

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САХАЛИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

для студентов по выполнению
самостоятельных внеаудиторных работ
по дисциплине

СГ.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Укрупненная группа: 09.00.00 Информатика и вычислительная техника

Специальность: 09.02.08 Интеллектуальные интегрированные системы

(базовый уровень подготовки)

Квалификация: Техник по интеллектуальным интегрированным системам

Форма обучения: очная

Южно-Сахалинск
2025

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по НМР



Е.Н. Ермолаева

«24» 03 2025г.

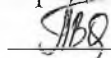
Разработчик: Никитин Ю.В., преподаватель высшей квалификационной категории

Одобрено на заседании ПЦК

Дисциплин физической культуры и безопасности жизнедеятельности

Протокол № 7 от «3» 03 2025г.

Председатель ПЦК



П.В. Добродомов

Содержание

Пояснительная записка.....	4
Перечень самостоятельных работ	7
Самостоятельная работа №1	9
Самостоятельная работа №2	11
Приложение	13

Пояснительная записка

Основная задача образования заключается в формировании творческой личности, способной к саморазвитию, самообразованию, инновационной деятельности. Решение этой задачи вряд ли возможно только путем передачи знаний в готовом виде от преподавателя к обучающемуся. Для решения этой задачи в учебные планы всех специальностей включена самостоятельная внеаудиторная работа, составляющая 50% от общего числа часов, отведенных на изучение курса.

В связи с этим, обучающемуся из пассивного потребителя знаний необходимо превратиться в активного их творца, умеющего сформулировать проблему, проанализировать пути ее решения, найти оптимальный результат и доказать его правильность. Это предполагает ориентацию на активные методы овладения знаниями, развитие творческих способностей обучающихся, переход от поточного к индивидуализированному обучению с учетом потребностей и возможностей личности.

Активная самостоятельная внеаудиторная работа возможна только при наличии серьезной и устойчивой мотивации. Самый сильный мотивирующий фактор – подготовка к дальнейшей эффективной профессиональной деятельности.

Полезность выполняемых работ заключается в том, что результаты самостоятельной внеаудиторной работы могут быть использованы на практических занятиях. Другим вариантом использования фактора полезности является активное применение результатов работы в профессиональной подготовке.

Творческая деятельность. Это может быть участие в научно-исследовательской, опытно-конструкторской или методической работе. Участие в олимпиадах по учебной дисциплине, творческих конкурсах.

В настоящих рекомендациях приведены самостоятельные работы по «Безопасности жизнедеятельности» с указанием количества часов, отводимых на изучение темы, указано, в какой последовательности надо

выполнять задания и краткие методические указания.

Самостоятельная внеаудиторная работа осуществляет следующие цели:

- Обучающие цели:

обеспечить повторение изученного материала, наиболее общих и существенных понятий;

предоставить возможность использовать приобретенные знания;

обеспечить проверку усвоения изученного материала.

- Воспитательные цели:

создать условия для осознания необходимости самостоятельных действий при решении проблем;

обучать объективной оценке своих возможностей и успехов;

формировать навыки работы в заданном темпе;

способствовать развитию навыков устной речи, умения грамотно вести диалог и аргументировать свои действия;

осознание большой практической значимости дисциплины в жизни человека.

- Интеллектуально-развивающие цели:

создать условия для развития наблюдательности, памяти и внимания;

способствовать развитию навыков работы с большими объемами информации: поиску, отбору, анализу, оформлению необходимого материала;

создать условия для проявлений творческого подхода к учебным задачам, выдвижению гипотез, постановке проблем и поиску путей их решения;

обучать методам научного познания - анализу, сравнению, обобщению и систематизации учебного материала.

Виды самостоятельной внеаудиторной работы обучающихся:

1. Подготовка и написание сообщений на заданные темы.
2. Проработка конспектов занятий, учебной литературы и нормативных документов.
3. Подготовка презентаций.

