|  |  |
| --- | --- |
| Описание: Описание: Описание: Описание: Копия (2) зенель.png | государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области «Нижнетагильский государственный профессиональный колледж имени Никиты Акинфиевича Демидова»(ГАПОУ СО «НТГПК им. Н.А. Демидова») |

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**ПО ВЫПОЛНЕНИЮ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ**

по учебной дисциплине

**Безопасность жизнедеятельности**

для обучающихся заочного отделения

по специальности 38. 02. 03 Операционная деятельность в логистике

по программе базовой подготовки

Составитель:

преподаватель

высшей квалификационной категории

Кортева Л.А.

Нижний Тагил, 2019

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ**

Методические рекомендации по выполнению контрольных работ составлены в соответствии с рабочей программой по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» по специальности 38.02.03 «Операционная деятельность в логистике» (базовая подготовка).

 Написание контрольной работы по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» является одной из важнейших форм самостоятельного изучения студентом программного материала.

**Цель выполняемой работы:**

- получить специальные знания по выбранной теме.

**Основные задачи выполняемой работы:**

1) закрепление полученных ранее теоретических знаний;

2) выработка навыков самостоятельной работы;

Весь процесс написания контрольной работы можно условно разделить на следующие этапы:

а) выбор варианта контрольной работы;

б) сбор научной информации, изучение литературы;

в) изложение ответов на вопросы контрольной работы;

г) обработка материала в целом.

Каждый вариант контрольной работы включает два теоретических вопроса и практическое задание. Вариант контрольной работы выбирается студентом в соответствии с последней цифрой индивидуального шифра списочного состава группы на заочном отделении.

Например, шифр 5508. Последняя цифра 8. Это значит, что вариант контрольной работы студента 8.

Если последняя цифра индивидуального шифра 0, то вариант контрольной работы №10.

Подготовку контрольной работы следует начинать с повторения соответствующего раздела учебника, учебных пособий по данной теме и конспектов лекций прочитанных ранее. Приступать к выполнению работы без изучения основных положений и понятий науки, не следует, так как в этом случае студент, как правило, плохо ориентируется в материале, не может отграничить смежные вопросы и сосредоточить внимание на основных, первостепенных проблемах рассматриваемой темы.

После выбора варианта необходимо внимательно изучить методические рекомендации по подготовке контрольной работы.

**Требования к содержанию контрольной работы**

В содержании контрольной работы необходимо показать знание рекомендованной литературы по данной теме, но при этом следует правильно пользоваться первоисточниками, избегать чрезмерного цитирования. При использовании цитат необходимо указывать точные ссылки на используемый источник: указание автора (авторов), название работы, место и год издания, страницы.

В процессе работы над первоисточниками целесообразно делать записи, выписки абзацев, цитат, относящихся к избранной теме.

Кроме рекомендованной специальной литературы, можно использовать любую дополнительную литературу, которая необходима для раскрытия темы контрольной работы. Если в период написания контрольной работы были приняты новые нормативно-правовые акты, относящиеся к излагаемой теме, их необходимо изучить и использовать при её выполнении.

В конце контрольной работы приводится полный библиографический перечень использованных нормативно-правовых актов и специальной литературы. Данный список условно можно подразделить на следующие части:

1. Нормативно-правовые акты (даются по их юридической силе).

2. Учебники, учебные пособия.

3. Монографии, учебные, учебно-практические пособия.

4. Периодическая печать.

Первоисточники 2,3,4 даются по алфавиту.

Оформление библиографических ссылок осуществляется в следующем порядке:

1. Фамилия и инициалы автора (коллектив авторов) в именительном падеже. При наличии трех и более авторов допускается указывать фамилии и инициалы первых двух и добавить «и др.». Если книга написана авторским коллективом, то ссылка делается на название книги и её редактора. Фамилию и инициалы редактора помещают после названия книги.

2. Полное название первоисточника в именительном падеже.

3. Место издания.

4. Год издания.

5. Общее количество страниц в работе.

Ссылки на журнальную или газетную статью должны содержать кроме указанных выше данных, сведения о названии журнала или газеты.

Ссылки на нормативный акт делаются с указанием Собрания законодательства РФ, исключение могут составлять ссылки на Российскую газету в том случае, если данный нормативный акт еще не опубликован в СЗ РФ.

При использовании цитат, идей, проблем, заимствованных у отдельных авторов, статистических данных необходимо правильно и точно делать внутритекстовые ссылки на первоисточник.

Ссылки на используемые первоисточники можно делать в конце каждой страницы, либо в конце всей работы, нумерация может начинаться на каждой странице.

Структурно контрольная работа состоит только из нескольких вопросов (3-6), без глав. Она обязательно должна содержать теорию и практику рассматриваемой темы.

