



Федеральное агентство морского и речного транспорта  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования

**ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
МОРСКОГО И РЕЧНОГО ФЛОТА  
имени адмирала С. О. МАКАРОВА  
Воронежский филиал ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени  
адмирала С.О. Макарова**

---

*Кафедра математики, информационных систем  
и технологий*

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ  
ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

по дисциплине

**БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Для студентов, обучающихся по направлению  
09.03.02 - «Информационные системы и технологии»,  
очной, очно-заочной, заочной форм обучения**

г. Воронеж  
2023

**Методические рекомендации для самостоятельной работы по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» /** Сост. А. Б. Плаксицкий. - Воронеж: Воронежский филиал ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени адмирала С.О. Макарова», 2023. - 29 с. – Текст : непосредственный.

Методические рекомендации для самостоятельной работы составлены в соответствии с программой дисциплины «Безопасность жизнедеятельности», изучаемой в Воронежском филиале ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени адмирала С.О. Макарова. Рекомендации предназначены для организации контактной работы с обучающимися по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности», а также для самостоятельной внеаудиторной работы обучающихся.

Методические рекомендации утверждены на заседании кафедры математики, информационных систем и технологий Воронежского филиала ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени адмирала С.О. Макарова» 29.06.2023 г., протокол № 10.

© ВФ ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени адмирала С. О. Макарова», 2023

© Плаксицкий А.Б., 2023

## Содержание

1. Цели и задачи дисциплины.....	6
2. Методические указания по изучению дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».....	6
2.1. Методические рекомендации по подготовке к лекциям.....	6
2.2. Методические рекомендации по подготовке к лабораторным занятиям.....	12
3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности».....	17
3.1. Общие методические рекомендации по самостоятельной работе .....	17
3.2. Методические рекомендации по подготовке к устному опросу.....	18
4. Промежуточная аттестация .....	15
5. Перечень основной, дополнительной учебной литературы и учебно-методической литературы для самостоятельной работы обучающихся, необходимой для освоения дисциплины .....	32

## Введение

Для успешного освоения учебной дисциплины обучающимся необходимо изучить лекционный материал и рекомендуемую литературу, отработать изученный материал на практических занятиях, выполнить задания для самостоятельной работы. Практические занятия проводятся с целью закрепления лекционного материала, овладения понятийным аппаратом предмета, методами работы, изучаемыми в рамках учебной дисциплины.

Все формы практических занятий (семинары – практикумы, практические, лабораторные) направлены на практическое усвоение теоретических знаний, полученных на лекциях. Главной целью такого рода занятий является: научить студентов применению теоретических знаний на практике. С этой целью на занятиях моделируются фрагменты их будущей деятельности в виде учебных ситуационных задач, при решении которых студенты отрабатывают различные действия по применению соответствующих практических навыков.

Самостоятельная работа студента – это планируемая учебная, учебно-исследовательская, научно-исследовательская работа студентов, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющем ведущую роль за работой студентов).

Самостоятельная работа в современном образовательном процессе рассматривается как форма организации обучения, которая способна обеспечивать самостоятельный поиск необходимой информации, творческое восприятие и осмысление учебного материала в ходе аудиторных занятий, разнообразные формы познавательной деятельности студентов на занятиях и во внеаудиторное время, развитие аналитических способностей, навыков контроля и планирования учебного времени, выработку умений и навыков рациональной организации учебного труда. Таким образом, самостоятельная работа – форма организации образовательного процесса, стимулирующая активность,

самостоятельность, познавательный интерес студентов.

Самостоятельная работа обучающихся является важным видом учебной и научной деятельности студента. Самостоятельная работа студентов играет значительную роль в рейтинговой технологии обучения. Государственным стандартом предусматривается, как правило, не менее 50% часов из общей трудоемкости дисциплины на самостоятельную работу обучающихся (далее СРО). В связи с этим, обучение включает в себя две, практически одинаковые по объему и взаимовлиянию части – процесса обучения и процесса самообучения. Поэтому СРО должна стать эффективной и целенаправленной работой студента.

Самостоятельная работа обучающихся является одной из основных форм внеаудиторной работы при реализации учебных планов и программ.

Самостоятельная работа – это познавательная учебная деятельность, когда последовательность мышления ученика, его умственных и практических операций и действий зависит и определяется самим студентом.

Обучающийся в процессе изучения дисциплины должен не только освоить учебную программу, но и приобрести навыки самостоятельной работы. Студенту предоставляется возможность работать во время учебы более самостоятельно, чем учащимся в средней школе. Обучающийся должен уметь планировать и выполнять свою работу.

Целью самостоятельной работы обучающихся является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю, опытом творческой, исследовательской деятельности.

## **1. Цели и задачи дисциплины**

**Целями освоения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»** является формирование компетенций обучающегося в области профессиональной деятельности и сфере профессиональной деятельности:

Об Связь, информационные и коммуникационные технологии в сфере разработки, внедрения и сопровождения информационных технологий и систем

В рамках освоения образовательной программы высшего образования выпускники готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов:

- производственно-технологический;
- научно-исследовательский.