Чтобы развить положительное отношение обучающихся к

внеаудиторной самостоятельной работе, следует на каждом ее этапе разъяснять цели работы, контролировать понимание этих целей, постепенно формируя у них умение самостоятельной постановки задачи и выбора цели.

Данная внеаудиторная деятельность сориентирована на развитие таких личностных качеств как аккуратность, усидчивость, логическое мышление, пространственное воображение.

Самостоятельная внеаудиторная работа по БЖД распределена по разделам и темам и выполняется обучающимся по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Перед выполнением самостоятельной внеаудиторной работы преподаватель проводит инструктаж по выполнению задания, который включает в себя: сообщение цели задания, раскрытие его содержания, сроков выполнения, определение ориентировочного объема работы, основных требований к результатам работы, критериев оценки.

В процессе инструктажа преподаватель предупреждает о возможных типичных ошибках, встречающихся при выполнении задания. Инструктаж проводится преподавателем за счет объема времени, отведенного на изучение дисциплины.

Самостоятельная внеаудиторная работа осуществляется индивидуально или группами в зависимости от цели, объема.

Задания, выполняемые самостоятельно, углубляют знания, полученные на лекции, позволяют пробудить и укрепить интерес к изучаемой дисциплине. Самостоятельная деятельность при выполнении заданий развивает умение работать с текстом учебника, вычленять главное, структурировать материал, обобщать и делать выводы.

Ниже по каждой теме представлены методические указания для студентов по выполнению внеаудиторных самостоятельных работ и критерии оценки.

Методические указания включают в себя:

1. Темы и цели самостоятельных работ

2. Перечень заданий
3. Алгоритм действий
4. Критерии оценок
5. Формы контроля
6. Рекомендуемую литературу, необходимую для выполнения самостоятельной внеаудиторной работы (список прилагается).

Перечень самостоятельных внеаудиторных работ

№ п/п	Тема	Задание	Контроль	Часы
1.	1.3. Устойчивость производств в условиях чрезвычайных ситуаций.	Подготовка доклада по теме: «Техногенные катастрофы начала 21 века в РФ».	Анализ и оценка сообщений.	2
2.	1.3. Устойчивость производств в условиях чрезвычайных ситуаций.	Подготовка доклада по теме: «Техногенные катастрофы начала 21 века в мире».	Анализ и оценка сообщений.	2
	ИТОГО ЧАСОВ:			4

Самостоятельная работа №1

Тема: Подготовка доклада по теме: «Техногенные катастрофы начала 21 века в РФ»

Цель: отработка практических навыков работы с дополнительными источниками, развитие умения анализировать и обобщать материал, выделять главное и существенное.

Задание:

- На основе различных источников подготовить доклад по теме.
- Прокомментировать новые данные, сопоставить полученные сведения с ранее известными.
- Оценить их значение.

Алгоритм действий:

1. Определитесь с темой доклада, после этого четко определите цель работы и поставьте задачи для достижения этой цели.
2. Проведите обработку информации для ответов на поставленные задачи, поиск нужных фактов.
3. На основании полученной информации, составьте план, который будет являться содержанием всего доклада.
4. Оформите ваш доклад в соответствии с требованиями к письменной студенческой работе, с соблюдением научной стилистики.

Методические пояснения к выполнению задания.

Требования к структуре и содержанию сообщения.

1. Доклад начинается с актуальности выбранной темы.
2. Далее следует краткий обзор источников, использованных в сообщении.
3. Излагается содержательная информация по теме.
4. Желательно привлекать иллюстративный материал (компьютерные презентации, таблицы, схемы, чертежи, рисунки и т.д.).
5. В заключении делается вывод.
6. Объем сообщения: 3-5 мин.

Критерии оценки:

Оценка «5» - ставится, если доклад раскрывает тему, полностью соответствует требованиям к структуре и содержанию, выполнен объем, сообщение излагалось с опорой на записи, но не читалось.

Оценка «4» - ставится, если доклад раскрывает тему, в основном соответствует требованиям к структуре и содержанию, в основном выполнен объем, сообщение излагалось с опорой на записи, но не читалось.