**Порядок выполнения контрольной работы**

Контрольная работа излагается логически последовательно, грамотно и разборчиво. Она обязательно должна иметь титульный лист. Он содержит название учебного заведения, вариант контрольной работы, фамилию, инициалы, руководителя, фамилию, инициалы автора, номер группы.

Изложение каждого вопроса необходимо начать с написания заголовка. Заголовки от текста следует отделять интервалами. Каждый заголовок обязательно должен предшествовать непосредственно своему тексту. В том случае, когда на очередной странице остаётся место только для заголовка и нет места ни для одной строчки текста, заголовок нужно писать на следующей странице.

Излагая вопрос, каждый новый смысловой абзац необходимо начать с красной строки.

Страницы контрольной работы должны иметь нумерацию (сквозной). Номер страницы ставится внизу в правом углу. На титульном листе номер страницы не ставится. Оптимальный объём контрольной работы 10-15 страниц машинописного текста (размер шрифта 12-14) через полуторный интервал на стандартных листах формата А-4, поля: верхнее –20 мм, нижнее –20мм, левое –20мм, правое –10мм.

В тексте контрольной работы не допускается произвольное сокращение слов (кроме общепринятых).

По всем возникшим вопросам студенту следует обращаться за консультацией преподавателю. Срок выполнения контрольной работы определяется преподавателем, и она должна быть сдана не позднее, чем за неделю до итогового контроля по дисциплине. По результатам проверки контрольная работа оценивается на 2-5 баллов. В случае отрицательной оценки, студент должен ознакомиться с замечаниями и, устранив недостатки, повторно сдать работу на проверку.

**СОДЕРЖАНИЕ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ**

**Вариант 1**

**1.** Дать определение: единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций

**2.** Изложить суть вопроса: мероприятия, проводимые по защите работников и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций

**3.** Решить ситуационную задачу: Из воды извлечен человек без признаков жизни. Пульс и дыхание отсутствуют, тоны сердца не выслушиваются.

Какова последовательность оказания первой помощи?

**Вариант 2**

**1.** Дать определение: неблагоприятная социальная обстановка

**2.** Изложить суть вопроса: профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту

**3.** Решить ситуационную задачу: В гараже, не имеющем вентиляции, обнаружен человек, лежащий без сознания около автомашины с работающим мотором. На фоне бледных кожных покровов видны ярко-красные пятна, дыхание отсутствует, пульс не определяется, зрачки широкие, выслушиваются глухие тоны сердца.

Что произошло?

В каком состоянии находится пострадавший?

К каким мероприятиям необходимо немедленно приступить, и какова последовательность проведения приемов первой помощи?

**Вариант 3**

**1.** Дать определение: средства индивидуальной защиты от оружия массового поражения

**2.** Изложить суть вопроса: Классификация опасных и вредных производственных факторов. Причины производственного травматизма. Пути и меры профилактики производственного травматизма.

**3.** Решить ситуационную задачу: Из воды извлечен человек без признаков жизни. Пульс и дыхание отсутствуют, тоны сердца не выслушиваются.

Какова последовательность оказания первой помощи?

**Вариант 4**

**1.** Дать определение: биологический терроризм

**2.** Изложить суть вопроса: Средства индивидуальной защиты органов дыхания: ватно-марлевая повязка, респиратор, противогазы. Правила подбора, назначение, устройство, способ применения. Средства индивидуальной защиты кожи. Медицинские средства индивидуальной защиты.

**3.** Решить ситуационную задачу: У пожилой женщины, длительное время страдающей варикозным расширением вен нижних конечностей, внезапно разорвался варикозный узел, и началось значительное кровотечение на боковой поверхности голени. Из ранки поступает струёй темная кровь. Кровопотеря значительная, так как все вокруг залито кровью. Пульс 100 в минуту, кожные покровы бледные.

Какое кровотечение возникло?

Каковы принципы остановки данного кровотечения?

Изложите последовательность оказания первой медицинской помощи.

**Вариант 5**

**1.** Дать определение: травмобезопасность

**2.** Изложить суть вопроса: Классификация профессиональных заболеваний. Профилактика и предупреждение возникновения профессиональных заболеваний.

**3.** Решить ситуационную задачу: Человек сбит машиной; получив удар, он упал и ударился головой о мостовую. О случившемся не помнит, жалуется на головную боль, головокружение, тошноту, рвоту. В затылочной области ушибленная рана, из слуховых проходов кровянистые выделения. Явных признаков повреждения костей нет.

Чем обусловлена тяжесть состояния пострадавшего и какая необходима первая доврачебная медицинская помощь?

Назовите основные правила транспортировки при данном повреждении.

