

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
«ТЕХНИКУМ РАДИОЭЛЕКТРОНИКИ И ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ
ИМЕНИ А.В. ВОСКРЕСЕНСКОГО»**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
по выполнению практических работ по дисциплине
«СГ.03 Безопасность жизнедеятельности» для студентов**

**программы подготовки специалистов среднего звена
специальность 11.02.15 Инфокоммуникационные сети и системы связи
квалификации выпускника – специалист по обслуживанию телекоммуникаций
Форма обучения - очная**

г. Ижевск, 2024 г.

РАССМОТРЕНЫ

Председатель методического

методическим объединением
профессионального цикла

объединения профессионального цикла

Протокол № _____

_____ / _____

«_____» _____ 20____ г.

Составитель: преподаватель Цигвинцев В.А.

Содержание

1. Вводная часть
2. Пояснительная записка
3. Перечень практических занятий

Введение

Учебная дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» (БЖ) изучается студентами на первом курсе. Методические рекомендации по выполнению практических работ обеспечивают реализацию рабочей программы по дисциплине Безопасности жизнедеятельности.

Реализация программы обеспечит компетентность будущих специалистов в области безопасности жизнедеятельности как неотъемлемой части их профессионализма в период вступления в самостоятельную жизнь.

Пояснительная записка

Целью практических занятий является формирование практических умений, необходимых в последующей учебной, профессиональной деятельности и жизни.

В соответствии с ведущей дидактической целью содержанием практических занятий является решение разного рода задач, в том числе профессиональных (анализ проблемных ситуаций, решение ситуационных задач, работа с измерительными приборами, средствами индивидуальной защиты, учебным тренажером для реанимационных действий, работа с нормативными документами, инструктивными материалами, справочниками).

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.

Данная дисциплина базируется на знаниях умениях и навыках, полученных студентами при изучении социально-экономических, естественнонаучных и общетехнических дисциплин и в процессе изучения прослеживается теснейшая ее связь с этими дисциплинами.

Общие методические рекомендации и рекомендации по выполнению практических занятий
Выполнении каждой практической/лабораторной работы необходимо придерживаться следующих правил:

- 1. Внимательно прочитайте инструкцию по выполнению практической работы.**
- 2. Пользуясь рекомендациями к работе, выполните предложенные задания.**
- 3. Оформите письменный отчет по выполненной практической работе.**

Требования к содержанию и оформлению отчета по практической работе:

- название и цель работы;
- оборудование;
- ход работы (краткое описание порядка выполнения работы, результаты эксперимента, расчета, наблюдения оформляются в виде таблицы. В таблицу заносятся все экспериментальные данные и результаты расчетов. Все расчеты производятся ниже таблицы. К отчету прилагаются графики в случае необходимости графической интерпретации полученных результатов или другие материалы);
- вывод по работе, соответствующий полученным результатам (Например, можно следующим образом: из полученных данных можно сделать следующие выводы: (и перечисляем, к каким выводам в результате проделанной работы вы пришли).

Критерии оценки результатов выполнения практической работы.

- Критериями оценки результатов выполнения практической (лабораторной) работы являются:
- степень реализации цели работы;
 - качество оформления отчета;

-степень соответствия результатов работы заданным требованиям.

Оценка выполнения практической работы

Отметка 5 – «отлично» выставляется, если студент имеет глубокие знания учебного материала по теме практической работы, показывает усвоение взаимосвязи основных понятий, используемых в работе, самостоятельно выполнил все рекомендации по выполнению практической работы, смог ответить на контрольные вопросы, даёт правильный алгоритм решения задачи, выполнены поставленные цели работы.

Отметка 4 – «хорошо» выставляется, если студент показал знание учебного материала, допускает небольшие неточности при выполнении экспериментальных заданий и расчетов, смог ответить почти полно на все контрольные вопросы.

Отметка 3 – «удовлетворительно» выставляется, если студент в целом освоил материал практической работы, но затрудняется с выполнением всех заданий практической работы без помощи преподавателя, ответил не на все контрольные вопросы.

Отметка 2 – «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он имеет существенные пробелы в знаниях основного учебного материала практической(лабораторной)работы, не может самостоятельно выполнить задания практической работы, не раскрыл содержание контрольных вопросов.

Практические работы по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»

Практическая работа №1. Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара в ОУ, пользовании средствами пожаротушения.

Практическая работа №2. Обеспечение безопасности в случае захвата в заложники, обнаружении подозрительных предметов.

Практическая работа №3 Организационная структура ВС РФ. Руководство и управление ВС РФ.

Практическая работа №4. Права военнослужащих. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих

Практическая работа №5. Воинские должности и звания военнослужащих. Военная форма одежды.