Оценка «3» - ставится, если доклад в основном раскрывает тему, имеются нарушения в структуре и содержании, объем не выполнен, сообщение излагалось чтением с листов.

Оценка «2» - ставится, если работа не выполнена.

Контроль и оценка осуществляются преподавателем за устное выступление

по тексту.

Рекомендуемая литература находится на последней странице, а также подбираются обучающимся самостоятельно в соответствии с темой.

Самостоятельная работа №2

Тема: Подготовка доклада по теме: «Техногенные катастрофы начала 21 века в мире»

Цель: отработка практических навыков работы с дополнительными источниками, развитие умения анализировать и обобщать материал, выделять главное и существенное.

Задание:

- На основе различных источников подготовить доклад по теме.
- Прокомментировать новые данные, сопоставить полученные сведения с ранее известными.
- Оценить их значение.

Алгоритм действий:

1. Определитесь с темой доклада, после этого четко определите цель работы и поставьте задачи для достижения этой цели.
2. Проведите обработку информации для ответов на поставленные задачи, поиск нужных фактов.
3. На основании полученной информации, составьте план, который будет являться содержанием всего доклада.
4. Оформите ваш доклад в соответствии с требованиями к письменной студенческой работе, с соблюдением научной стилистики.

Методические пояснения к выполнению задания.

Требования к структуре и содержанию сообщения.

1. Доклад начинается с актуальности выбранной темы.
2. Далее следует краткий обзор источников, использованных в сообщении.
3. Излагается содержательная информация по теме.
4. Желательно привлекать иллюстративный материал (компьютерные презентации, таблицы, схемы, чертежи, рисунки и т.д.).

5. В заключении делается вывод.

6. Объем сообщения: 3-5 мин.

Критерии оценки:

Оценка «5» - ставится, если доклад раскрывает тему, полностью соответствует требованиям к структуре и содержанию, выполнен объем, сообщение излагалось с опорой на записи, но не читалось.

Оценка «4» - ставится, если доклад раскрывает тему, в основном соответствует требованиям к структуре и содержанию, в основном выполнен объем, сообщение излагалось с опорой на записи, но не читалось.

Оценка «3» - ставится, если доклад в основном раскрывает тему, имеются нарушения в структуре и содержании, объем не выполнен, сообщение излагалось чтением с листов.

Оценка «2» - ставится, если работа не выполнена.

Контроль и оценка осуществляются преподавателем за устное выступление по тексту.

Рекомендуемая литература находится на последней странице, а также подбираются обучающимися самостоятельно в соответствии с темой.

Рекомендуемая литература

Основные источники:

1. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М.: Академия, 2024. 192 с.
2. Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учебное пособие для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. – М.: Академия, 2024. 144 с.

Дополнительные источники:

1. Афанасьев А.П. Безопасность жизнедеятельности. М.: Дрофа, 2024. 204 с.
2. Белов С.В. Безопасность жизнедеятельности. М.: Высшая школа, 2024. 616 с.
3. Графкина М.В., Михайлов В.А., Нюнин Б.Н. Безопасность жизнедеятельности. М.: Велби, 2024. 608 с.
4. Гайсумов А.С., Паничев М.Г., Хроменкова Е.П. Безопасность жизнедеятельности. М.: Феникс, 2024. 416 с.
5. Хван П.А., Хван Т.А. Безопасность жизнедеятельности. М.: Феникс, 2024. 318 с.