**Вариант 6**

**1.** Дать определение: гражданская оборона

**2.** Изложить суть вопроса: Терроризм как социокультурное явление: сущность и истоки. Правила поведения в условиях теракта, при угрозе и по окончании теракта.

**3.** Решить ситуационную задачу: В результате неосторожного поведения около пасеки ребенка ужалило несколько пчел в различные участки тела и лица.

Какова первая медицинская помощь?

Необходимо ли при большом количестве жал доставить ребенка в больницу?

**Вариант 7**

**1.** Дать определение: гигиена труда

**2.** Изложить суть вопроса: Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО.

**3.** Решить ситуационную задачу: Стоящий в автобусе мужчина внезапно упал, мышцы конечностей, шеи, лица беспорядочно сокращаются. Судороги сопровождаются резким поворотом головы в стороны, изо рта выделяется пенистая жидкость. Лицо синюшное, одутловатое, дыхание - шумное, усиленное. Через 2-3 мин судороги прекратились, дыхание стало ровным, как у спящего человека.

Каким заболеванием страдает мужчина?

Чем опасен приступ?

Какова первая доврачебная помощь?

**Вариант 8**

**1.** Дать определение: экологическая безопасность

**2.** Изложить суть вопроса: Эвакуация и рассредоточение населения в загородной зоне. Принципы и способы эвакуации. Эвакуационные органы, их назначение.

**3.** Решить ситуационную задачу: В результате загорания и взрыва емкости с керосином воспламенилась одежда на одном из рабочих. С помощью брезента пламя затушено. Тлеющая одежда залита водой. Имеются ожоги лица. Состояние пострадавшего быстро ухудшается: он заторможен, безучастен, пульс частый, дыхание поверхностное.

Чем объясняется тяжелое состояние?

Какова первая помощь?

Как транспортировать пострадавшего?

**Вариант 9**

**1.** Дать определение: экстремальная ситуация

**2.** Изложить суть вопроса: Инфекционные болезни людей. Возбудители этих заболеваний. Возникновение и развитие эпидемий, борьба с эпидемиями.

**3.** Решить ситуационную задачу: Находясь на лесозаготовительных работах, рабочий упал с высоты, ударившись спиной о сваленное дерево. Возникли сильнейшие боли в спине, резко усиливающиеся при движении, движения нижних конечностей затруднены.

Что повреждено?

Какова первая помощь?

Как доставить пострадавшего в больницу, если нет носилок?

**Вариант 10**

**1.** Дать определение: безопасность

**2.** Изложить суть вопроса: меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах на производстве

**3.** Решить ситуационную задачу: Мужчина 30 лет на работе упал с высоты 8 м, потерял сознание. При осмотре в теменной области обнаружена кровоточащая рана размером 10х4 см, из носовых ходов и полости рта выделяется кровь, через кожу правого плеча выступает острый осколок кости. Пульс 120 в минуту, мягкий, хорошего наполнения, артериальное давление 100/60 мм рт.ст.

Что произошло с пострадавшим?

Что и в какой последовательности нужно делать при оказании первой помощи?

В какой стационар следует направить пострадавшего?

Как организовать транспортировку?

**Информационное обеспечение обучения**

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов,**

**дополнительной литературы**

Основные источники:

1. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности: Учебник. – М.:

КНОРУС, 2016. – 288 с.

Дополнительные источники:

1. Наставление по стрелковому делу. М.: Воениздат, 1987. – 640 с.

2. Общевоинские уставы Вооружённых Сил Российской Федерации. –

М.: Эксмо, 2014. – 608 с.

3. Сборник законов Российской Федерации. – М.: Эксмо, 2014. – 928 с.

Интернет – ресурсы:

1. Основы безопасности жизнедеятельности РФ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.grandars.ru/shkola/bezopasnost-zhiznedeyatelnosti/ bezopasnost-zhiznedeyatelnosti.html](http://www.grandars.ru/shkola/bezopasnost-zhiznedeyatelnosti/%20bezopasnost-zhiznedeyatelnosti.html) (дата обращения 01.09.2019)
2. Лекции по БЖД РФ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.studfiles.ru/dir/cat19/subj44/file17053/view159291.html> (дата обращения 01.09.2019)
3. Научно-практический и учебно-методический журнал Безопасность жизнедеятельности РФ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.novtex.ru/bjd/> (дата обращения 01.09.2019)
4. МЧС России. Видеоролики по БЖД РФ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.mchs.gov.ru/info/individual/rules/ Videoroliki\_po\_ bezopasnosti\_zhiznedeja](http://www.mchs.gov.ru/info/individual/rules/%20Videoroliki_po_%20bezopasnosti_zhiznedeja) (дата обращения 01.09.2019)