**Самостоятельная работа студентов по учебной дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»**

**Самостоятельная работа по теме 1.2.Нормативно-правовое регулирование и органы обеспечения безопасности в Российской Федерации**

***Цель занятия:****изучить нормативно-правовые основы регулирования и номенклатуру органов обеспечения безопасности в РФ.*

**Задание 1.**Из учебника «Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва : Издательство Юрайт, 2019» изучите главу 2, стр. 30-60.

Ключевые вопросы темы:Нормативные документы и правовые акты. Федеральные и региональные программы обеспечения безопасности жизнедеятельности. Система обеспечения безопасности в Российской Федерации. Международные организации, обеспечивающие безопасность.

**Задание 2.**Изучите Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».Составьте список прав и обязанностей граждан РФ в области защиты населения и территорий от ЧС.

**Задание 3.**Какие министерства осуществляют деятельность, тесно связанную с обеспечением безопасности государства, общества и личности? Укажите несколько важнейших направлений их деятельности. Результаты аналитической работы оформите в виде таблицы:

Направления деятельности министерств РФ по обеспечению безопасности

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Название министерства | Направления его деятельности по обеспечению безопасности |
| 1 |   |   |
| 2 |   |   |
| 3 |   |   |
| 4 |   |   |

**Самостоятельная работа по теме 1.3.Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций**

***Цель занятия:****разобраться в особенностях функционированияЕдиной государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).*

 **Задание 1.**Из учебника «Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва : Издательство Юрайт, 2019» изучите главу 3, стр. 61-90.

Ключевые вопросы темы:Основные задачи Единой государственной системы предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях. Организационная структура Единой государственной системы предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях. Органы управления системы Единой государственной системы предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях. Силы и средства Единой государственной системы предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях. Информационное обеспечение и режимы функционирования Единой государственной системы предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях.

**Задание 2.**Укажите основные мероприятия, которые проводятся органами управления и силами РСЧС в а) чрезвычайных ситуациях, б) режиме повышенной готовности, в) повседневной деятельности. Результаты аналитической работы оформите в виде таблицы:

Мероприятия органов управления и сил РСЧС

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| В чрезвычайных ситуациях | В режиме повышенной опасности | В повседневной деятельности |
|   |   |   |
|   |   |   |
|   |   |   |
|   |   |   |

**Задание 3.**По системе оповещения РСЧС был получен сигнал об аварии на атомной электростанции, расположенной в 150 км от места Вашего проживания, с выбросом в атмосферу радиоактивных веществ. Есть вероятность того, что Ваш дом попадет в зону радиоактивного загрязнения. Какие меры Вы должны принять, чтобы свести к минимуму для себя последствия этой аварии?

**Самостоятельная работа по теме 1.4.Социальные и психологические основы безопасности**

***Цель занятия:****изучить сущность социальных и психологических основ безопасности в современных условиях.*

**Задание 1.**Из учебника «Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва : Издательство Юрайт, 2019» изучите главу 4, стр. 91-118.

Ключевые вопросы темы:Структура безопасности личности. Социальная безопасность личности. Психологические основы безопасности личности. Травматический стресс –симптомы, особенности протекания, первая помощь. Психологическая помощь в чрезвычайных ситуациях.

**Задание 2.**Составьте терминологический словарь по теме, используя для определения понятий и терминов только официальные документы и учебник «Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва : Издательство Юрайт, 2019».

**Задание 3.**Ваша семья переехала в другой город, и теперь Вы будете обучаться в другой образовательной организации, в новой для Вас учебной группе. Как Вы думаете, с какими социальными и психологическими проблемами Вы можете столкнуть в период адаптации к новым условиям обучения? Укажите не менее пяти проблем. Каким образом Вы справитесь с этими проблемами? Какие личностные качества Вам помогут?

**Задание 4.**Ваш друг потерял единственного родного человека – мать – и погрузился в глубокую депрессию. Временами он впадает в состояние ступора. Что Вы можете предпринять, чтобы помочь ему в этой ситуации?

