

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное автономное образовательное**  
**учреждение высшего образования**  
**«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
**Институт сервиса, туризма и дизайна (филиал) СКФУ в г. Пятигорске**

**Методические рекомендации по организации**  
**самостоятельной работы**  
**по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»**

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	4
1. Общая характеристика самостоятельной работы обучающегося при изучении дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».....	5
2. План-график выполнения самостоятельной работы .....	6
3. Контрольные точки и виды отчетности по ним.....	7
4. Методические рекомендации по изучению теоретического материала.....	8
5. Методические указания (по видам работ, предусмотренных рабочей программой дисциплины).....	11
6. Список рекомендуемой литературы.....	12

## Введение

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности» осваивается студентами в течение 81 часа. Часть этого времени (40,5 часов) отводится на аудиторные формы работы (лекционные, лабораторные и практические занятия), которые организуются непосредственно преподавателем. Часть установленных стандартом часов (40,5 часов) отводится для самостоятельной, или внеаудиторной.

Под самостоятельной работой студентов понимается планируемая учебная, учебно-исследовательская, а также научно-исследовательская работа студентов, которая выполняется во внеаудиторное время по инициативе студента или по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия.

Целью самостоятельной работы является изучение тем, не рассмотренных в течение аудиторных занятий. Задачи самостоятельной работы:

- сформировать и развить навыки ведения самостоятельной работы и овладения методикой исследования при решении разрабатываемых в учебно-научной деятельности проблем и вопросов;

- сформировать и закрепить умение правильно, логически верно, аргументировано и ясно строить устную и письменную речь в рамках научного дискурса.

Выполнение заданий по самостоятельной работе позволяет студенту закрепить знания и приобрести практические навыки в области безопасности жизнедеятельности.

Для достижения высоких результатов усвоения учебного материала по курсу «Безопасность жизнедеятельности» бакалаврам необходимо осознанно подходить к выполнению заданий для самостоятельной работы, внимательно ознакомиться с рекомендованной основной и дополнительной литературой.

Бакалаврам необходимо помнить, что целью самостоятельных занятий по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» является обобщение и систематизация теоретических знаний, полученных на лекциях и практических занятиях.

В ходе подготовки к занятиям бакалаврам следует учиться точно выражать свои мысли в докладе или выступлении по вопросу, активно отстаивать свою точку зрения, аргументировано возражать, опровергать ошибочную позицию.

## 1. Общая характеристика самостоятельной работы обучающихся при изучении дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

К самостоятельной работе студентов относятся следующие виды работ:

- выполнение индивидуальных домашних заданий;
- написание конспектов, подготовка рефератов;
- самостоятельное изучение теоретического материала,
- выполнение письменных заданий (упражнений) к семинарским занятиям,
- подготовка докладов, докладов-презентаций и сообщений для выступления на семинарах.

Отдельной составляющей в итоговой оценке по предмету оценка самостоятельной работы не является. Вместе с тем оценка самостоятельной работы всё же имеет непосредственное отношение к итоговым результатам по дисциплине. Во-первых, оценка самостоятельной работы включается в оценку такой формы промежуточного контроля, как оценка текущей работы на семинарских занятиях. Во-вторых, так как самостоятельная работа по предмету поощряется, преподаватель может использовать (и, как правило, использует) баллы, накопленные по самостоятельной работе в качестве бонусной составляющей. В спорных ситуациях оценка самостоятельной работы может разрешить ситуацию в пользу студента.

### Формируемые компетенции данными видами деятельности:

Код	Формулировка:
УК-8	Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций

Независимо от вида самостоятельной работы, критериями положительной самостоятельной работы могут считаться:

- а) умение проводить анализ;
- б) умение выделить главное (в том числе, умение ранжировать проблемы);
- в) самостоятельность в поиске и изучении литературы, т.е. способность обобщать материал не только из лекций, но и из разных прочитанных и изученных источников;
- г) умение использовать собственные примеры и наблюдения;
- д) заинтересованность в предмете;
- е) умение показать место данного вопроса в общей структуре курса, его связь с другими вопросами культуры речи;
- ж) умение применять свои знания для ответа на вопросы.

