МЧС РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Уральский институт Государственной противопожарной службы Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий»

Кафедра безопасности в ЧС

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Методические рекомендации
по самостоятельному изучению дисциплины

20.02.04 Пожарная безопасность
Квалификация специалиста среднего звена
«Специалист по пожарной безопасности»
3 года 10 месяцев

Екатеринбург
2023

Безопасность жизнедеятельности: методические рекомендации по самостоятельному изучению дисциплины. Программа подготовки специалистов среднего звена 20.02.04 Пожарная безопасность / сост. А.А. Рязанов.- Екатеринбург: Уральский институт ГПС МЧС России, 2021. 13 с.

Составитель:
Рязанов А.А., старший преподаватель кафедры безопасности в ЧС Уральского института ГПС МЧС России.

Методические рекомендации по самостоятельному изучению дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» предназначены для обучающихся по программе подготовки специалистов среднего звена 20.02.04 Пожарная безопасность и составлены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта СПО программы подготовки специалистов среднего звена, а также согласно рабочей программе дисциплины.

Методические рекомендации рассмотрены и одобрены на заседании кафедры безопасности в ЧС от 08.06.2023 г. протокол № 13.

© ФГБОУ ВО «Уральский институт ГПС МЧС России», 2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт рабочей программы дисциплины..... 4
2. Общие методические рекомендации по самостоятельному изучению дисциплины..... 6
3. Методические рекомендации по самостоятельному изучению тем курса и подготовке к занятиям..... 8
4. Литература для самостоятельного изучения дисциплины..... 9
5. Перечень рекомендуемых тем рефератов, докладов..... 12

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ (УЧЕБНОЙ) ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

1.1 Область применения программы

Рабочая (учебная) программа учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО 20.02.04 Пожарная безопасность.

1.2 Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Укрупненная группа специальностей	Специальность	Индекс дисциплины по рабочему учебному плану
20.00.00 Техносферная безопасность и природообустройство	20.02.04 Пожарная безопасность	СГЦ.06

1.3 Цель и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» являются:

- формирование у обучающихся необходимых знаний в области безопасного взаимодействия человека со средой обитания, которые позволят
им грамотно выбирать целесообразные действия в условиях неопределенности и риска;

- формирование сознательного и ответственного отношения к службе в Вооружённых Силах Российской Федерации.

Для достижения поставленных целей предусматривается решение следующих основных задач:

- идентификация опасности распознание и количественная оценка негативных воздействий среды обитания;

- изучение сущности угроз мирного и военного времени различного характера, возможных последствий и способов защиты;

- предупреждение воздействия тех или иных негативных факторов на человека;

- получение необходимых знаний о системе оборонных и инженерно-
технических мероприятий, осуществляемых в целях защиты населения в мирное и военное время;

- ликвидация отрицательных последствий воздействия опасных и вредных факторов;

- получение необходимых знаний о Вооружённых Силах Российской Федерации и порядку прохождения службы;

- развитие способности к логическому, аналитическому, критическому
мышлению в условиях повседневной деятельности.

Содержание компетенций	Результаты освоения
ОК 7 Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях	*Знать:* - теоретические основы безопасности жизнедеятельности. *Уметь:* - создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности; - применять основные способы защиты населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера. *Владеть:* - навыками поддержания нормальных условий жизнедеятельности при возникновении ЧС мирного и военного времени.

1.4 Количество часов на освоение программы дисциплины

Виды работ	Количество часов по рабочему учебному плану
Максимальная учебная нагрузка обучающегося:	108
- обязательная учебная нагрузка обучающегося	88
- самостоятельная учебная нагрузка обучающегося	20

2. ОБЩИЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО САМОСТОЯТЕЛЬНОМУ ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью эффективного использования времени самостоятельной работы является не только глубокое изучение и усвоение обучающимися учебного материала, но и привитие им устойчивых навыков самостоятельного труда, воспитание чувства необходимости постоянного совершенствования знаний, умений, навыков. Приучить обучающихся к ритмичной самостоятельной работе, к глубокой проработке учебного материала и умению планировать свое время − это значит развить у них дисциплинированность, организованность, подготовить их к самостоятельной работе в сложных условиях несения службы.