**Самостоятельная работа по теме 1.5 Правила и безопасность дорожного движения**

***Цель занятия****: продолжить формирование представлений о правилах и безопасности дорожного движения.*

**Задание 1.**Составьте Памятку для учащихся начальной общеобразовательной школы «Правила безопасного поведения на улице».

**Задание 2.**Изучите классификацию дорожно-транспортных происшествий (ДТП) и заполните таблицу.

Виды ДТП и их характеристики

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Виды ДТП | Характеристики видов ДТП |
| 1 |   |   |
| 2 |   |   |
| 3 |   |   |
| 4 |   |   |
| 5 |   |   |
| 6 |   |   |
| 7 |   |   |

**Задание 3.**Сформулируйте 10 наиболее важных правил безопасности, которые должен знать и соблюдать несовершеннолетний велосипедист при передвижении на велосипеде по городу.

**Самостоятельная работа по теме 2.1.Чрезвычайные ситуации (ЧС) природного характера и защита от них**

***Цель занятия:****закрепить знания об особенностях ЧС природного характера, их последствиях и способах защиты от них.*

**Задание 1.**Из учебника «Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва : Издательство Юрайт, 2019» изучите главу 5, стр. 119-167.

Ключевые вопросы темы:Общие понятия, классификации. Геофизические опасные явления (эндогенные стихийные бедствия). Землетрясения. Извержения вулканов. Геологические опасные явления (экзогенные геологические явления). Снежные лавины. Оползни. Обвалы. Сели. Гидрологические опасные явления. Природные пожары. Метеорологические и агрометеорологические опасные явления. Циклоны, ураганы, шквальные бури, смерчи (торнадо). Экстремальные осадки и температуры воздуха.

**Задание 2.**Составьте перечень ЧС природного характера, появление которых возможно в регионе Вашего проживания. Укажите несколько правил поведения в каждой из этих ситуаций. Ответ оформите в виде таблицы:

Правила поведения в ЧС природного характера в … регионе

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | ЧС природного характера | Правила поведения |
| 1 |   |   |
| 2 |   |   |
| 3 |   |   |
| 4 |   |   |
| 5 |   |   |

**Задание 3.**Вы заблудились в лесу. Мобильный телефон разрядился. Начинает темнеть. Вы понимаете, что ночевать придется в лесу. Что Вы должны предпринять, чтобы обеспечить себе безопасность?

**Самостоятельная работа по теме 2.2.Чрезвычайные ситуации (ЧС) техногенного характера и защита от них**

***Цель занятия:****закрепить знания об особенностях ЧС техногенного характера, их последствиях и способах защиты от них.*

**Задание 1.**Из учебника «Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва : Издательство Юрайт, 2019» изучите главу 6, стр. 168-199.

Ключевые вопросы темы:Общие понятия, классификация. Транспортные аварии и катастрофы. Пожары и взрывы. Аварии с выбросом (угрозой выброса) и распространением облака аварийно химически опасных веществ. Аварии с выбросом (угрозой выброса) радиоактивных веществ. Обрушение зданий и сооружений. Гидродинамические аварии. Действия населения при угрозе и возникновении опасных чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

**Задание 2.**Составьте перечень техногенных угроз, с которыми могут столкнуться жители крупного города (около полумиллиона жителей). Подумайте и укажите, как можно избежать их воздействия. Результат аналитической работы оформите в виде таблицы:

Техногенные угрозы крупного города и способы предотвращения их воздействия

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Техногенные угрозы крупного города | Способы предотвращения их воздействия |
| 1 |   |   |
| 2 |   |   |
| 3 |   |   |
| 4 |   |   |
| 5 |   |   |

**Задание 3.**Вы попали в железнодорожную катастрофу. Каковы Ваши действия с целью уменьшения факторов риска для жизни и здоровья?

**Самостоятельная работа по теме 2.3.Чрезвычайные ситуации (ЧС) социального характера и защита от них**

***Цель занятия:****закрепить знания об особенностях ЧС социального характера, их последствиях и способах защиты от них.*

 **Задание 1.**Из учебника «Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва : Издательство Юрайт, 2019» изучите главу 7, стр. 200-242.