## 2. План-график выполнения самостоятельной работы студента

№	Раздел (тема) дисциплины	Реализуемые компетенции	Контактная работа обучающихся с преподавателем, часов (астр.)				Самостоятельная работа, часов
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Групповые консультации	
<b>5 семестр</b>							
<b>Раздел 1. Человек и среда обитания</b>							
1	Тема 1. Теоретические основы БЖД	УК-8	1,5	1,5	-		4,5
2	Тема 2. Естественные системы защиты человека от негативных воздействий	УК-8	1,5	1,5	3,0		4,5
<b>Раздел 2. Техногенные негативные факторы</b>							
3	Тема 3. Негативные факторы техносферы	УК-8	1,5	1,5	-		4,5
4	Тема 4. Воздействие негативных факторов на человека и их нормирование	УК-8	1,5	1,5	7,5		4,5
<b>Раздел 3. Безопасность жизнедеятельности в условиях производства (охрана труда)</b>							
5	Тема 5. Общие положения. Организация охраны труда	УК-8	1,5	1,5	1,5		4,5
6	Тема 6. Пожарная безопасность	УК-8	1,5	1,5	1,5		4,5
<b>Раздел 4. Защита в чрезвычайных ситуациях</b>							
7	Тема 7. Чрезвычайные ситуации и их поражающие факторы	УК-8	1,5	1,5	-		4,5
8	Тема 8. Характеристика и классификация ЧС техногенного происхождения	УК-8	1,5	1,5	-		4,5
9	Тема 9. Прогнозирование и оценка обстановки в зоне возможного действия поражающих факторов ЧС	УК-8	1,5	1,5	-		4,5
	<b>Итого за 5 семестр</b>		<b>13,5</b>	<b>13,5</b>	<b>13,5</b>	<b>-</b>	<b>40,5</b>
	<b>Итого</b>		<b>13,5</b>	<b>13,5</b>	<b>13,5</b>	<b>-</b>	<b>40,5</b>

### Технологическая карта самостоятельной работы обучающихся

Коды реализованных компетенций	Вид деятельности студентов	Итоговый продукт самостоятельной работы	Средства и технологии оценки	Объем часов, в том числе (астр.)		
				СРС	Контактная работа с преподавателем	Всего
<b>5 семестр</b>						
УК-8	Самостоятельное изучение литературы	конспект	собеседование	30,375	3,375	33,75
УК-8	Подготовка к практическим занятиям	конспект	собеседование	2,43	0,27	2,7
УК-8	Подготовка к лабораторным работам		собеседование	3,645	0,405	4,05
<b>Итого за 5 семестр</b>				<b>36,45</b>	<b>4,05</b>	<b>40,5</b>
<b>Итого</b>				<b>36,45</b>	<b>4,05</b>	<b>40,5</b>

### 3. Контрольные точки и виды отчетности по ним

В рамках рейтинговой системы успеваемость студентов по каждой дисциплине оценивается в ходе контроля промежуточной аттестации.

#### Текущий контроль Рейтинговая оценка знаний студента

№ п/п	Вид деятельности студентов	Сроки выполнения	Количество баллов
1.	Собеседование по разделу 1	6 неделя	15
2.	Собеседование по разделу 2,3	10 неделя	20
3.	Собеседование по разделу 4	16 неделя	20
<b>Итого за 5 семестр</b>			<b>55</b>
<b>Итого</b>			<b>55</b>

Максимально возможный балл за весь текущий контроль устанавливается равным **55**. Текущее контрольное мероприятие считается сданным, если студент получил за него не менее 60% от установленного для этого контроля максимального балла. Рейтинговый балл, выставляемый студенту за текущее контрольное мероприятие, сданное студентом в установленные графиком контрольных мероприятий сроки, определяется следующим образом:

Уровень выполнения контрольного задания	Рейтинговый балл (в % от максимального балла за контрольное задание)
Отличный	100
Хороший	80
Удовлетворительный	60
Неудовлетворительный	0

### Промежуточная аттестация

Процедура дифференцированного зачета с оценкой как отдельное контрольное мероприятие не проводится, оценивание знаний обучающегося происходит по результатам текущего контроля. При дифференцированном зачете используется шкала перерасчета рейтингового балла по