Перед изучением дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» необходимо ознакомиться с рабочей программой дисциплины, графиком ее прохождения и контрольными мероприятиями.

Обучающемуся при самостоятельном изучении дисциплины следует:

1) внимательно изучить материалы, характеризующие курс и тематику самостоятельного изучения (это позволит четко представить как круг изучаемых тем, так и глубину их постижения);

2) установить взаимосвязь изучаемых тем и вопросов с тематикой ранее изученных дисциплин;

3) составить подборку литературы, достаточную для изучения предлагаемых тем (при этом следует иметь в виду, что нужна литература разных видов: учебники, учебные и учебно-методические пособия, нормативные правовые акты и нормативные документы;

4) уяснить основное содержание той или иной проблемы следует, изучая учебную литературу;

5) установить четкую взаимосвязь изучаемого теоретического материала с практической деятельностью (это предполагает наличие у обучаемых не только знания теоретического материала, но и умения использовать его для анализа практических вопросов и проблем).

Изучение дисциплины осуществляется на лекционных и практических занятиях. На лекционных занятиях излагаются основы знаний по дисциплине в обобщенной форме. Неохваченные на лекциях вопросы, а также вопросы и темы, имеющие чисто информативный характер выделяются для самостоятельного изучения. Поэтому при подготовке к практическим и семинарским занятиям необходимо самостоятельно проработать вопросы, вынесенные на самостоятельное изучение, посредством работы над научной, учебной и учебно-методической литературой, интернет - ресурсами.

Оценка уровня сформированности знаний по вопросам, вынесенным на самостоятельное изучение, осуществляется на практическом занятии в виде тестирования. Самостоятельная работа должна иметь систематический характер.

Важно систематически конспектировать основные определения, формулы, а также воспроизводить рисунки; в конспекте необходимо отмечать неясные вопросы, чтобы выяснить их затем с помощью дополнительной литературы или у преподавателя.

Наряду с основным конспектом целесообразно вести и опорный конспект. Опорный конспект, или лист опорных сигналов, – это построенная по специальным принципам визуальная модель содержания учебного материала, в которой в сжатой форме изображены основные смысловые вехи изучаемой темы, а также используются графические приемы повышения эффективности усвоения информации.

Составление опорного конспекта способствует закреплению полученных знаний с одновременным усвоением нового учебного материала, свободному владению понятийным аппаратом дисциплины. Краткость в изложении и емкость содержания опорного конспекта позволяют без особых усилий неоднократно обращаться к нему в течение всего периода обучения.

После изучения теории предполагается решение задач и тестовых заданий на практических занятиях, а также изучение нормативных документов по данной теме.

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО САМОСТОЯТЕЛЬНОМУ ИЗУЧЕНИЮ ТЕМ КУРСА И ПОДГОТОВКЕ К ЗАНЯТИЯМ

№ п/п	Наименование частей, разделов и тем
1	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций
2	Гражданская оборона
3	Защита населения и территории при чрезвычайных ситуациях
4	Вооруженные Силы Российской Федерации
5	Уставы Вооруженных Сил Российской Федерации
6	Строевая подготовка
7	Огневая подготовка
8	Медико-санитарная подготовка
	Итоговый контроль – зачет

Вопросы для самоконтроля

1. Авария, катастрофа, стихийное бедствие: определение понятий, классификация и характеристика.
2. Поражающие факторы: механический, термический, химический, радиационный, биологический, психогенный.
3. Медико-тактические характеристики. Санитарные потери, их величина и структура.
4. Виды медицинской помощи. Задачи и объем первой помощи.
5. Понятие о кровообращении. Количество крови в организме человека, ее свертываемость. Значение своевременной остановки кровотечения.
6. Назначение аптечки индивидуальной, пакета перевязочного медицинского индивидуального, сумки медицинской санитарной, пакета противохимического индивидуального, перевязочного материала
7. ИПП, его устройство, состав и правила пользования.
8. Общее понятие о закрытых и открытых повреждениях.
9. Кровотечение, его виды. Способы временной остановки кровотечения: пальцевое прижатие артерии, наложение давящей повязки, закрутка жгута.
10. Понятие о травматическом шоке, его признаки, причины, профилактика. Первая помощь при шоке.
11. Способы оказания первой помощи при вывихах, переломах конечностей, ребер, костей черепа, позвоночника и таза.