Ключевые вопросы темы:Социальная безопасность. Классификация чрезвычайных ситуаций социального характера по различным признакам. Виды чрезвычайных ситуаций социального характера. Терроризм. Экстремизм. Локальные войны и региональные вооруженные конфликты. Массовые беспорядки. Алкоголизм и наркомания как социально опасные явления. Криминальные опасности и угрозы. Социально-экономические проблемы.

**Задание 2.**Заполните таблицу «ЧС социального характера и способы защиты от них».

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Название ЧС | Последствия ЧС | Способы защиты |
| 1 |   |   |   |
| 2 |   |   |   |
| 3 |   |   |   |
| 4 |   |   |   |
| 5 |   |   |   |

**Задание 3.**Вы находитесь на концерте Вашей любимой группы. Кто-то вдруг закричал, что в помещении пожар. Началась паника. Толпа ринулась к выходам. Как не стать жертвой толпы? Опишите Ваши действия.

**Задание 4.**Придя домой, Вы обнаружили, что дверь Вашей квартиры открыта. Вы четко знаете, что в это время дома никого не может быть. Тихо подойдя к двери, Вы услышали шум и незнакомые голоса. Каковы Ваши действия в этой ситуации.

**Самостоятельная работа по теме 2.4. Экологическая безопасность**

***Цель занятия:****усвоить смысл понятия «экологическая безопасность», понять роль государства в обеспечении экологической безопасности граждан.*

 **Задание 1.**Из учебника «Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва : Издательство Юрайт, 2019» изучите главу 8, стр. 243-282.

Ключевые вопросы темы:Основные термины и классификации. Составляющие компоненты экологической безопасности. Экологические проблемы человечества. Правовые основы экологической безопасности. Основные понятия экологического права. Ответственность за экологические правонарушения. Правовая защита природных ресурсов. Государственные органы охраны природной среды. Правовая защита биосферы. Экологический мониторинг.

**Задание 2.**Подготовьте конспект небольшого сообщения по теме «Роль государства в обеспечении экологической безопасности жителей России».

**Задание 3.**Вы с друзьями планируете совершить многодневный поход. Сформулируйте 5-7 правил, которые необходимо соблюдать, чтобы не нанести вреда окружающей природе.

**Самостоятельная работа по теме 2.5.Информационная безопасность**

***Цель занятия:****усвоить смысл понятия «информационная безопасность», понять роль государства в обеспечении информационной безопасности граждан.*

**Задание 1.**Из учебника «Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва : Издательство Юрайт, 2019» изучите главу 9, стр. 283-301.

Ключевые вопросы темы:Информация. Информационная безопасность. Информационные опасности и угрозы. Источники угроз информационной безопасности.Обеспечение информационной безопасности Российской Федерации. Информационные войны. Информационный терроризм. Информационные перегрузки. Информационная зависимость.

**Задание 2.**Какие опасности таит в себе Интернет? Как Вы можете противостоять этим опасностям? Какова роль государства в борьбе с ними? Подумайте и результаты аналитической работы оформите в виде таблицы:

Опасности и угрозы Интернета и борьба с ними

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Опасности Интернета | Способы избегания опасностей | Роль государств в борьбе с ними |
| 1 |   |   |   |
| 2 |   |   |   |
| 3 |   |   |   |
| 4 |   |   |   |
| 5 |   |   |   |

**Задание 3.**Составьте Памятку для родителей по предупреждению развития у детей интернет-зависимости.

**Самостоятельная работа по теме 2.6 Государственные службы охраны здоровья и безопасности населения**

***Цель занятия****: расширить и углубить представления о деятельности Государственных служб охраны здоровья и безопасности населения.*

**Задание 1.**Укажите документы, на основе которых осуществляется деятельность указанных в таблице Государственных служб Российской Федерации.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Названиегосударственной службы РФ | Документ, регламентирующий деятельность(название, кем и когда утвержден) |
| 1 | Гидрометеорологическая служба |   |
| 2 | Государственная санитарно-эпидемиологическая служба |   |
| 3 | Полиция |   |
| 4 | Противопожарная служба |   |

**Задание 2.**Одним из мероприятий по защите населения от чрезвычайных ситуаций является эвакуация. В заключается сущность эвакуации? Каковы особенности: а) упреждающей эвакуации  и б) экстренной эвакуации населения?