## **2. Методические указания по изучению дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»**

Основными формами обучения дисциплине являются:

- 1) лекции,
- 2) лабораторные занятия,
- 3) самостоятельная работа.

### **2.1. Методические рекомендации по подготовке к лекциям**

Лекция – логическое изложение материала в соответствии с планом лекции, который сообщается в начале каждой лекции, и имеет законченную форму, т.е. содержит пункты, позволяющие охватить весь материал, который необходимо довести до студентов.

Главной задачей лектора является организация процесса познания студентами материала изучаемой дисциплины на всех этапах ее освоения, предусмотренных федеральным государственным образовательным стандартом.

На лекциях особое внимание уделяется не только усвоению изучаемых проблем, но и стимулированию Вашей активной познавательной деятельности, творческого мышления, развитию научного мировоззрения, профессионально-значимых свойств и

качеств. Лекции по учебной дисциплине проводятся, как правило, как проблемные в форме диалога (интерактивные).

Излагаемый материал может показаться Вам сложным, поскольку включает знания, почерпнутые преподавателем из различных отраслей психологии – общей психологии, психологии познавательных процессов, психологии личности, социальной психологии и т.д. Вот почему необходимо добросовестно и упорно работать на лекциях. Осуществляя учебные действия на лекционных занятиях, Вы должны внимательно воспринимать действия преподавателя, запоминать складывающиеся образы, мыслить, добиваться понимания изучаемого предмета, применения знаний на практике, при решении учебно-профессиональных задач. В ходе лекционных занятий необходимо вести конспектирование учебного материала, обращая внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации.

Правила конспектирования:

1. Конспектирование лекций ведется в специально отведенной для этого тетради, каждый лист которой должен иметь поля (4-5 см) для дополнительных записей.

2. Необходимо записывать тему и план лекций, рекомендуемую литературу к теме. Записи разделов лекции должны иметь заголовки, подзаголовки, красные строки. Для выделения разделов, выводов, определений, основных идей можно использовать цветные карандаши и фломастеры.

3. Названные в лекции ссылки на первоисточники надо пометить на полях, чтобы при самостоятельной работе найти и вписать их.

4. В конспекте дословно записываются определения понятий, категорий и законов. Остальное должно быть записано своими словами.

5. Каждому студенту необходимо выработать и использовать допустимые сокращения наиболее распространенных терминов и понятий. Однако чрезмерное увлечение сокращениями может привести к тому, что со временем в них будет трудно разобраться.

6. В конспект следует заносить всё, что преподаватель пишет на доске, а также рекомендуемые схемы, таблицы, диаграммы и т.д. Надо иметь в виду, что изучение и обработка прослушанных лекций без промедления значительно экономит время и способствует лучшему усвоению материала.

Перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции. При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале опять не удалось, то обратитесь к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на лабораторных занятиях.

### **Содержание разделов учебной дисциплины «Информационные технологии»**

Тема 1. Чрезвычайные ситуации и их классификация

Дисциплина «Безопасность жизнедеятельности (БЖД)» - составная часть Основной образовательной программы. Цели и задачи, предмет учебной дисциплины, ее межпредметные связи. Цели и задачи БЖД как науки, ее место и роль в подготовке специалиста. Основные понятия: «чрезвычайная ситуация», «авария», «катастрофа», «стихийное бедствие», «безопасность жизнедеятельности». Критерии техногенных: и природных явлений, критерии чрезвычайных ситуаций. Классификация чрезвычайных ситуаций.

Тема 2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Гражданская оборона Российской Федерации (ГО РФ)

Этапы становления и развития систем защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях в России. РСЧС и ГО РФ: понятия, цели, задачи и назначение. Структура РСЧС (ГО РФ). Трансформация РСЧС при переходе страны на военное положение. Объектовые подсистемы РСЧС, решаемые ими задачи. Режимы функционирования РСЧС, степени готовности ГО РФ. Перспективная система защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях - Российская система Гражданской защиты (РСГЗ).

Тема 3. Мероприятия по защите населения и территорий в



чрезвычайных ситуациях

Понятия: «защита населения в чрезвычайных ситуациях», «мероприятия по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях». Содержание комплекса правовых, организационных, инженерно-технических и других мероприятий по защите населения и территорий, проводимых заблаговременно, а также при возникновении и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Предназначение и содержание режимов функционирования РСЧС, степени готовности ГО РФ.