дисциплине в оценку по 5-балльной системе

Количество баллов за зачет ( $S_{зач}$ ) при различных рейтинговых баллах по дисциплине по результатам работы в семестре

Рейтинговый балл по дисциплине по результатам работы в семестре ( $R_{сем}$ )	Количество баллов за зачет ( $S_{зач}$ )
$50 \leq R_{сем} \leq 60$	40
$39 \leq R_{сем} < 50$	35
$33 \leq R_{сем} < 39$	27
$R_{сем} < 33$	0

#### 4. Методические рекомендации по изучению теоретического материала

Для успешного освоения дисциплины, необходимо выполнить следующие виды самостоятельной работы, используя рекомендуемые источники информации:

№ п/п	Виды самостоятельной работы	Рекомендуемые источники информации (№ источника)			
		Основная	Дополнительная	Методическая	Интернет-ресурсы
<b>1.</b>	<b>Самостоятельное изучение литературы</b>				
	Тема 1. Теоретические основы БЖД	1,2	1-3	1,2	1,2
	Тема 2. Естественные системы защиты человека от негативных воздействий.	1,2	1-3	1,2	1,2
	Тема 3. Негативные факторы техносферы	1,2	1-3	1,2	1,2
	Тема 4. Воздействие негативных факторов на человека и их нормирование	1,2	1-3	1,2	1,2
	Тема 5. Общие положения. Организация охраны труда.	1,2	1-3	1,2	1,2
	Тема 6. Пожарная безопасность	1,2	1-3	1,2	1,2
	Тема 7. Чрезвычайные ситуации и их поражающие факторы	1,2	1-3	1,2	1,2
	Тема 8. Характеристика и классификация ЧС техногенного происхождения	1,2	1-3	1,2	1,2
	Тема 9. Прогнозирование и оценка обстановки в зоне возможного действия поражающих	1,2	1-3	1,2	1,2

	факторов ЧС				
<b>2.</b>	<b>Подготовка к практическому занятию (круглому столу)</b>				
	Тема 3. Негативные факторы техносферы	1,2	1-3	1,2	1,2
<b>3.</b>	<b>Подготовка к практическим занятиям (турниру ораторов)</b>				
	Тема 6. Пожарная безопасность	1,2	1-3	1,2	1,2
<b>4.</b>	<b>Подготовка к лабораторным занятиям</b>	1,2	1-3	1,2	1,2

### Вопросы для собеседования

#### Базовый уровень

##### **Тема 1. Теоретические основы БЖД.**

1. Взаимодействие человека с окружающим миром - понятие о деятельности человека.
2. Характерные состояния взаимодействия человека с техносферой.

##### **Тема 2. Естественные системы защиты человека от негативных воздействий.**

1. Умственный и физический труд. Тяжесть и напряженность труда.
2. Работоспособность. Пути повышения работоспособности.

##### **Тема 3. Негативные факторы техносферы.**

1. Экологические опасности.
2. Загрязнение атмосферы, источники выбросов.

##### **Тема 4. Воздействие негативных факторов на человека и их нормирование.**

1. Ультразвук, контактное и акустическое действие, гигиеническая регламентация ультразвука.
2. Инфразвук, его воздействие и нормирование.

##### **Тема 5. Общие положения охраны труда. Организация охраны труда .**

1. Обучение и инструктирование работающих безопасным приемам труда.
2. Охрана труда женщин и молодежи.

##### **Тема 6. Пожарная безопасность.**

1. Меры по пожарной профилактике.
2. Способы и средства тушения пожара.

##### **Тема 7. Чрезвычайные ситуации и их поражающие факторы.**

1. Аварии на химически опасных объектах и аварии на радиационно-опасных объектах.
2. Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах.

##### **Тема 8. Характеристика и классификация ЧС техногенного происхождения.**

1. Чрезвычайные ситуации техногенного характера их характеристика.
2. Аварии, случившиеся из-за нарушений нормальной эксплуатации радиационно-опасных объектов.

##### **Тема 9. Прогнозирование и оценка обстановки в зоне возможного действия поражающих факторов ЧС.**

1. Составление прогнозов при землетрясениях.
2. Контроль за зданиями и сооружениями.