**Задание 3.**Укажите по 3 главные задачи деятельности некоторых Государственных служб охраны здоровья и безопасности населения России.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Названиегосударственной службы РФ | Основные задачи деятельности |
| 1 | Государственная санитарно-эпидемиологическая служба | 1)2)3) |
| 2 | Противопожарная служба | 1)2)3) |
| 3 | Служба скорой медицинской помощи | 1)2)3) |

**Самостоятельная работа по теме 3.1.Гражданская оборона**

***Цель занятия:*добиться понимания роли и особенностей Гражданской обороны на современном этапе развития общества.**

 **Задание 1.**Из учебника «Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва : Издательство Юрайт, 2019» изучите главу 10, стр. 302-328.

Ключевые вопросы темы:Гражданская оборона в современных условиях. Использование средств индивидуальной защиты. Защитные сооружения гражданской обороны. Приборы радиационной и химической разведки, дозиметрический контроль.

**Задание 2.**Ознакомьтесь с содержанием Федерального закона от 12 февраля 1998 г. N 28-ФЗ «О гражданской обороне» (с изменениями и дополнениями). Составьте те на его основе таблицу:

Полномочия Президента и Правительства РФ,

права и обязанности граждан РФ в области гражданской обороны

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Полномочия Президента | Полномочия Правительства | Права и обязанности граждан |
|    |    |    |

Дополните перечень прав и обязанностей граждан двумя-тремя пунктами.

**Задание 3.**В городе N произошло наводнение. Население не успело эвакуироваться: 23 человека погибло, 18 получили различные виды травм, 234 человека понесли серьезный материальный ущерб. Как Вы думаете, почему такое могло произойти? Ответ обоснуйте, опираясь на Федеральный закон от 12 февраля 1998 г. N 28-ФЗ «О гражданской обороне» (с изменениями и дополнениями).

**Задание 4.**Составьте текст беседы с детьми шести-семи лет о сущности и задачах Гражданской обороны.

**Самостоятельная работа по теме 3.2. Здоровый образ жизни как основа безопасности жизнедеятельности**

***Цель занятия:****обобщить, расширить и закрепить представление о здоровом образе жизни, его роли в обеспечении личной безопасности.*

 **Задание 1.**Из учебника «Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва : Издательство Юрайт, 2019» изучите главу 11, стр. 329-366.

Ключевые вопросы темы:Понятие о здоровье, общее состояние здоровья. Здоровье человека и окружающая среда. Социально-гигиенический мониторинг. Здоровый образ жизни как модель поведения и как первичная профилактика социальных отклонений. Движение – физиологическая потребность организма. Питание – источник жизни и здоровья. Профилактика девиантного поведения. Формирование ценностных установок и мотивации поведения.

**Задание 2.**Составьте терминологический словарь по теме, используя для определения понятий и терминов только официальные документы и учебник «Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва : Издательство Юрайт, 2019».

**Задание 3.**В Центр здоровья обратился шестнадцатилетний подросток. При обследовании вывили следующее: при росте 175 см его вес составляет 98 кг; спортом не занимается; питается нерегулярно, любит сладкое; тайком от родителей курит; в выходные дни в компании друзей употребляет пиво; все свободное время проводит за компьютером. Какие рекомендации, по Вашему мнению, он должен получить от специалиста Центра здоровья?

**Задание 4.**Вы обратили внимание на то, что один из Ваших знакомых периодически становится странным. Однажды из его кармана выпали какие-то таблетки, которые он поспешно спрятал. Что можно предположить? Каковы Ваши действия в этой ситуации?