Тема 4. Защита населения и территорий при авариях на радиационно (ядерно) опасных объектах с выбросом радиоактивных веществ в окружающую среду

Радиационно (ядерно) опасные объекты РОО (ЯОО): понятия, классификация. Атомные станции (АС), классификация и характеристика отдельных видов АС. Аварии на радиационно (ядерно) опасных объектах, факторы их обуславливающие, последствия поражающих факторов. Ионизирующее излучение - основной поражающий фактор при авариях на РОО (ЯОО): понятие, его источники. Критерии ионизирующего излучения. Характер и последствия воздействия ионизирующего излучения на население и окружающую среду. Возможные виды аварий на АС, их характеристики. Фазы развития аварии. Радиоактивное загрязнение окружающей среды при авариях на АС: понятие, характер. Радиационный фон Земли. Источники естественных радиоактивных загрязнений. Методы защиты производственного и/ или обслуживающего персонала и территорий от указанных видов загрязнений.

Тема 5. Защита населения и территорий при авариях на химически опасных объектах

Аварийно химически опасные вещества (АХОВ): понятие, характеристика наиболее распространенных веществ, воздействие на человека и окружающую среду. Химически опасные объекты: понятие, их характеристика. Химическое заражение окружающей среды: понятие, источники. Характер воздействия химического заражения на население и окружающую среду. Аварии на химически опасных объектах (ХОО): понятие, общие сведения, причины возникновения.

Классификация аварий на ХОО. Периоды развития аварии. Общие сведения о химической обстановке в стране и ее контроле. Приборы, системы и средства контроля химической обстановки (ПСС ХК). Классификация ПСС ХК, характеристика основных видов ПСС ХК. Применение приборов, систем и средств химического контроля для мониторинга химической обстановки. Комплекс профилактических и реально осуществляемых мероприятий по защите населения и территорий при авариях на химически опасных объектах, проводимых заблаговременно; а также при возникновении и ликвидации ЧС непосредственно на объекте аварии и в районах возможного химического заражения в соответствии со структурой мероприятий по защите населения и территорий в ЧС с учетом специфики данной чрезвычайной ситуации: требования к ним и порядок проведения. Правила поведения населения в условиях химического заражения окружающей среды, методы защиты

Тема 6. Защита населения и территорий при пожарах и взрывах на объектах инфраструктуры

Пожарная безопасность. Общие сведения о пожарах и взрывах на объектах инфраструктуры. Пожар: понятие, составляющие элементы пожара, источники возникновения. Пожаро и взрывоопасные объекты (ПВОО): понятие и их классификация. Степень огнестойкости зданий и сооружений: понятие, обеспечение, поражающие факторы при авариях на ПВОО: виды и их характеристика. Методы предупреждения и защиты населения, персонала и организаций. Специфика мероприятий по защите населения и территорий при пожарах и взрывах на объектах инфраструктуры: противопожарная профилактика и способы ее достижения. Противопожарные разрывы, противопожарный режим. Средства тушения пожаров и пожарная сигнализация: понятие, назначение, виды; требования противопожарной безопасности. Методы защиты населения и территорий при пожарах и взрывах. Рекомендации по действиям при пожаре по отношению к взрывоопасным предметам' и при взрыве: меры безопасности при пожаре, нормативно-правовая база пожарной безопасности.

Тема 7. Защита населения и территорий в чрезвычайных

ситуациях, обусловленных террористическими актами

Терроризм и террористические акты: понятие, причины возникновения. Общие сведения о терроризме в России. Классификация терроризма, краткая характеристика основных видов. Возможные чрезвычайные ситуации, обусловленные террористическими актами различного вида. Методы борьбы с терроризмом и защиты населения, персонала и организаций, осуществляющих торговую деятельность от ЧС, обусловленную террористическими актами. Специфика мероприятий по защите населения, организаций, в том числе торговых организаций, и территорий в чрезвычайных ситуациях, обусловленных террористическими актами. Мероприятия по защите населения, организаций и территорий, проводимые при возникновении и ликвидации ЧС, обусловленной проведением террористического акта, в чрезвычайном режиме: перечень, требования к ним, порядок проведения. Правовая база противодействия и предупреждения террористических актов.

Тема 8. Основы поведения в аварийных ситуациях в природе

Чтение топографических карт. Назначение и классификация топографических карт. Топографические карты – крупномасштабные (точные измерительные), среднемасштабные (оперативно-тактические), мелкомасштабные (оперативные). Специальные карты и планы городов. Разграфка и номенклатура топографических карт. Местность и ее значение в области обеспечения безопасности. Подразделение местности по условиям проходимости, наблюдения и маскировки, по пересеченности. Топографические элементы местности.

Тема 9. Медицинская характеристика чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Законодательство РФ о медико - санитарном обеспечении населения в условиях ЧС. История создания медицины катастроф в РФ. Задачи и структура Всероссийской службы медицины катастроф (ВСМК). Характеристика видов медицинской помощи пострадавшим при ЧС. Медико - тактическая характеристика очагов поражения населения при ЧС. Организация санитарно - противоэпидемического обеспечения при ЧС. Мероприятия по

ликвидации медико - санитарных последствий террористических актов.

Тема 10. Первая помощь пострадавшим при чрезвычайных ситуациях

Организация оказания первой помощи пострадавшим при ЧС. Оказание первой помощи при ранениях и кровотечениях. Первая помощь при переломах, способы и правила транспортировки пострадавших. Первая помощь при: ушибах, вывихах; химических и термических ожогах; отравлениях; обморожениях; тепловом, солнечном ударе; поражении электрическим током. Правила оказания помощи утопающему, искусственное дыхание, непрямой массаж сердца

## **2.2. Методические рекомендации по подготовке к лабораторным занятиям**

Семинар – это один из наиболее сложных и в то же время плодотворных видов (форм) вузовского обучения и воспитания. В условиях высшей школы Лабораторная работа – вид практической работы, проводимой под руководством преподавателя, ведущего научные исследования по тематике лабораторной работы и в данной отрасли научного знания.

Лабораторная работа предназначен: для углубленного изучения той или иной дисциплины и овладения методологией применительно к особенностям изучаемой отрасли науки; для активной самостоятельной групповой работы, когда студенты могут подготовить, обдумать поставленные перед ними проблемы, проверить свою позицию, услышать и обсудить другие.

Целесообразно готовиться к лабораторной работе занятиям за 1- 2 недели до их начала. Начинать надо с изучения рекомендованной литературы, так как на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых

теоретических вопросов. В процессе этой работы вы должны стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале.

Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам.

На лабораторной работе каждый из Вас должен быть готовым к выступлению по всем поставленным в плане вопросам, проявлять максимальную активность при их рассмотрении. Выступление должно строиться свободно, убедительно и аргументировано. Необходимо, чтобы выступающий проявлял собственное отношение к тому, о чем он говорит, высказывал свое личное мнение, понимание, обосновывал его и мог сделать правильные выводы из сказанного. При этом Вы можете обращаться к записям конспекта и лекций, непосредственно к первоисточникам, использовать знание художественной литературы и искусства, факты и наблюдения современной жизни и т.д. Вокруг такого выступления могут разгореться споры, дискуссии, к участию в которых должен стремиться каждый.

При подготовке к лабораторной работе вам следует:

- приносить с собой рекомендованную преподавателем литературу к конкретному занятию;
- до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал, соответствующей темы занятия;
- при подготовке к лабораторной работе следует обязательно использовать не только лекции, но учебную, методическую литературу;
- в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при решении задач, заданных для самостоятельного решения;
- в ходе лабораторной работы давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов;
- на занятии демонстрировать понимание проведенных

анализов, ситуаций, в случае затруднений обращаться к преподавателю.

Если Вы пропустили занятие (независимо от причин) или не подготовились к занятию, рекомендуется не позже, чем в 2-недельный срок явиться на консультацию к преподавателю и отчитаться по теме, изученной на занятии. Студенты, не отчитавшиеся по каждой не проработанной ими на занятиях теме к началу зачетной сессии, упускают возможность получить положительную оценку в соответствующем семестре. При такой подготовке лабораторное занятие пройдет на необходимом методологическом уровне и принесет интеллектуальное удовлетворение всей группе.

### **Содержание лабораторных работ**

1. Классификация чрезвычайных ситуаций. Анализ особенностей ЧС.
2. Этапы становления и развития систем защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях в России. Анализ действий подсистем РСЧС в зависимости от режимов.
3. Содержание комплекса правовых, организационных, инженерно-технических и других мероприятий по защите населения и территорий, проводимых заблаговременно, а также при возникновении и ликвидации чрезвычайных ситуаций.
4. Классификация радиационно (ядерно) опасных объектов РОО (ЯОО).
5. Аварийно химически опасные вещества (АХОВ): понятие, характеристика наиболее распространенных веществ, воздействие на человека и окружающую среду.
6. Химически опасные объекты: понятие, их
7. характеристика.
8. Пожарная безопасность.
9. Общие сведения о пожарах и взрывах на объектах инфраструктуры.
10. Чтение топографических карт.
11. Организация оказания первой помощи пострадавшим при ЧС.

### **3. Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»**

#### **3.1. Общие методические рекомендации по самостоятельной работе**

Самостоятельная работа – это планируемая работа студентов, выполняемая по заданию и при методическом

руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. Целью самостоятельной работы студентов являются: обучение навыкам работы с научной литературой и практическими материалами, необходимыми для углубленного изучения дисциплины, а также развитие у них устойчивых способностей к самостоятельному (без помощи преподавателя) изучению и изложению полученной информации. В связи с этим основными задачами самостоятельной работы студентов, изучающих дисциплину являются:

– во-первых, продолжение изучения учебной дисциплины в домашних условиях по программе, предложенной преподавателем;

– во-вторых, привитие студентам интереса к психологической литературе;

– в-третьих, развитие познавательных способностей.

Изучение и изложение информации, полученной в результате изучения научной литературы и практических материалов, предполагают развитие у студентов как владения навыками устной речи, так и способностей к четкому письменному изложению материала.

Основными формами самостоятельной работы студентов являются:

- подготовку к аудиторным занятиям, изучение материала по учебникам (в т.ч. по конспекту лекций);

- оформление отчетов по лабораторным работам (подготовка к лабораторным занятиям);

- выполнение курсовой работы.

Основной формой контроля за самостоятельной работой студентов являются лабораторные занятия, промежуточная аттестация, а также еженедельные консультации преподавателя по выполнению курсовой работы.

### **3.2. Методические рекомендации по подготовке к устному опросу**

Подготовка к опросу проводится в ходе самостоятельной работы студентов и включает в себя повторение пройденного

материала по вопросам предстоящего опроса. Помимо основного материала студент должен изучить дополнительную рекомендованную литературу и информацию по теме, в том числе с использованием Интернет-ресурсов. В среднем, подготовка к устному опросу по одному семинарскому занятию занимает от 2 до 3 часов в зависимости от сложности темы и особенностей организации студентом своей самостоятельной работы. Опрос предполагает устный ответ студента на один основной и несколько дополнительных вопросов преподавателя. Ответ студента должен представлять собой развёрнутое, связанное, логически выстроенное сообщение. При выставлении оценки преподаватель учитывает правильность ответа по содержанию, его последовательность, самостоятельность суждений и выводов, умение связывать теоретические положения с практикой, в том числе и с будущей профессиональной деятельностью.

Устный опрос является одним из основных способов учета знаний учащихся. Развернутый ответ студента должен представлять собой связное, логически последовательное сообщение на определенную тему, показывать его умение применять определения, правила в конкретных случаях.

Устный опрос – метод контроля, позволяющий не только опрашивать и контролировать знания обучающихся, но и сразу же поправлять, повторять и закреплять знания, умения и навыки. Устный опрос позволяет поддерживать контакт с обучающимися, корректировать их мысли; развивает устную речь (монологическую, диалогическую); развивает навыки выступления перед аудиторией. Именно в ходе текущего устного опроса происходит основная отработка учебного материала, закрепление знаний, отбирается материал по теме, подчёркивается главное, решающее, вырабатывается последовательность изложения.

В процессе текущего опроса ведётся усиленная работа над развитием речи учащихся. Принято выделять два вида устного опроса:

- фронтальный (охватывает сразу несколько обучающихся);



- индивидуальный (позволяет сконцентрировать внимание на одном обучающемся).

Фронтальный опрос, как и всякий опрос, – это контрольное опрашивание на уроке, проверка степени и осознанности усвоения учебного материала. При этом, как правило, преподаватель опрашивает учащихся всей группы. Организация опроса должна быть исключительно чёткой. Вопросы продуманны до мелочей, точно установлена их последовательность. Преподаватель обязан чутко реагировать на любое отступление от темы.

Фронтальный опрос имеет ряд положительных качеств:

- позволяет охватить проверкой многих учащихся;
- вырабатывает способность к краткому, но точному ответу;
- обращает внимание на существенные детали темы и способствует их запоминанию;
- отрабатывает по плану полный ответ по теме, приучая к последовательности и обоснованности изложения;
- вовлекает в работу всю группу, держит в напряжённом внимании всех учащихся.

С помощью фронтального опроса преподаватель имеет возможность проверить выполнение домашнего задания, готовность к усвоению нового материала, определить сформированность основных понятий, усвоение нового учебного материала, который только что был преподнесен на уроке.

Обычно фронтальный опрос проводится как устное вопросно-ответное упражнение, в котором вопросы учащимся ставит преподаватель.

Таким образом, здесь имеет место обращенность речи преподавателя ко всем ученикам, активизируется речевое общение всех и одновременно каждого обучаемого.

Для того, чтобы данная форма опроса была эффективной, рекомендуется следующее:

- планируя фронтальный опрос, не допускать в процессе его проведения запрограммированного индивидуального опроса, задавая дополнительные вопросы одному и тому же ученику, если он не в состоянии ответить, так как это может отключить

внимание остальных учеников, дать им возможность расслабиться и направить внимание на посторонние предметы, что приведет к снижению эффективности контроля;

– продумывать и планировать время, отводимое на уроке на фронтальный опрос таким образом, чтобы не затягивать время; в противном случае снижается работоспособность на уроке, так как монотонность и однообразность деятельности не стимулирует интерес, что ведет к снижению объективности контроля, его обучающего, оценивающего и диагностического эффекта;

– планировать фронтальный опрос таким образом, чтобы он органично вплетался в канву урока, не нарушая общедидактических и методических принципов обучения иностранному языку, таких, как нарастание трудностей, систематичность, последовательность и доступность, а также, помня о том, что основной и ведущей целью является формирование коммуникативной компетенции, необходимо соблюдать принцип коммуникативности.

Темп опроса должен быть достаточно высоким, что активизирует умственную деятельность, внимание, сосредоточенность, вырабатывает быструю речевую реакцию на иностранном языке, а это, в свою очередь, повышает обучающий эффект процесса контроля.

Но имеются и существенные недостатки фронтального опроса:

– ответы слишком кратки, не приучают к развёрнутому виду ответа;

– не отрабатываются переходы от одной мысли к другой, а такие переходы крайне важны при изложении сложного материала;

– фронтальный опрос не позволяет вскрыть всей глубины знаний обучающихся;

– такой опрос недостаточно развивает логическую и языковую культуру обучающихся.

На данном этапе полезно время от времени проводить, так называемый взаимопрос. Он заключается в парной работе обучающихся, которые одновременно тренируются и

контролируют друг друга. Этот вид опроса получил распространение в последнее время. При таком опросе один обучающийся задает вопросы другому, затем они меняются ролями.

Преподаватель в это время ходит по аудитории, останавливается у каждой парты, чтобы послушать то, о чем говорят студенты и, если нужно, оказать своевременную помощь. Он таким образом контролирует работу всех студентов. Стоит отметить, что наиболее эффективно можно организовать эту работу с помощью технических средств обучения. Такая форма опроса особенно эффективна для развития диалогической речи. При взаимном контроле усиливается и воспитывающая его функция, а также вносится определенное разнообразие в учебный процесс, повышается интерес к овладению иностранным языком как средством общения, увеличивается полезное время обучения на уроке, «реализуется индивидуализация обучения, в том числе в плане темпа выполнения заданий». Хотелось бы отметить, что в последнее время распространилась форма контроля рабочей пары. Контроль рабочей пары составляет одну из организационных форм контроля. Эта форма контроля может носить как открытый, так и скрытый характер.

В первом случае, обучающимся дается откровенно контрольная установка, например, ответить на вопросы партнера, используя определенный языковой материал. Если работа проводится на материале достаточного объема, отметка выставляется в баллах, в других случаях начисляются очки, как при фронтальном опросе. При парной работе 8 могут решаться и коммуникативные задачи (диалогическая речь). В этом случае контроль приобретает скрытый характер.

Индивидуальный опрос – самый простой и доступный способ опроса. Преподаватель ставит перед группой вопрос, одну-две минуты выжидает, чтобы все обучающиеся подумали, затем вызывает кого-либо из намеченных учащихся. Обучающийся ответил, преподаватель обращается к группе с предложением дополнить или исправить ошибку, допущенную при ответе; делает нужные замечания по ответу и выставляет оценку. Затем ставит новый вопрос.

Преподаватель успеваеt спросить, таким образом, от 2 до 4 человек. Ответ учащегося с дополнением и решением в зависимости от вопроса занимает обычно от 5 до 10 минут. Индивидуальный опрос имеет ряд преимуществ. Вся группа и преподаватель слушают одного человека. Ответ устный, полный, самостоятельный. Оценка ответа, обычно безошибочная, ставится за все качества ответа: за знание фактического материала, логическую стройность изложения, выразительность и точность языка.

Индивидуальный опрос – основной способ опроса, и каждый учащийся должен проходить через него возможно чаще. Но индивидуальный опрос имеет недостатки: - преподаватель выделяет одного обучающегося, и поэтому весьма трудно привлечь внимание всего коллектива. - при индивидуальном опросе можно спросить лишь небольшое количество обучающихся. Самое трудное при проведении индивидуального опроса – активизировать группу, привлечь к работе всех обучающихся.

Для этого существует несколько приёмов:

– задают вопрос и предлагают всем обучающимся составить план ответа. Затем вызывается учащийся, а остальные следят по плану и после ответа дополняют, исправляют ошибки, уточняют;

– преподаватель ставит вопрос, предлагает подумать, а затем вызывает одного учащегося отвечать, а другим даёт задание фиксировать в своей тетради пробелы, неточности. При этом в отдельных случаях разрешается использовать учебник;

– задают вопрос, вызывают учащегося для ответа, а остальные обязаны слушать и быть готовыми продолжать ответ, развить какую-то мысль, привести пример;

– в редких случаях допускается дать всей группе задание, а в это время опросить кого-то из слабых учащихся.

Это делается тогда, когда преподавателю ясно, что во время опроса группа в данном случае ничему не научится. За последнее время получил широкое распространение индивидуальный опрос с предварительной подготовкой обучающегося.

Преподаватель ставит вопрос перед группой и даёт задание всем ученикам подготовиться к ответу, составить план ответа, а затем – через две-три минуты вызывает одного человека отвечать, остальные должны следить за ответом и отмечать, всё ли пункты плана нашли отражение в ответе товарища.

Важно всегда учитывать, что любая форма индивидуального опроса должна позволить:

- основательно проверять знания учащегося;
- развивать активность и самостоятельность учащихся, заставляя работать всю группу.

Комбинированный опрос (уплотнённый опрос) – это самый трудный вид опроса. В чём его сущность? Вызываются одновременно 3-4 обучающихся. Один отвечает устно, как при индивидуальном и фронтальном опросе, остальные – письменно на доске или за партой на отдельном листочке. После устных ответов обучающихся преподаватель проверяет письменные ответы на доске, задаёт по одному – два небольших вопроса и ставит оценки.

После проверки можно спросить устно в порядке фронтального опроса ещё одного-двух обучающихся. Одновременно опрошено пять человек, из них двое ответили у доски устно и трое продемонстрировали знание материала и определённые лексические или грамматические навыки.