Практическая работа №6. Выполнение неполной разборки и сборки АК-74. Снаряжение магазина автомата патронами

Практическая работа №7. Выполнение стрельбы из пневматической винтовки. Мишень № 8.

Практическая работа № 8. Строевая стойка и повороты на месте. Движение строевым, походным шагом, шагом на месте.

Практическая работа № 9. Выход из строя и постановка в строй, подход к начальнику и отход от него. Построение и перестроение в одношереножный и двухшереножный строй. Размыкание и смыкание строя

Практическая работа №10. Средства индивидуальной защиты органов дыхания. Классификация. Устройство СИЗОД. Подбор шлем-маски противогаза, проверка исправности, сборка и укладка противогаза

Практическая работа №11. Правила наложения повязок. Наложение повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности.

Практическая работа №12. Первая помощь при поражении электрическим током, отравлении.

Основные печатные и электронные издания

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник для СПО / Н. В. Горькова, А. Г. Фетисов, Е. М. Мессинева, Н. Б. Мануйлова. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2025. — 220 с. — ISBN 978-5-507-50470-1. — Текст: электронный // Лань : электронно-библиотечная система. —

URL: <https://e.lanbook.com/book/440114> (дата обращения: 31.01.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Долгов, В. С. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для спо / В. С. Долгов. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2023. — 188 с. — ISBN 978-5-507-45851-6. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/288905> (дата обращения: 31.01.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Дополнительные источники:

1. Бектобеков, Г. В. Пожарная безопасность: учебное пособие для спо / Г. В. Бектобеков. — 4-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2025. — 88 с. — ISBN 978-5-507-45689-5. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/279806> (дата обращения: 31.01.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

2. Борисова, Н. В. Безопасность жизнедеятельности. Лабораторный практикум: учебное пособие для спо / Н. В. Борисова, Е. В. Бычкова. — 2-е изд., стер. — Санкт-Петербург: Лань, 2024. — 168 с. — ISBN 978-5-507-48880-3. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/365855> (дата обращения: 31.01.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Инженерные расчеты в безопасности жизнедеятельности: учебное пособие для спо / В. В. Персиянов, Л. Л. Никифоров, О. М. Пирогова, И. Д. Мурашов. — Санкт-Петербург: Лань, 2023. — 128 с. — ISBN 978-5-507-46942-0. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/352172> (дата обращения: 31.01.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

4. Кадысева, А.А. Безопасность жизнедеятельности. Рабочая тетрадь: учебное пособие для спо / А. А. Кадысева, О. С. Козловцева. — Санкт-Петербург: Лань, 2024. — 84 с. — ISBN 978-5-507-48315-0. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/380531> (дата обращения: 31.01.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

5. Ключникова, Е. А. Основы безопасности жизнедеятельности. Теория трезвости: учебник для спо / Е. А. Ключникова, А. А. Зверев. — 2-е изд., испр. — Санкт-Петербург: Лань, 2025. — 186 с. — ISBN 978-5-507-51485-4. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/441668> (дата обращения: 31.01.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

6. Синдаловский, Б. Е. Безопасность жизнедеятельности. Защита от неионизирующих электромагнитных излучений: учебное пособие для спо / Б. Е. Синдаловский. — Санкт-Петербург: Лань, 2022. — 220 с. — ISBN 978-5-8114-8622-9. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/200255> (дата обращения: 31.01.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

7. Широков, Ю. А. Защита в чрезвычайных ситуациях и гражданская оборона: учебное пособие для спо / Ю. А. Широков. — 2-е изд., испр. и доп. — Санкт-Петербург: Лань, 2023. — 556 с. — ISBN 978-5-8114-9508-5. — Текст: электронный // Лань: электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/293030> (дата обращения: 31.01.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Перечень Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Нормативные источники:

1. Федеральный закон от 21.12.1994 г. №68-ФЗ (ред. От 25.11.09) «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
2. Федеральный закон от 10.01.2002 г. № 7-ФЗ (ред. От 14.03.09) «Об охране окружающей среды».
3. Федеральный закон от 22.07.2008 г. №123-ФЗ «Технический регламент о требованиях пожарной безопасности».
4. Федеральный закон от 28.03.1998 г. № 53-ФЗ (ред. 2.1,12.09) «О воинской обязанности и

военной службе».

5. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.
6. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.
7. Постановление Правительства РФ от 30.12.2003 г. № 794 (ред. От 16.07.09) «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций».
8. Постановление Правительства РФ от 11.11.2006 г. № 663 «Об утверждении положения государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций».
9. Постановление Правительства РФ от 31.12.1999 г. № 1441 (ред. 15.06.09) «Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе».