

Государственное областное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Мурманский колледж искусств»

Методические указания  
по самостоятельной работе студентов  
для общеобразовательной дисциплины

**БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

образовательных программ СПО (ППССЗ)  
по специальностям

**53.02.02 Музыкальное искусство эстрады (ОП.08)**

**53.02.03 Инструментальное исполнительство (ОП.07)**

**53.02.06 Хоровое дирижирование (ОП.07)**

**53.02.07 Теория музыки (ОП.10)**

**54.02.05 Живопись (ОП.04)**

(углублённой подготовки)

Мурманск, 2025 г.

Рассмотрены и одобрены на заседании предметно-цикловой комиссии  
«Общеобразовательные, гуманитарные и социально- экономические дисциплины»

Протокол № 1 от «01» сентября 2025 г.  
Председатель ПЦК Цыбульская Ю.В.

В методических указаниях представлены виды самостоятельной работы студентов по учебной дисциплине «Безопасность жизнедеятельности», задания на самостоятельную проработку тем, а также критерии оценки работ, выполненных студентом, формы и методы контроля самостоятельной работы студентов по учебной дисциплине.

## **ОГЛАВЛЕНИЕ**

1. ОБЩИЕ ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
2. СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ
3. РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ИСТОЧНИКИ
4. ТРЕБОВАНИЯ К ПРЕДСТАВЛЕНИЮ И ОФОРМЛЕНИЮ РЕЗУЛЬТАТОВ  
САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ
5. ОЦЕНКА ВЫПОЛНЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

# 1. ОБЩИЕ ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

Методические указания к самостоятельной работе студентов по учебной дисциплине **Безопасность жизнедеятельности** разработаны в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования (ФГОС СПО) по специальностям

53.02.02 Музыкальное искусство эстрады

53.02.03 Инструментальное исполнительство

53.02.06 Хоровое дирижирование

53.02.07 Теория музыки

54.02.05 Живопись

В результате изучения дисциплины **Безопасность жизнедеятельности** студент должен:

**уметь:**

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

**знать:**

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

Место учебной дисциплины в структуре образовательной программы:

**П.00 – Профессиональный учебный цикл**

ОП.00 – Общепрофессиональные дисциплины

ОП. 08 – 53.02.02 Музыкальное искусство эстрады

ОП. 07 – 53.02.03 Инструментальное исполнительство, 53.02.06 Хоровое дирижирование

ОП. 10 – 53.02.07 Теория музыки

ОП. 04 – 54.02.05 Живопись

## 2. СОДЕРЖАНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

В процессе изучения учебной дисциплины (междисциплинарного курса) студентам предстоит выполнить следующие виды самостоятельной работы:

Виды самостоятельной работы

| Наименование работы                                          | Объем, часов |
|--------------------------------------------------------------|--------------|
| Подготовка к практическому занятию с элементами ролевой игры | 12           |
| Подготовка сообщений                                         | 10           |
| Заполнение таблиц, составление схем                          | 12           |
| <b>Всего:</b>                                                | <b>34</b>    |

Перечень разделов и тем с указанием содержания и объема самостоятельной работы по каждой теме приведен в таблице

Тематический план и содержание самостоятельной работы

| тема                                                                                                       | виды самостоятельной работы                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Общая характеристика предмета. Цели, задачи, планирование                                                  | Освоить знания, уметь оценить обстановку, действовать в ЧС                                                                     |
| Производственная среда, её влияние на здоровье человека                                                    | Определение «вредности» специализаций учеников колледжа                                                                        |
| Вредные и опасные факторы производственной среды                                                           | Составить перечень вредных и опасных факторов работников умственного труда                                                     |
| Чрезвычайные ситуации природного характера. Геологические ЧС                                               | Подготовка к практическому занятию с элементами ролевой игры                                                                   |
| Чрезвычайные ситуации природного характера. Метеорологические ЧС                                           | Подготовка проекта: правила поведения при ЧС природного характера                                                              |
| Космические чрезвычайные ситуации                                                                          | Подбор материалов падения космических тел                                                                                      |
| Биологические чрезвычайные ситуации                                                                        | Определение контагиозности и неконтагиозности списка заболеваний                                                               |
| Чрезвычайные ситуации в регионе                                                                            | Подготовка сообщений о ЧС, заполнение таблицы «Виды загрязнителей окружающей среды»                                            |
| Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Потенциально опасные объекты                                 | Заполнение таблицы «Виды техногенных ЧС и меры защиты»                                                                         |
| Аварии на объектах радиационной и биологической опасности                                                  | Составить схемы воздействия РВ, БС на организмы                                                                                |
| Действия населения по сигналу «Радиационная опасность»                                                     | Подготовка к практическому занятию с элементами ролевой игры: правила поведения в ЧС техногенного характера, алгоритм действий |
| Аварии на объектах химической опасности                                                                    | Заполнить элементы схемы «Классификация средств индивидуальной защиты органов дыхания, кожи»                                   |
| Первая доврачебная помощь пострадавшему от аварийных химически опасных веществ                             | Практическое занятие: решение ситуационных задач                                                                               |
| Чрезвычайные ситуации на пожаро- и взрывоопасных объектах.                                                 | Подготовка к проверочной работе «Личная безопасность в ЧС»                                                                     |
| Прогнозирование чрезвычайных ситуаций, теоретические основы, порядок выявления и оценки обстановки         | Написать краткую характеристику объекта, оценку возможной обстановки, план мероприятий по защите персонала и населения         |
| Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций                           | Заполнить таблицу «Государственные структуры и мероприятия по защите населения в мирное и военное время»                       |
| МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций | Составить схему «Органы управления по делам ГО и ЧС»                                                                           |
| Организация аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации                   | Заполнение схемы алгоритма выполнения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне поражения                         |
| Федеральные законы и другие нормативно-правовые акты в области безопасности жизнедеятельности              | Подготовить сообщения о содержании законов, о правах, обязанностях и ответственности граждан                                   |

|                                                                                                                       |                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Чрезвычайные ситуации военного времени. Характеристика современных войн и вооружённых конфликтов                      | Составить подборку материала из литературных источников и СМИ                                  |
| Основные виды оружия. Обычные средства поражения                                                                      | Заполнить элементы схемы срабатывания боеприпаса объёмного взрыва                              |
| Современные средства поражения. Ядерное оружие                                                                        | Заполнить элементы схемы «Структура ОМП», таблицу «Ядерное оружие и его характеристики»        |
| Способы и средства защиты от поражающих факторов ядерного взрыва                                                      | Подготовка к проверочной работе: решение ситуационных задач                                    |
| Современные средства поражения. Химическое оружие                                                                     | Заполнение таблицы «Химическое оружие»                                                         |
| Способы и средства защиты от воздействия боевых химически опасных веществ                                             | Подготовка к проверочной работе: решение ситуационных задач                                    |
| Современные средства поражения. Биологическое оружие                                                                  | Заполнение схемы боевых токсичных химических веществ                                           |
| Способы и средства защиты от воздействия бактериологических средств                                                   | Составление плана проведения обсервационных мероприятий                                        |
| Оповещение населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени                   | Составление сигнала оповещения: наименование, когда подаётся, способ подачи, алгоритм действий |
| Инженерная защита населения в чрезвычайных ситуациях                                                                  | Заполнение таблицы «Защитные сооружения»                                                       |
| Порядок использования защитных сооружений                                                                             | Подготовка к проверочной работе: решение ситуационных задач                                    |
| Средства индивидуальной защиты в чрезвычайных ситуациях военного времени                                              | Определение типа и размера шлем-маски противогаза                                              |
| Применение средств индивидуальной защиты                                                                              | Подготовка к практическому занятию: подбор, пошив средств защиты органов дыхания, кожи         |
| Полная и частичная санитарная обработка от воздействия радиоактивных, химических веществ и бактериологических средств | Решение ситуационных задач: применяемые методы, способы, приёмы                                |
| Медицинские средства защиты от поражающих факторов ядерного, химического и биологического оружия                      | Составить набор медицинских средств бытовой аптечки для семьи                                  |
| Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны                                                       | Заполнение схемы управления силами и средствами ГО                                             |
| Организация и выполнение эвакуационных мероприятий                                                                    | Составить памятку по подготовке семьи к ЧС по разделам                                         |

### 3. РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ИСТОЧНИКИ

#### *Основная*

1. Арустамов, Э.А. Безопасность жизнедеятельности: Учебник для бакалавров. 19-е изд., пер. и доп. / Э.А. Арустамов. — М.: Дашков и К, 2016. — 448 с.
2. Белов, С.В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (Техносферная Безопасность): Учебник. 5-н изд., пер. и доп. / С.В. Белов. — Люберцы: Юрайт, 2016. — 702 с.
3. Беляков, Г.И. Безопасность жизнедеятельности. Охрана труда: Учебник для бакалавров / Г.И. Беляков. — М.: Юрайт, 2012. — 572 с.
4. Беляков, Г.И. Безопасность жизнедеятельности. охрана труда: учебник для бакалавров. 2-е изд., пер. и доп. / Г.И. Беляков. — Люберцы: Юрайт, 2015. — 572 с.
5. Вишняков, Я.Д. безопасность жизнедеятельности. теория и практика 4-е изд., пер. и доп. учебник для бакалавров / Я.Д. Вишняков. — Люберцы: Юрайт, 2015. — 543 с.
6. Занько, Н.Г. Безопасность жизнедеятельности: 15-е изд., стер / Н.Г. Занько, К.Р. Малаян и др... — СПб.: Лань, 2016. — 696 с.
7. Каракеян, В.И. Безопасность жизнедеятельности 2-е изд., пер. и доп. учебник и практикум для спо / В.И. Каракеян, И.М. Никулина. — Люберцы: Юрайт, 2016. — 330 с.
8. Маринченко, А.В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие. 6-е изд., доп. и перераб / А.В. Маринченко. — М.: Дашков и К, 2015. — 360 с.
9. Маринченко, А.В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие, 6-е изд., доп. и перераб.(изд:6) / А.В. Маринченко. — М.: ИТК Дашков и К, 2015. — 360 с.
10. Никифоров, Л.Л. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие / Л.Л. Никифоров, В.В. Персиянов. — М.: Дашков и К, 2015. — 496 с.
11. Соломин, В.П. Безопасность жизнедеятельности для педагогических и гуманитарных направлений: учебник и практикум для прикладного бакалавриата / В.П. Соломин. — Люберцы: Юрайт, 2016. — 399 с.

#### *Дополнительная литература*

1. Микрюков, В.Ю. Обеспечение безопасности жизнедеятельности. В 2 кн. Кн. 2. Коллективная безопасность. / В.Ю. Микрюков. — М.: Высшая школа, 2004. — 333 с.
2. Микрюков, В.Ю. Обеспечение безопасности жизнедеятельности. В 2 кн. Кн.1. Личная безопасность. / В.Ю. Микрюков. — М.: Высшая школа, 2004. — 479 с.
3. Сычев, Ю.Н. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях: Учебное пособие / Ю.Н. Сычев. — М.: ФиС, 2009. — 224 с.
4. Тверская, С.С. Безопасность жизнедеятельности: Словарь-справочник / С.С. Тверская. — М.: МПСУ, МОДЭК, 2010. — 456 с.
5. Ястребов, Г.С. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф: Учебное пособие / Г.С. Ястребов; Под ред. Б.В. Кабарухин. — Рн/Д: Феникс, 2013. — 397 с.

#### *Интернет-ресурсы*

1. МЧС [Электронный ресурс] : официальный сайт. — Режим доступа : <http://www.mchs.gov.ru/>. — 22.01.2017.
2. Министерство внутренних дел РФ [Электронный ресурс] : официальный сайт. — Режим доступа : <https://mvd.ru/>. — 22.01.2017.
3. Министерство обороны РФ [Электронный ресурс] : официальный сайт. — Режим доступа : <http://mil.ru/index.htm>. - 22.01.2017.
4. Федеральная служба безопасности Российской Федерации [Электронный ресурс] : официальный сайт. — Режим доступа : <http://www.fsb.ru/>. — 22.01.2017.

5. Академик. Словари и энциклопедии [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://dic.academic.ru/>. – 22.01.2017.
6. Библиотека Books Gid [Электронный ресурс] : электронная библиотека. – Режим доступа : <http://www.booksgid.com/>. – 22.01.2017.
7. Военная литература [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://militera.lib.ru/>. – 22.01.2017.
8. Государственные символы России. История и реальность [Электронный ресурс] : открытая цифровая коллекция. – Режим доступа : [www.simvolika.rsl.ru](http://www.simvolika.rsl.ru). – 22.01.2017.
9. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : бесплатная электронная библиотека онлайн. – Режим доступа : <http://window.edu.ru/>. – 22.01.2017
10. ПОБЕДИТЕЛИ: Солдаты Великой войны [Электронный ресурс] : проект. – Режим доступа : <http://www.pobediteli.ru/>. – 22.01.2017.
11. Российский образовательный портал. Доступность, качество, эффективность [Электронный ресурс]. - <http://www.school.edu.ru/>. – 22.01.2017
12. Центральный музей Военно-Воздушный Сил РФ [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://monino.ru/>. – 22.01.2017.
13. Электронно-библиотечная система BOOK.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://www.book.ru/>. – 22.01.2017.
14. Электронно-библиотечная система IPRbooks [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/>. – 22.01.2017.

#### **4. ТРЕБОВАНИЯ К ПРЕДСТАВЛЕНИЮ И ОФОРМЛЕНИЮ РЕЗУЛЬТАТОВ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

##### **Рекомендации по подготовке рефератов (докладов) по теме**

Реферат необходимо сдать в печатном виде на листе формата А4, выполненном шрифтом Times New Roman 14 пунктов.

##### **Требования, предъявляемые к реферату:**

Реферат (доклад) должен быть оформлен в MS Word, шрифт текста Times New Roman, 14 пт., интервал 1.

1. Титульный лист (см. приложение 1)
2. Содержание (см. приложение 2)
3. Введение
4. Основная часть реферата
5. Заключение
6. Список используемой литературы (см. приложение 3)

Если возникнут затруднения в процессе работы, обратитесь к преподавателю.

##### **Рекомендации по подготовке сообщения**

Сообщение – публичный рассказ, представляющий собой развёрнутое изложение определённой темы.

Этапы подготовки сообщения:

1. Определение цели сообщения.
2. Подбор необходимого материала, определяющего содержание сообщения.
3. Составление плана сообщения, распределение собранного материала в необходимой логической последовательности.
4. Общее знакомство с литературой и выделение среди источников главного.
5. Уточнение плана, отбор материала к каждому пункту плана.
6. Композиционное оформление сообщения.
7. Заучивание, запоминание текста сообщения, подготовки тезисов выступления.
8. Выступление с сообщением.
9. Обсуждение сообщения.
10. Оценивание сообщения

Композиционное оформление сообщения – это его реальная речевая внешняя структура, в ней отражается соотношение частей выступления по их цели, стилистическим особенностям, по объёму, сочетанию рациональных и эмоциональных моментов, как правило, элементами композиции сообщения являются: вступление, определение предмета выступления, изложение(опровержение), заключение.

Вступление помогает обеспечить успех выступления по любой тематике.

Вступление должно содержать:

- название сообщения;
- сообщение основной идеи;
- современную оценку предмета изложения;
- краткое перечисление рассматриваемых вопросов;
- интересную для слушателей форму изложения;
- акцентирование оригинальности подхода. Выступление состоит из следующих частей:

Основная часть, в которой выступающий должен раскрыть суть темы, обычно строится по принципу отчёта. Задача основной части: представить достаточно данных для того, чтобы слушатели заинтересовались темой и захотели ознакомиться с материалами.

Заключение - это чёткое обобщение и краткие выводы по излагаемой теме.

### **Рекомендации по составлению конспекта**

Конспектирование способствует глубокому пониманию и более прочному усвоению изучаемого материала; помогает выработке умений и навыков правильного, грамотного изложения материала в письменном виде, формирует умение понимать чужие мысли и излагать их своими словами. Конспект может содержать выписки из текста первоисточника, в него могут включаться примеры, цифры, факты, схемы и т.д.

Писать конспект нужно четко и разборчиво. При конспектировании допускаются общеупотребительные сокращения слов. Недопустимы сокращения в наименованиях и фамилиях.

Рекомендуется эту форму самостоятельной работы делать следующим образом:

- Внимательно прочитывается текст главы (страниц) учебника.
- Формулируется основная тема и цель содержания главы.
- Осмысливается логика подачи материала, последовательность этапов, пунктов изложения.
- Записывается план изложения в тетради с пропуском места для дальнейшего раскрытия каждого пункта плана.
- Раскрывается содержание каждого пункта более подробно.
- Делаются выводы, обобщения.

## 5. ОЦЕНКА ВЫПОЛНЕНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

### Оценка по составлению реферата

**Критериями оценки** реферата являются: новизна текста, обоснованность выбора источников литературы, степень раскрытия сущности вопроса, соблюдения требований к оформлению.

**Оценка 5** ставится, если выполнены все требования к написанию реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность; сделан анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция; сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём; соблюдены требования к внешнему оформлению.

**Оценка 4** – основные требования к реферату выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении.

**Оценка 3** – имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата; отсутствуют выводы.

**Оценка 2** – тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы. Или реферат не представлен.

### Оценка подготовки сообщения

«5» - студент свободно владеет материалом, отвечает на дополнительные и уточняющие вопросы.

«4» - студент знает материал, ориентируется в нём. В ответе допускаются погрешности. На уточняющие вопросы отвечает, но не исправляет допущенные ошибки.

«3» - студент отвечает хаотично, но в целом демонстрирует владение материалом, с трудом отвечает на уточняющие вопросы.

«2» - студент не знает материала, не отвечает на вопросы, не владеет терминологией.

### Оценка по составлению конспекта

#### **Критерии оценивания:**

- правильное понимание смысла текста, умение выделять главное;
- четкий план, логика изложения;
- внешнее оформление: аккуратность, отсутствие грамматических ошибок.

**Оценка 5** ставится, если конспект составлен по плану, соблюдается логичность, последовательность изложения материала, качественное внешнее оформление, достаточный объём.

**Оценка 4** ставится, если конспект выполнен по плану, но некоторые вопросы раскрыты не полностью, очень кратко, качественное внешнее оформление.

**Оценка 3** ставится, если при выполнении конспекта наблюдается отклонение от плана, нарушена внутренняя логика изложения, удовлетворительное внешнее оформление, объём недостаточный.

**Оценка 2** ставится, если в конспекте не отражены смысловые моменты содержания, нет понимания темы, неудовлетворительное внешнее оформление, объём очень мал.