12. Понятие о реанимации. Терминальные состояния, признаки клинической и биологической смерти. Объем и последовательность реанимационных мероприятий.

13. Ожоги, их причины, признаки, виды и классификация. Профилактика ожогов.

14. Отморожение, причины, признаки, виды и классификация. Профилактика отморожений.

15. Отравляющие и аварийные химические опасные вещества, их классификация по действию на организм человека. Признаки поражения.

16. Лучевая болезнь, ее начальные признаки. Оказание первой помощи.

17. Инфекционные заболевания, источники, причины, пути распространения.

18. Задачи гражданской обороны.

19. Задачи РСЧС.

20. Органы управления гражданской обороны.

21. Силы гражданской обороны.

22. Силы и средства РСЧС.

23. Защита от АХОВ в ЧС.

24. Техногенные источники радиоактивного загрязнения местности, их краткая характеристика.

25. Назначение и устройство фильтрующих противогазов и респираторов.

26. Назначение, состав средств индивидуальной защиты кожи. Подготовка специальной защитной одежды и правила пользования ею.

27. Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и биолого-социального характера.

28. Режимы функционирования РСЧС.

29. Органы РСЧС.

30. История создания гражданской обороны.

31. Организация гражданской обороны.

32. Задачи гражданской обороны.

33. Оружие массового поражения и защита от него.

34. Ядерное оружие.

35. Химическое оружие.

36. Биологическое оружие.

37. Средства защиты от оружия массового поражения.

38. Правила поведения и действия людей в зонах радиоактивного, химического заражения и в очаге биологического поражения.

39. Землетрясения и извержение вулканов.

40. Ураганы, бури и смерчи, грозы.

41. Снежные заносы, сход лавин, метель, вьюга.

42. Сели и оползни.

43. Лесные, степные и торфяные пожары.
44. Наводнения.
45. Защита при авариях на транспорте. Автомобильный транспорт.
46. 45. Защита при авариях на транспорте. Железнодорожный транспорт.
47. Защита при авариях на транспорте. Воздушный транспорт.
48. Защита при авариях на транспорте. Водный транспорт.
49. Защита при авариях на производственных объектах. Пожароопасные объекты.
50. Защита при авариях на производственных объектах. Взрывоопасные объекты.
51. Защита при авариях на производственных объектах. Гидродинамические объекты.
52. Защита при авариях на производственных объектах. Химически опасные объекты.
53. Защита при авариях на производственных объектах. Радиационно опасные объекты.
54. Обеспечение безопасности при неблагоприятной экологической обстановке.
55. Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке.
56. Эпидемии.
57. Состав и организационная структура Вооружённых Сил Российской Федерации.
58. Виды Вооружённых Сил Российской Федерации и рода войск.
59. Система руководства и управления Вооружёнными Силами Российской Федерации.
60. Воинская обязанность и комплектование Вооружённых Сил Российской Федерации.
61. Порядок прохождения службы.
62. Военная присяга. Боевое знамя воинской части.
63. Военнослужащие и взаимоотношение между ними.
64. Внутренний порядок, размещение и быт военнослужащих.
65. Суточный наряд роты.
66. Воинская дисциплина.
67. Караульная служба.
68. Ручные осколочные гранаты. Основные боевые свойства. Общее устройство. Принцип действия. Порядок применения.

4. ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Основная литература

1. Микрюков, В.Ю. Безопасность жизнедеятельности : учебник / Микрюков В.Ю. — Москва : КноРус, 2019. — 282 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-06523-5.

2. Алексеев С.В. Основы безопасности жизнедеятельности: 10–11 классы: базовый уровень : учебник для учащихся общеобразовательных организаций / С.В. Алексеев, С.П. Данченко, Г.А. Костецкая и др. – 4 –е изд., пересмотр. – М.: Вентана-Граф, 2019.-413.