#### Повышенный уровень



### **Тема 1. Теоретические основы БЖД.**

1. Дайте определение понятиям «Безопасность», «Безопасность жизнедеятельности».
2. Перечислите и охарактеризуйте уровни безопасности жизнедеятельности.

### **Тема 2. Естественные системы защиты человека от негативных воздействий.**

1. Изучить естественные системы защиты человека от негативных воздействий.
2. Роль нервной системы в защите человека от опасностей, безусловные и условные рефлексы. Врожденный и приобретенный иммунитет.

### **Тема 3. Негативные факторы техносферы.**

1. Образование смога, «парниковый эффект»,
2. Кислотные дожди, разрушения озонового слоя.

### **Тема 4. Воздействие негативных факторов на человека и их нормирование.**

1. Профессиональные заболевания от воздействия шума, ультразвука и инфразвука.
2. Опасность их совместного воздействия.

### **Тема 5. Общие положения охраны труда. Организация охраны труда .**

1. Паспортизация — определение санитарно-гигиенических условий труда работающих.
2. Расследование и анализ случаев производственного травматизма, профессиональных заболеваний, определение потерь рабочего времени.

### **Тема 6. Пожарная безопасность.**

1. Организация пожарной охраны на предприятии.
2. Документ, устанавливающий общие требования пожарной безопасности к зданиям, сооружениям, промышленным объектам, пожарно-технической продукции.

### **Тема 7. Чрезвычайные ситуации и их поражающие факторы.**

1. Обычные средства поражения и их поражающие факторы.
2. Чрезвычайные ситуации природного характера и их поражающие факторы

### **Тема 8. Характеристика и классификация ЧС техногенного происхождения.**

1. Причины и защита при на транспорте (железнодорожном, автомобильном, воздушном, водном, метро).
2. Аварии на гидродинамически опасных объектах и аварии на коммунально-энергетических сетях.

### **Тема 9. Прогнозирование и оценка обстановки в зоне возможного действия поражающих факторов ЧС.**

1. Этапы прогнозирования и оценки.
2. Выявление обстановки по этапам.

Процедура проведения данного оценочного мероприятия включает в себя вопросы базового и повышенного уровней для собеседования, которые позволяют оценить ответы студентов по темам дисциплины «Безопасность жизнедеятельности». Предлагаемые студенту вопросы для собеседования позволяют проверить следующие компетенции ОК-7: способностью к самоорганизации и самообразованию и ОК-9: способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций . Вопросы для собеседования повышенного уровня отличаются от базового более глубокими знаниями материала.

#### **Критерии оценивания:**

*Оценка «отлично»* выставляется студенту, если теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно излагает материал; свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний; использует в ответе дополнительный материал все предусмотренные программой задания

выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному; анализирует полученные результаты; проявляет самостоятельность при выполнении заданий.

*Оценка «хорошо»* выставляется студенту, если теоретическое содержание курса освоено полностью, необходимые практические компетенции в основном сформированы, все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения достаточно высокое. Студент твердо знает материал, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей в ответе на вопрос.

*Оценка «удовлетворительно»* выставляется студенту, если теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера, большинство предусмотренных программой заданий выполнено, но в них имеются ошибки, при ответе на поставленный вопрос студент допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, наблюдаются нарушения логической последовательности в изложении программного материала.

*Оценка «неудовлетворительно»* выставляется студенту, если он не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет практические работы, необходимые практические компетенции не сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному.

Оценка «зачтено» выставляется студенту, если при собеседовании студент раскрывает вопросы по темам дисциплины, хорошо ориентируется в терминологии безопасности жизнедеятельности.

Оценка «не зачтено» выставляется студенту, если при собеседовании студент допустил грубые ошибки, не ориентируется в терминах дисциплины безопасности жизнедеятельности, не раскрывает поставленный перед ним вопрос.

## **5. Методические указания (по видам работ, предусмотренных рабочей программой дисциплины)**

### *Самостоятельное изучение теоретического курса*

Самостоятельное изучение теоретического материала предусмотрено на всём протяжении курса. Такая работа сопровождает лекционные, семинарские и лабораторные занятия, промежуточный и итоговый контроль, и в то же время является отдельным видом самостоятельной работы студента.