Интернет-ресурсы:

1. [сайт]. URL: <http://www.alleng.ru/d/saf/saf35.htm> – Учебное пособие «Безопасность жизнедеятельности»
2. [сайт]. URL: <http://www.alleng.ru/d/saf/saf34.htm> – Учебно-методический комплекс «Безопасность жизнедеятельности»
3. [сайт]. URL: <http://ru.wikipedia.org> – Свободная энциклопедия
4. [сайт]. URL: <http://www.bgdtest.ru> – Сборник тестовых заданий
5. [сайт]. URL: <http://www.bgd.ru> – Портал Безопасности жизнедеятельности

Профессиональные журналы:

1. [сайт]. URL: <http://novtex.ru/bjd/> – Научно-практический и учебно-методический журнал «Безопасность жизнедеятельности»
2. [сайт]. URL: <http://btp.safety.ru/> – Ежемесячный массовый научно-методический журнал широкого профиля «Безопасность жизнедеятельности и охрана труда»
3. [сайт]. URL: <http://viniti.narod.ru/material.html> – Научный информационный сборник «Проблемы безопасности и чрезвычайных ситуаций»

Приложение

Приложение №1

Требования к оформлению сообщений

1. Текст сообщения распечатать на бумаге формата А4.
2. По всем сторонам листа оставить поля от края листа. Размеры: левого поля - 20 мм; правого поля - 10 мм; верхнего поля - 15 мм; нижнего поля - 15 мм.
3. Использовать шрифт TimesNewRoman. Цвет шрифта должен быть чёрным, кегль – 12 пт. Можно использовать компьютерные возможности акцентирования внимания на определённых терминах, применяя различные способы начертания.
4. Заголовки следует располагать в середине строки без точки в конце и печатать прописными буквами, не подчеркивая.
5. Для абзацев, не являющихся заголовками, установить отступ первой строки на 12,5 мм и выравнивание – по ширине. Расстояние между абзацами – 3 пт.
6. Если в сообщении более одной страницы, то страницы следует нумеровать арабскими цифрами.
7. Обязательно напечатать список использованных источников (название статей, сайтов, или др. и адреса Web-страниц). В сообщении должны быть ссылки на используемую литературу.
8. Не забудьте подписать сообщение (указать фамилию, имя учащегося, подготовившего сообщение).

Приложение № 2

Требования к компьютерной презентации

В оформлении презентаций выделяют два блока: оформление слайдов и предоставление информации на них. Для создания качественной презентации необходимо соблюдать ряд требований, предъявленных к оформлению данных блоков.

Оформление слайдов:

1. Стиль.	Соблюдайте единый стиль оформления. Избегайте стилей, которые будут отвлекать от самой презентации. Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текстом, иллюстрациями).
2. Фон.	Для фона предпочтительны холодные тона.
3. Использование цвета.	На одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовка, один для текста. Для фона и текста используйте контрастные цвета. Обратите внимание на цвет гиперссылок. (до и после использования).
4. Анимационные эффекты.	Используйте возможности компьютерной анимации для представления информации на слайде. Не стоит злоупотреблять различными анимационными эффектами, они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде.

Представление информации:

1. Содержание информации.	Используйте короткие слова и предложения. Минимизируйте количество предлогов, наречий, прилагательных.
---------------------------	---

	Заголовки должны привлекать внимание аудитории.
2. Расположение информации на странице.	Предпочтительно горизонтальное расположение информации. Наиболее важная информация должна располагаться в центре экрана. Если на слайде располагается картинка, надпись должна располагаться под ней.
3. Шрифты.	Для заголовков – не менее 24. Для информации – не менее 18. Шрифты без засечек легче читать с большого расстояния. Нельзя смешивать разные типы шрифтов в одной презентации. Для выделения информации следует использовать жирный шрифт, курсив или подчеркивание. Нельзя злоупотреблять прописными буквами (они читаются хуже строчных).
4. Способы выделения информации.	Следует использовать: •рамки; границы, заливку; •штриховку, стрелки; рисунки, диаграммы, схемы для иллюстрации •наиболее важных фактов.
5. Объем информации.	Не стоит заполнять один слайд слишком большим объемом информации: люди могут одновременно запомнить не более трех фактов, выводов, определений. Наибольшая эффективность достигается тогда, когда ключевые пункты отображаются по одному на каждом отдельном слайде.

6. Виды слайдов.	Для обеспечения разнообразия следует использовать разные виды слайдов: ● с текстом; ● с таблицами; ● с диаграммами.
------------------	--