3. Организация и ведение гражданской обороны и защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера: Учебное пособие / Под общ. ред. Г. Н. Кириллова. — 7-е изд., пересм. - М.: Институт риска и безопасности, 2011. -536 с.

Дополнительная литература

4. Индивидуальные и коллективные средства защиты. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Порядок и правила их использования [Текст]: учебное пособие / сост. А. В. Вишняков, А. А. Рязанов, С. М. Мурзин, А. О. Осипчук. – Екатеринбург: Уральский институт ГПС МЧС России, 2014. – 52 с.

5. Радиационная, химическая и биологическая защита. Радиоактивные загрязнения и технические средства дозиметрии [Текст]: учебное пособие / сост. А. А. Рязанов, С. М. Мурзин, А. В. Вишняков. – Екатеринбург: Уральский институт ГПС МЧС России, 2015. – 87 с.

6. Шишкин, П. Л. Средства защиты населения. Порядок выбора, хранения, накопления и использования [Текст]: учеб. пособие. Специальность 20.05.01 Пожарная безопасность. Направление подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность. Направление подготовки 38.03.04 Государственное и муниципальное управление / П. Л. Шишкин [и др.]. – Екатеринбург : Уральский институт ГПС МЧС России, 2017. – 132 с.

Интернет-ресурсы

1. Информационно-образовательный портал по безопасности Жизнедеятельности - Режим доступа: http: // bgd.udsu.ru.

2. Информация по обеспечению личной, национальной и глобальной безопасности. Нормативные документы, теория БЖ, наука, психология, методика, культура БЖ. - Режим доступа: http: // bezopasnost.edu66.ru.

3. Официальный сайт МЧС России. Режим доступа: http://www.mchs.gov.ru.

4. Официальный сайт ВС РФ. Режим доступа:

http://www.mchs.gov.ru..

5. Информационно-правовой портал. Режим доступа: http://www.garant.ru.

6. Официальный сайт компании «КонсультантПлюс». Режим доступа: http://www.consultant.ru.

6. ПЕРЕЧЕНЬ РЕКОМЕНДУЕМЫХ ТЕМ РЕФЕРАТОВ, ДОКЛАДОВ

1. Обеспечение безопасности населения в чрезвычайных ситуациях и во время стихийных бедствий.
2. Средства защиты органов дыхания.
3. Средства защиты кожи от внешних негативных воздействий.
4. Последствия крупных аварий на АЭС, ХОО, ГТС.
5. Организация мероприятий по перемещению и эвакуации населения.
6. Стихийные бедствия: смерчи, тайфуны, ураганы, землетрясения, наводнения. Поведение населения в случае угрозы их возникновения.
7. Первая медицинская помощь при кровотечениях и травмах. Использование подручных средств.
8. Оказание первой медицинской помощи пострадавшим от стихийных бедствий.
9. Оказание первой помощи в случае ожога, утопления, обморожения, кровотечения.
10. Выбросы вредных веществ в атмосферу.
11. Влияние радиации на здоровье человека: угроза, развитие болезней и методы лечения.
12. Терроризм: предотвращение и обеспечение мер безопасности.
13. Первая помощь при отравлении алкоголем, никотином, лекарственными препаратами, препаратами бытовой химии.
14. Организационная структура ВС. Виды ВС, рода войск. История их создания и предназначение.
15. Функции и основные задачи современных ВС РФ, их роль и место в СОБЕС. Средства ведения боя и их характеристика.
16. Другие рода войск, их состав и предназначение с учетом концепции государственной политики РФ по военному строительству.
17. Памяти поколений – дни воинской славы России.

18. Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести, славы.

19. Ордена и медали – почетные награды за воинские отличия и за слуги в бою и военной службе.

20. Защита человека в чрезвычайных ситуациях.

21. Основы поведения учащихся в ЧС.

22. ЧС техногенного и природного характера.

23. Проведение мероприятий по эвакуации в ЧС.

24. Противопожарные мероприятия.

25. Радиационная опасность.

26. Техногенные катастрофы.

27. Эпидемия гриппа, защита от вирусов.

28. Химическая тревога.

29. Вредные факторы, влияющие на здоровье.

30. Поражение радиацией.