

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**  
**АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**  
**«ТЕХНИКУМ РАДИОЭЛЕКТРОНИКИ И ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ**  
**по выполнению практических работ**  
**по дисциплинам ОУД “ Основы безопасности жизнедеятельности ” и ОП «Безопасность**  
**жизнедеятельности**

для обучающихся по профессиям:

15.01.03. «Станочник»

09.01.03. «Мастер по обработке цифровой информации»

11.01.02. «Радиомеханик»

13.01.10 Электромонтер по ремонту и обслуживанию электрооборудования (по отраслям)

по специальностям:

09.02.01. «Компьютерные системы и комплексы»

11.02.02. «Техническое обслуживание и ремонт радиоэлектронной техники»

методическим объединением  
общеобразовательного цикла

объединения общеобразовательного цикла

Протокол № \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Составитель: преподаватель Меньшиков В.Ф.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение	Стр. 3
Цель методических указаний	4
Темы практических работ	4
Правила выполнения практических работ	4

## Введение

Дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» и «Безопасность жизнедеятельности» изучается студентами в течение нескольких курсов. Реализация программ обеспечит компетентность будущих специалистов в области безопасности жизнедеятельности как неотъемлемой части их профессионализма в период вступления в самостоятельную жизнь.

Ведущей дидактической целью практических занятий является формирование практических умений, необходимых в последующей учебной деятельности и жизни. На практических занятиях студенты овладевают первоначальными умениями и навыками, которые будут использовать в профессиональной деятельности и жизненных ситуациях. Наряду с формированием умений и навыков в процессе практических занятий обобщаются, систематизируются, углубляются и конкретизируются теоретические знания, вырабатывается способность и готовность использовать теоретические знания на практике, развиваются интеллектуальные умения.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

- организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- применять первичные средства пожаротушения;
- ориентироваться в перечне военно – учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
- оказывать первую помощь пострадавшим.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирование развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;
- основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
- основы военной службы и обороны государства;
- задачи и основные мероприятия гражданской обороны;
- способы защиты населения от оружия массового поражения;
- меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
- организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступление на нее в добровольном порядке;
- основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно – учетные специальности, родственные специальностям СПО;
- область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
- порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

Для успешного выполнения практических работ обучающиеся обязаны ознакомиться с порядком их проведения и изучить соответствующие разделы теоретического курса.

Обучающиеся должны четко представлять задачу, уметь проводить необходимые расчеты.

Описание каждой практической работы содержит:

- тему, цели работы,
- порядок выполнения работы, а так же перечень контрольных вопросов, с целью выявления и устранения недочетов в освоении рассматриваемой темы.
- список рекомендованной литературы.

Организация и проведение занятий, в частности подготовка студентов к занятию, инструктаж, выполнение студентами заданий, оформление работы, значительно упрощаются с методической точки зрения, когда существуют письменные методические указания по их проведению.

**Цель методических указаний** - обеспечить четкую организацию проведения практических занятий по дисциплинам « Основы безопасности жизнедеятельности» и «Безопасность жизнедеятельности», дать возможность студентам, пропустившим учебное занятие, самостоятельно выполнить, оформить практическую работу.

**Темы практических работ по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»:**

Практическая работа № 1 Ориентирование на местности, движение по магнитному азимуту  
Практическая работа № 2 Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии

Практическая работа № 3 Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки

Практическая работа № 4 Изучение последствий потребления никотина, алкоголя, наркотиков

Практическая работа № 5 Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения

Практическая работа № 6 Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации согласно плану образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.)