Положительные черты комбинированного опроса:

- позволяет в течение 20-25 минут, обычно отводимых на опрос, спросить в среднем от 5 до 10 человек;
- даёт возможность проверять и выработать умение составлять планы и тезисы, решать задачи и проводить опыты;
- позволяет за сравнительно небольшое время проверить знания обучающихся по большому разделу программы;
- развивает у обучающихся способность последовательного изложения, способность к отбору основных положений, охвату темы в целом.

### **Примерный перечень вопросов для устного опроса по дисциплине**

1. Основные понятия и определения
2. Характеристика форм трудовой деятельности
3. Опасности среды обитания
4. Основные положения теории риска
5. Системный анализ безопасности
6. Принципы, методы и средства обеспечения безопасности
7. Виды, классификация опасностей и угроз природного характера
8. Причины возникновения опасностей и угроз природного характера
9. Характеристика опасностей и угроз природного характера
10. Виды, классификация опасностей и угроз техногенного характера
11. Причины возникновения опасностей и угроз техногенного характера
12. Характеристика опасностей и угроз техногенного характера
13. Виды, классификация опасностей и угроз военного характера
14. Причины возникновения опасностей и угроз военного характера
15. Характеристика опасностей и угроз военного характера
16. Виды, классификация опасностей и угроз биолого-социального характера
17. Причины возникновения опасностей и угроз биолого-социального характера
18. Характеристика опасностей и угроз биолого-социального характера
19. Сущность и назначение мониторинга и прогнозирования
20. Субъекты мониторинга и прогнозирования
21. Нормативное правовое регулирование мониторинга и прогнозирования ЧС
22. Государственная гидрометеорологическая служба Росгидромета
23. Мониторинг и прогнозирование наводнений
24. Мониторинг и прогнозирование лавинной опасности
25. Сейсмическая сеть геофизической службы Российской академии наук
26. Функциональная подсистема РСЧС предупреждения о

цунами

27. Мониторинг и прогнозирование лесных пожаров
28. Единая государственная система информации об обстановке в Мировом океане.
29. Перспективы создания системы раннего обнаружения астероидно-кометной опасности
30. Мониторинг состояния критически важных и потенциально опасных объектов
31. Мониторинг безопасности гидротехнических сооружений
32. Анатомо-физиологическая характеристика человека.
33. Защитные механизмы организма.
34. Классификация анализаторов человека
35. Параметры анализаторов.
36. Гелиофизические и метеорологические факторы.
37. Производственная пыль
38. Механические опасности.
39. Опасности при эксплуатации сосудов, работающих под давлением.
40. Механические колебания и волны.
41. Электробезопасность.
42. Электромагнитные излучения.
43. Световой климат.
44. Ионизирующие излучения.
45. Химические опасности.
46. Биологические опасности.
47. Психологические опасности.
48. Экологические опасности.
49. Социальные опасности.
50. Санитарно-гигиенические требования к устройству и содержанию предприятий.
51. Государственная политика защиты окружающей среды.
52. Экологическое законодательство.
53. Органы управления, надзора и контроля в сфере охраны окружающей среды.
54. Оценка и нормативы качества природной среды.
55. Законодательство по охране труда.
56. Нормативная и нормативно-техническая документация.

57. Система стандартов безопасности труда.
58. Организация и функции служб охраны труда на предприятии.
59. Государственный надзор и общественный контроль за соблюдением законодательства по охране труда.
60. Производственный травматизм и меры по его предупреждению.
61. Несчастные случаи на производстве.
62. Ответственность работодателя.
63. Расследование несчастных случаев.
64. Оценка размеров зон воздействия взрывных процессов.
65. Оценка размеров зон заражения при авариях с выбросами сильно действующих ядовитых веществ.
66. Оценка размеров зон заражения при выбросах радиоактивных веществ.
67. Показатели пожаро-взрывоопасности веществ и материалов.
68. Определение вероятности воздействия опасных факторов пожара на персонал и население.
69. Определение максимально возможной массы горючих веществ при их аварийном выбросе.
70. Расчет массы горючих газов, легко-воспламеняющихся жидкостей и горючих пылей.

#### **4. Промежуточная аттестация**

Итоговой оценкой по дисциплине является результат промежуточной аттестации, выставленный с учетом результатов текущего контроля.

##### *Примерные вопросы к зачету*

1. Цель и содержание дисциплины
2. Характерные системы «человек-среда обитания»
3. Основы оптимального воздействия: комфортность, минимизация негативных воздействий, устойчивое развитие системы.
4. Негативные воздействия естественного происхождения
5. Приведите примеры негативных воздействий антропогенного и техногенного характера.



6. Приведите примеры критериев оценки негативного воздействия: численность погибших и травмированных, сокращение продолжительности жизни, материальный ущерб, их значимость.
7. Основа оптимизации параметров среды обитания (параметры микроклимата, освещенность, организация деятельности и отдыха).
8. Приведите примеры использования в коммерческой деятельности известных Вам Критериев оценки дискомфорта, их значимость
9. Приведите примеры нарушения устойчивого развития экосистем
10. Приведите примеры использования в коммерческой деятельности известных Вам Современных методов обеспечения безопасности жизнедеятельности
11. Классификация основных форм труда
12. Тяжесть и напряженность труда
13. Приведите примеры энергетических затрат человека при различных видах деятельности
14. Приведите примеры влияния отклонений параметров микроклимата на производительность труда
15. Приведите примеры профессиональных заболеваний
16. Приведите примеры профилактики травматизма
17. Эргономика рабочего места
18. Режим труда и отдыха( )
19. Проведите сравнительный анализ труда женщин
20. Проведите сравнительный анализ труда подростков
21. Идентификация травмирующих и негативных факторов во времени и пространстве
22. Приведите примеры Источников и уровней различных видов опасностей естественного, антропогенного и техногенного происхождения, их эволюцию
23. Источники и уровни негативных факторов бытовой среды
24. Приведите примеры Вредных веществ, классификацию, агрегатное состояние
25. Первичные и вторичные негативные воздействия в чрезвычайных ситуациях, масштабы воздействия

26. Приведите примеры вибраций и их воздействия на человека
27. Акустические колебания
28. Ударная волна. Воздействие на человека и окружающую среду
29. Электромагнитные поля. Воздействие на человека и окружающую среду
30. Проведите сравнительный анализ ионизирующих излучений. Внешнее и внутреннее облучение
31. Нормы радиационной безопасности
32. Электрический ток. Воздействие электрического тока на человека
33. Проведите сравнительный анализ прогнозирования и моделирования условий возникновения опасных ситуаций
34. Проведите сравнительный анализ зон действия негативных факторов
35. Первичные и вторичные поражающие факторы при производственных авариях
36. Общие требования безопасности технических средств
37. Снижение массы и токсичности выбросов в биосферу
38. Проведите сравнительный анализ защиты от энергетических воздействий( 8)
39. Приведите примеры повышения электробезопасности в электроустановках: заземление, зануление, защитное отключение, другие средства
40. Повышение безопасности за счет функциональной диагностики машин и установок
41. Приведите примеры методов и средств повышения безопасности технических систем и технологических процессов
42. Приведите примеры общих требований безопасности технических средств и технологических процессов

Показатели, критерии и шкала оценивания  
письменных ответов на зачете

Критерии оценивания	Показатели и шкала оценивания	
	зачтено	не зачтено
текущая	выполнение	невыполнение требований по

аттестация	требований по текущей аттестации в полном объеме	текущей аттестации
полнота и правильность ответа	обучающийся полно излагает материал, дает правильное определение основных понятий	обучающийся демонстрирует незнание большей части соответствующего вопроса, излагает материал неполно и допускает неточности в определении понятий или формулировке правил
степень осознанности, понимания изученного	демонстрирует понимание материала, может обосновать свои суждения, применить знания на практике, привести необходимые примеры не только из учебника, но и самостоятельно составленные	допускает ошибки в формулировке определений и правил, искажающие их смысл
языковое оформление ответа	излагает материал последовательно и правильно с точки зрения норм литературного языка	беспорядочно и неуверенно излагает материал, допускает много ошибок в языковом оформлении излагаемого

## **5. Перечень основной, дополнительной учебной литературы и учебно-методической литературы для самостоятельной работы обучающихся, необходимой для освоения дисциплины**

### **Основная литература**

*Резчиков, Е. А.* Безопасность жизнедеятельности : учебник для вузов / Е. А. Резчиков, А. В. Рязанцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 639 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12794-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. —

URL: <https://urait.ru/bcode/489504>

*Беляков, Г. И.* Пожарная безопасность, безопасность в чрезвычайных ситуациях и оказание первой помощи : учебник для вузов / Г. И. Беляков. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 529 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16721-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/531576>

### **Дополнительная литература**

*Курдюмов, В. И.* Безопасность жизнедеятельности: проектирование и расчет средств обеспечения безопасности : учебное пособие для вузов / В. И. Курдюмов, Б. И. Зотов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 249 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07668-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/513971>

*Каракеян, В. И.* Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для вузов / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 313 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05849-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/510519>



Издается в авторской редакции  
Подписано в печать 29.06.2023. Формат 60x90<sup>1/16</sup>  
Бумага кн.-журн. П.л. 1,8 Гарнитура Таймс.  
Тираж 15 экз.

Воронежский филиал Федерального государственного образовательного  
учреждения высшего образования  
«Государственный университет морского и речного флота имени  
адмирала С.О. Макарова»  
Типография Воронежского филиала ФГБОУ ВО «ГУМРФ имени  
адмирала С.О. Макарова», Воронеж, Ленинский проспект, 174л.

---

Отпечатано с оригинал-макета заказчика. Ответственность за содержание  
представленного оригинал-макета типография не несет.  
Требования и пожелания направлять авторам данного издания.