Источниками для самостоятельного изучения теоретического курса безопасности жизнедеятельности выступают:

- учебники по предмету;
- курсы лекций по предмету;
- учебные пособия по отдельным темам (например, по правилам оказания первой медицинской помощи);
- научные статьи в периодической печати и рекомендованных сборниках;
- научные монографии.

Умение студентов быстро и правильно подобрать литературу, необходимую для выполнения учебных заданий и научной работы, является залогом успешного обучения. Самостоятельный подбор литературы осуществляется при подготовке к практическим занятиям, подготовке к экзамену.

Существует несколько способов составления списка необходимой литературы.

Во-первых, в учебной программе дисциплины, в методических указаниях к семинарским занятиям приводится список основной и дополнительной литературы, которую рекомендуется изучить по соответствующей теме или разделу учебной дисциплины. При подготовке научных работ целесообразно изучать общий список литературы и делать выборку подходящей к теме литературы.

Во-вторых, в большинстве учебников, монографий и статей делаются ссылки, сноски на другие литературные источники, приводится список литературы по раскрываемой в книге проблеме. Целесообразно изучать научную ту литературу, на которую ссылаются исследователи в своих научных публикациях, поскольку изучение именно такой литературы формирует

представление о состоянии и развитии того или иного вопроса.

В-третьих, поиску необходимой литературы существенно помогут различного рода библиографические указатели и пособия. В библиографическом отделе библиотеке можно воспользоваться такими указателями или прибегнуть к помощи специалистов-библиографов.

#### *Самостоятельное выполнение заданий*

Задания для самостоятельной работы преимущественно содержатся в учебно-методическом комплексе дисциплины (методических указаниях к практическим занятиям и методических рекомендациях по организации самостоятельной работы студентов). Кроме того, задания и упражнения могут предлагаться преподавателем кафедры, ведущим практические занятия. На лекциях преподаватели также дают задания для самостоятельной работы.

В рамках самостоятельной работы студенты сами могут предлагать собственные темы и формы выполнения заданий, согласуя их с преподавателем.

Сдача задания производится преподавателю, ведущему семинарские занятия, в установленные им сроки.

**Виды самостоятельной работы:** самостоятельное изучение литературы, подготовка к практическим занятиям

**Подготовку к конспектированию литературы** следует начинать с повторения материала лекции по соответствующей теме, а потом переходить к изучению материала учебника, руководствуясь вопросами к собеседованию.

Конспектирование материала способствует закреплению и углублению понимания изученного материала, а также приобретению навыков самостоятельного изучения литературы.

**Итоговый продукт самостоятельной работы:** конспект.

**Средства и технологии оценки:** собеседование

## **6. Список рекомендуемой литературы**

Основная литература:

1. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебник для бакалавров / В.О. Евсеев [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М. : Дашков и К, 2017. — 453 с. — 978-5-394-02026-1. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/60384.html>

2. Безопасность жизнедеятельности : учебник / под ред. Е.И. Холостовой, О.Г. Прохоровой. - Москва: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2017. - 453 с. : табл., ил. - (Учебные издания для бакалавров). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-394-02026-1; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=450720> (08.08.2018).

Дополнительная литература:

1. Петров С.В. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Петров С.В.— Электрон. текстовые данные.— М.: Учебно-методический центр по образованию на железнодорожном транспорте, 2015.— 320 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/45247>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

2. Еременко В.Д. Безопасность жизнедеятельности [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.Д. Еременко, В.С. Остапенко. — Электрон. текстовые данные. — М. : Российский государственный университет правосудия, 2016. — 368 с. - 978-5-93916-485-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/49600.html>

3. Сычев Ю.Н. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Сычев Ю.Н.— Электрон. текстовые данные.— М.: Финансы и статистика, 2014.— 224 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/18791>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

Информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»,  
необходимых для освоения дисциплины

1. «Университетская библиотека online». Открыт доступ к базовой коллекции ЭБС «Университетская библиотека online» (более 24 000 изданий). <http://www.biblioclub.ru>  
Дог. № 128-04/16 от 23 мая 2016г.

2.ЭБС «IPRbooks». : <http://www.iprbookshop.ru> .Дог. №2039/16 от 27 апреля 2016