Практическая работа № 7 Правила безопасного поведения при угрозе возникновения чрезвычайной ситуации. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий

Практическая работа № 8 Изучение и отработка моделей поведения в ЧС на транспорте

Практическая работа № 9 Изучение первичных средств пожаротушения

Практическая работа № 10 Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции

Практическая работа № 11 Огневая подготовка: выполнение стрельбы из пневматической винтовки, мишень №8

Практическая работа № 12 Строевая подготовка»

Практическая работа № 13 Неполная сборка, разборка автомата АК-74

Практическая работа № 14 Отработка нормативов надевания противогаза

Практическая работа № 15 Оказание первой помощи, наложение жгута и повязок при ранениях

Практическая работа № 16 Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания

**Темы практических работ по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»:**

Практическая работа № 1 Выполнение нормативов надевания средств индивидуальной защиты

Практическая работа № 2 Пожарная безопасность в здании и действия учащихся в экстремальной ситуации

Практическая работа № 3 Порядок пользования медицинскими средствами защиты

Практическая работа № 4 Действия персонала и обучающихся техникума по обеспечению антитеррористической безопасности

Практическая работа № 5 Права и обязанности водителя и пешехода на дороге

Практическая работа № 6 Влияние физических упражнений на мышечную силу и выносливость

Практическая работа № 7 Двигательная активность как залог здоровья

Практическая работа № 8 Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих

Практическая работа № 9 Строевая подготовка (строевая стойка, отработка строевого шага, строевые приемы)

Практическая работа № 10 Изучение способов бесконфликтного общения и саморегуляции

Практическая работа № 11 Огневая подготовка: выполнение стрельбы из пневматической винтовки, мишень №8

Практическая работа № 12 Неполная сборка, разборка автомата АК-74

Практическая работа № 13 Остановка кровотечения сосудов кисти и предплечья

Практическая работа № 14 Наложение жгута при артериальном кровотечении (артерия руки)

**Правила выполнения практических работ**

В процессе проведения практических занятий студенты:

- 1) находят подтверждение теоретических положений, убеждаются в наличии определенных закономерностей и алгоритмов поведения;
- 2) формируют практические умения и навыки организации и проведения спасательных мероприятий, вырабатывают умение сравнивать, анализировать, обрабатывать теорию, устанавливать зависимости, делать выводы и обобщения, оформлять результаты исследования.

Типичными заданиями для практических занятий являются:

- индивидуальные задания;
- групповые задания;
- групповая дискуссия;
- деловая игра, моделирующая профессиональные задачи.

Состав заданий для занятия планируется с таким расчетом, чтобы за отведенное время они могли быть качественно выполнены большинством студентов. Продолжительность занятия составляет не менее двух академических часов.

Правила оформления практических работ:

1. Практические работы выполняются в отдельной тетради.
2. Таблицы, рисунки, схемы чертят простым карандашом с помощью линейки.
3. Работы выполняются аккуратно, разборчивым почерком.
4. Практическая работа выполняется в аудитории.

Практическая работа должна содержать:

1. Тему занятия, тему и номер практической работы.
2. Исходные данные практического занятия.
3. Выполненное задание.
4. Ответы на контрольные вопросы.

Критерии оценки:

- «5» - правильно, грамотно выполненные задания и ответ на контрольные вопросы.
- «4» - правильно и грамотно выполненные задания.
- «3» - выполнено не менее 60 % задания.
- «2» - выполнено менее 60% задания.

Перед выполнением работы студент должен отчитаться перед преподавателем за выполнение предыдущей работы. Студент должен на уровне понимания и воспроизведения предварительно усвоить необходимую для выполнения практических работ теоретическую и практическую информацию.

Студент, пропустивший практическую работу по какой либо причине, выполняет пропущенную работу самостоятельно, пользуясь, при необходимости, консультациями преподавателя.

Порядок отчетности по практическому занятию

1. Студенты, отсутствующие на практическом занятии, выполняют задания практического занятия самостоятельно, получая при необходимости консультации преподавателя.
2. Не зачтенная практическая работа должна быть исправлена и повторно сдана на проверку.
3. Все замечания, сделанные преподавателем, должны быть устранены до итогового зачета.
4. Выполненные практические задания сдаются преподавателю по завершению урока. Без выполнения заданий студент до зачета не допускается.