**Самостоятельная работа по теме 3.3.Первая доврачебная помощь**

***Цель занятия:****обобщить, расширить и закрепить представление о ситуациях, связанных с необходимостью оказания первой доврачебной помощи пострадавшим, а также о способах действий в этих ситуациях.*

**Задание 1.**Из учебника «Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. – Москва : Издательство Юрайт, 2019» изучите главу 12, стр. 367-399.

Ключевые вопросы темы:Общие положения. Первая помощь при травматическом шоке. Первая помощь при кровотечениях. Первая помощь при ранах. Первая помощь при переломах костей. Первая помощь при ожогах. Первая помощь при обморожениях. Первая помощь при терминальных состояниях. Первая помощь при утоплении. Первая помощь при электротравме. Первая помощь при отравлении. Десмургия. Иммобилизация. Способы транспортировки пострадавших. Первая помощь при поражении аварийно химически опасными веществами. Первая помощь в условиях применения оружия массового поражения.

**Задание 2.**В квартире на третьем этаже пятиэтажного дома произошел взрыв бытового газа. Возник пожар. Часть подъезда разрушена.

Какие виды травм и повреждений могли возникнуть у находящихся в доме жителей? Какая доврачебная помощь им должна быть оказана?

Оформите ответ в виде таблицы:

Травмы и повреждения, полученные жильцами дома в результате

взрыва бытового газа, и способы оказания им первой медицинской помощи

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Травмы и повреждения, полученные жильцами дома в результате взрыва бытового газа | Способы оказания импервой медицинской помощи |
| 1 |   |   |
| 2 |   |   |
| 3 |   |   |
| 4 |   |   |
| 5 |   |   |

**Задание 3.**Водитель междугородного автобуса, пассажиром которого Вы являетесь, внезапно потерял сознание. Автобус съехал в кювет, перевернулся и лежит на боку. Двери заклинило. Начинается паника. Вы не получили никаких повреждений.КакВы будете действовать, чтобы выбраться из автобуса и помочь пассажирам?

**Задание 4.**Спортсмен-лыжник упал, спускаясь с крутого склона. Находится в сознании. Встать не может. Жалуется на сильную боль в правой ноге в области голени. В ране видны отломки костей. Кровотечение умеренное.Как оказать ему доврачебную помощь?

**Самостоятельная работа по теме 4.1 Вооруженные силы Российской Федерации**

***Цель занятия****: сформировать представление о структуре Вооруженных сил Российской Федерации.*

**Задание 1.**Изучив дополнительные материалы для самостоятельной работы к разделу 4, охарактеризуйте исторические первые вооруженные силы Российского (Московского) государства.

**Задание 2.**Изучив дополнительные материалы для самостоятельной работы к разделу 4, охарактеризуйте основные виды современных Вооруженных сил Российской Федерации и их состав.

С**амостоятельная работа по теме 4.2 Воинская обязанность и призыв на военную службу**

***Цель занятия****: изучить сущность понятия «воинская обязанность» и особенности призыва на военную службу.*

**Задание 1.**Изучив дополнительные материалы для самостоятельной работы к разделу 4, укажите обязанности военнослужащего по призыву и его права.

**Задание 2.**В тексте Конституции РФ найдите статьи, посвящены деятельности Вооруженных сил России. Выпишите их.

**Самостоятельная работа по теме 4.3 Боевые традиции и ритуалы Вооруженных сил Российской Федерации**

***Цель занятия****: ознакомится с традициями и ритуалами Вооруженных сил Российской Федерации.*

 **Задание 1.**Изучив дополнительные материалы для самостоятельной работы к разделу 4, опишите последовательность этапов приведения военнослужащего к воинской присяге.

**Задание 2.**Используя сайты сети Интернет, объясните, за что городам присваивается Почетное звание:

А) «Город-герой»; перечислите города, удостоенные этого звания;

Б) «Город воинской славы»; укажите, когда и за какие заслуги присвоено это звание городу, который расположен ближе всего к месту Вашего жительства;

В) «Город трудовой доблести»; перечислите города, удостоенные этого звания.