для чего в автомобильной аптечке предназначен 10% водный раствор аммиака (нашатырный спирт)?
38. Назовите характерные симптомы обморока.
39. Как оказать помощь пострадавшему, если он находится в состоянии обморока?
40. Чем отличается обморок от шока?
41. Каким образом развивается анафилактический шок или анафилаксия?
42. Различают несколько форм протекания анафилактического шока. Чем отличается типичная форма от асфиксической формы шока?
43. Опишите состояния организма человека, характеризующие эректильную фазу шока.
44. Опишите состояния организма человека, характеризующие торпидную фазу шока.
45. Что, прежде всего, необходимо сделать при травматическом шоке?
46. Что, прежде всего, необходимо сделать при анафилактическом шоке?
47. Какие признаки характеризуют типичную форму анафилактического шока?
48. С какой целью вводят внутримышечно адреналин при болевом или анафилактическом шоке?

49. Какие лекарственные средства входят в «Набор медицинский противошоковый»?
50. Зачем следует приподнять ноги пострадавшего выше головы и повернуть голову на бок?
51. Что такое рана, и какими признаками она характеризуется?
52. Какие различают виды ран?
53. Какие могут быть опасные осложнения ран?
54. По каким признакам строятся классификации ран?
55. Под воздействием каких предметов образуются колотые раны?
56. Под воздействием каких предметов образуются резаные раны?
57. В чем заключается опасность травматического шока?
58. В чем заключается опасность торпидной фазы травматического шока?
59. В чем состоит принципиальное отличие скальпированной раны от обычной рваной раны?
60. По каким признакам определяются ушибленные, размозженные и рваные раны?
61. Перечислите перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.

### **Тема 8.** Основы обороны государства и воинская обязанность

1. Порядок призыва граждан на военную службу.
2. Применение получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы.
3. В чем состоят функции Вооруженных Сил РФ?
4. Назовите основные задачи Вооруженных Сил РФ.
5. Определите приоритетные направления военно-технического обеспечения безопасности России, а также необходимые для этого силы и средства.
6. Каковы основные задачи развития Вооруженных Сил РФ в военно-стратегическом плане?
7. Как осуществлялось строительство Вооруженных Сил перед Второй мировой войной?
8. Когда были созданы Рабоче-крестьянская Красная армия и Рабоче-крестьянский Красный флот?
9. В чем заключается воинская обязанность граждан РФ?
10. Определите приоритетные направления военно-технического обеспечения безопасности России, а также необходимые для этого силы и средства.
11. В чем состоят функции Вооруженных Сил РФ?
12. Каковы основные задачи развития Вооруженных Сил РФ в военно-стратегическом плане?

## **5 Подготовка к промежуточной аттестации**

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета с оценкой (дифференцированного).

Для аттестации используются комплект оценочных средств, составляющих банк вопросов и заданий по дисциплине.

В вопросы для зачета с оценкой (дифференцированного) включены вопросы по всем темам учебной дисциплины. Вопросы для зачета (в сравнении с вопросами для устного опроса по контролируемым темам в рамках текущего контроля успеваемости) имеют более общий и более широкий характер: каждый вопрос рассчитан на проверку нескольких «знать» (комплекса знаний обучающегося).

## **6 Перечень литературы, рекомендуемой для освоения дисциплины**

1 Основы безопасности жизнедеятельности: государственная система обеспечения безопасности населения : учебное пособие / сост.: А. Н. Приешкина, М. А. Огородников, Е. Ю. Голубь, А. В. Седымов и др. - Омск : Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2017. - 80 с. - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483417> (дата обращения: 29.10.2021). - Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

2 Микрюков, Василий Юрьевич. Основы военной службы: строевая, огневая и тактическая подготовка, военная топография : учебник / В. Ю. Микрюков. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Форум : Инфра-М, 2021. - 384 с. - ISBN 978-5-00091-623-0 (Форум). - ISBN 978-5-16-014368-2 (ИНФРА-М) : 1522.35 р. - Текст : непосредственный.

3 Хамидуллин, Р. Я. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Р. Я. Хамидуллин, И. В. Никитин. - Москва : Московский финансово-промышленный университет «Синергия», 2020. - 138 с. : ил. - (Университетская серия). - URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602816> (дата обращения: 21.03.2022). - Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

4 Семехин, Ю. Г. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / Ю. Г. Семехин, В. И. Бондин. - Изд. 2-е, стер. - Москва ; Бер-

лин : Директ-Медиа, 2019. - 413 с. : табл.- URL:  
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573927> (дата обращения:  
 21.03.2022). - Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

5 Танашев, В. Р. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие / В. Р. Танашев. - 2-е изд. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. - 315 с. - URL:  
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596693> (дата обращения:  
 21.03.2022). - Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

6. Бунин, Г. П. Экологическая безопасность вооружения, военной и специальной техники вооруженных сил России (проблемы, результаты и перспективы нормативного правового обеспечения и стандартизации) : справочник / Г. П. Бунин, М. Б. Плущевский, А. В. Плотников. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. - 606 с. - URL:  
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=570427> (дата обращения:  
 19.03.2022). - Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

7 Санитарно-гигиеническое просвещение населения : учебник / Ю. И. Стёпкин, В. И. Попов, М. И. Чубирко [и др.]. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2020. - 143 с. - URL:  
<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=601623> (дата обращения:  
 21.03.2022). - Режим доступа: по подписке. - Текст : электронный.

### ***Интернет-ресурсы***

<https://www.lib.swsu.ru> Электронная библиотека ЮЗГУ

<https://window.edu.ru/library> Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»

<https://www.biblioclub.ru> Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека online»

<https://www.mchs.gov.ru> Официальный сайт МЧС Российской Федерации

<https://www.minzdravsoc.ru> Официальный сайт Минздравсоцразвития РФ

<http://www.garant.ru> Информационно-правовая система ГАРАНТ - законодательство РФ с комментариями

<https://www.gosnadzor.ru> Официальный сайт Ростехнадзора