

Министерство общего и профессионального образования Ростовской области  
НОВОШАХТИНСКИЙ ФИЛИАЛ  
государственного бюджетного профессионального  
образовательного учреждения Ростовской области  
«ШАХТИНСКИЙ РЕГИОНАЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ ТОПЛИВА И ЭНЕРГЕТИКИ им.  
ак. Степанова П.И.»

РАССМОТРЕНО:  
на заседании ЦМК горных и  
электромеханических дисциплин  
Протокол № 1 от  
« 29 » августа 2017 г.  
Председатель ЦМК горных и  
электромеханических дисциплин  
\_\_\_\_\_ Е.И. Черкасская

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**  
**ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**  
по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»  
для обучающихся заочной формы обучения специальности  
13.02.11 Техническая эксплуатация и обслуживание электрического и  
электромеханического оборудования (по отраслям) базовой подготовки

Разработал:

Радченко С.А. \_\_\_\_\_

преподаватель НФ ГБПОУ РО  
«Шахтинский региональный  
колледж топлива и энергетики  
им. ак. Степанова П.И.»

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. Методические рекомендации по составлению опорного конспекта	3
2. Содержание самостоятельной работы обучающихся	3
3. Список основной и дополнительной литературы	5

## 1. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО СОСТАВЛЕНИЮ ОПОРНОГО КОНСПЕКТА.

1. Внимательно прочитайте текст. Уточните в справочной литературе непонятные слова. При записи не забудьте вынести справочные данные на поля конспекта.
2. Выделите главное, составьте план.
3. Кратко сформулируйте основные положения текста, отметьте аргументацию автора.
4. Законспектируйте материал, четко следуя пунктам плана. При конспектировании старайтесь выразить мысль своими словами. Записи следует вести четко, ясно.
5. Грамотно записывайте цитаты. Цитируя, учитывайте лаконичность, значимость мысли.

### КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ:

- соответствие содержания теме;
- правильная структурированность информации;
- наличие логической связи изложенной информации;
- соответствие оформления требованиям;
- аккуратность и грамотность изложения;
- работа сдана в срок.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

№ п/п	Кол-во часов	Вид самостоятельной работы	Тема	Содержание самостоятельной работы
1.	2	Составление опорного конспекта	Теоретические основы прогнозирования ЧС.	- план; - содержание (главы и параграфы); - список литературы.
2.	2	Составление опорного конспекта	Понятие авария и катастрофа.	
3.	2	Составление опорного конспекта	Изучение правил пожарной безопасности: «Общие требования».	
4.	2	Составление опорного конспекта	Локальные вооруженные конфликты, ведение широкомасштабных действий.	
5.	2	Составление опорного конспекта	Терроризм как чрезвычайная ситуация.	
6.	2	Составление опорного конспекта	Основные источники чрезвычайных ситуаций военного характера.	
7.	2	Составление опорного конспекта	Современные средства поражения.	
8.	2	Составление опорного конспекта	Изучение правил пожарной безопасности: «Здания для проживания людей».	
9.	2	Составление опорного конспекта	Способы защиты населения от ЧС мирного и военного времени.	
10.	2	Составление опорного конспекта	История создания системы РСЧС, ее назначения и задачи.	
11.	2	Составление опорного конспекта	Способы оповещения населения.	
12.	2	Составление опорного конспекта	Действие населения по сигналам гражданской обороны.	
13.	2	Составление	Режимы поведения населения в ЗС.	

		опорного конспекта		
14.	2	Составление опорного конспекта	Убежище.	
15.	2	Составление опорного конспекта	Противорадиационные укрытия, простейшие сооружения.	
16.	2	Составление опорного конспекта	Нормативно-правовые документы по проведению эвакуационных мероприятий.	
17.	2	Составление опорного конспекта	Сущность рассредоточения.	
18.	2	Составление опорного конспекта	Сборные эвакуационные пункты.	
19.	2	Составление опорного конспекта	Промежуточные пункты эвакуации.	
20.	2	Составление опорного конспекта	Изучение правил пожарной безопасности: «Культурно-просветительные и зрелищные учреждения».	
21.	2	Составление опорного конспекта	Сущность аварийно-спасательных работ (АСДНР).	
22.	2	Составление опорного конспекта	Обеспечение устойчивости функционирования объектов экономики.	
23.	2	Составление опорного конспекта	Основы обороны государства.	
24.	2	Составление опорного конспекта	Национальные интересы России и основные угрозы национальной безопасности.	
25.	2	Составление опорного конспекта	Военная организация государства.	
26.	2	Составление опорного конспекта	Виды вооруженных Сил, рода войск и их предназначение.	
27.	2	Составление опорного конспекта	Другие войска.	
28.	2	Составление опорного конспекта	Сухопутные войска, Военно-морской флот.	
29.	2	Составление опорного конспекта	Военно-воздушные силы.	
30.	2	Составление опорного конспекта	Воздушно-космические войска – основа защищенности РФ.	
31.	2	Составление опорного конспекта	Определение правовой основы военной службы в Конституции РФ и Федеральных законах.	
32.	2	Составление опорного конспекта	Требования воинской деятельности, предъявление к физическим, психологическим и профессиональным качествам военнослужащего.	
33.	2	Составление опорного конспекта	Права и свободы военнослужащего, льготы предоставляемые военнослужащим.	
34.	2	Составление опорного конспекта	Дисциплинарный устав.	
35.	2	Составление опорного конспекта	Женевские конвенции.	
36.	2	Составление опорного конспекта	Участие Вооруженных Сил России в миротворческой деятельности.	
37.	2	Составление опорного конспекта	Уголовная ответственность военнослужащих за преступления.	

- план;  
- содержание (главы и параграфы);  
- список литературы.

38.	2	Составление опорного конспекта	Патриотизм и верность воинскому долгу.	- план; - содержание (главы и параграфы); - список литературы.
39.	2	Составление опорного конспекта	Дружба и воинское товарищество.	
40.	2	Составление опорного конспекта	Здоровье физическое и духовное, их взаимосвязь и влияние на жизнедеятельность человека.	
41.	2	Составление опорного конспекта	Виды кровотечений.	
42.	2	Составление опорного конспекта	Способы остановки кровотечений.	
43.	2	Составление опорного конспекта	Первая помощь при ожогах и ранениях на пожаре.	
44.	2	Составление опорного конспекта	Виды ран и общие правила оказания первой помощи при травмах.	
<b>Всего:</b>				<b>88 часов</b>

### 3. СПИСОК ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.

#### Основная литература:

1. Арустамов Э. А., Безопасность жизнедеятельности: Учебник для студ. сред. Учеб. заведений / Э. А. Арустамов, Н. В. Косолапова, Н. А. Прокопенко, Г.В. Гуськов/ – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 176 с.

2. Вишняков Я.Д. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для СПО / под общ. ред. Я.Д. Вишнякова. – М.: Издательство Юрайт, 2016. - 249 с.

#### Дополнительная литература:

1. Вишняков, Я.Д. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для СПО / Я.Д. Вишняков. - Люберцы: Юрайт, 2015. - 543 с.

2. Беляков, Г. И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях: учебник для СПО / Г. И. Беляков. — 3-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2016. — 352 с.