

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«МУРМАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «МГТУ»)

«ММРК имени И.И. Месяцева» ФГБОУ ВО «МГТУ»

УТВЕРЖДАЮ
Начальник ММРК им. И.И. Месяцева
ФГБОУ ВО «МГТУ»

И.В. Артеменко
(подпись)

«31» августа 2019 г.



МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ

учебной дисциплины ОП.09 Безопасность жизнедеятельности
программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ)
специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания
по программе базовой подготовки
форма обучения: очная

Мурманск
2019

Рассмотрено и одобрено на заседании

Методической комиссии преподавателей дисциплин профессионального цикла специальностей отделения Промышленное рыболовство

Председатель МК

В.А. Обносков

Протокол от 29 мая 2019 г.

Разработано

на основе ФГОС СПО по специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ № 384 от 22 апреля 2014г.

Автор (составитель): Обносков В.А., преподаватель I категории, «ММРК имени И.И.Месяцева» ФГБОУ ВО «МГТУ»

Эксперт (рецензент) Мясников С.А., начальник отделения «Промышленное рыболовство» «ММРК имени И.И.Месяцева» ФГБОУ ВО «МГТУ»

Введение

1.1 Методические указания по самостоятельной работе обучающихся по учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности на основе ФГОС СПО по специальности 19.02.10 Технология продукции общественного питания, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ № 384 от 22 апреля 2014г.

1.2 Цели и задачи самостоятельной работы –

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать нормативную, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, самостоятельности мышления, ответственности и организованности;
- формирование способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- разрешение противоречий между трансляцией знаний и их усвоением во взаимосвязи теории и практики;
- развитие исследовательских умений.

Для достижения указанных целей, закрепления и систематизации изученного учебного материала, формирования и развития умений, навыков и компетенций, качественного овладения знаниями обучающиеся на основе тематического плана самостоятельной работы решают следующие задачи:

- изучают рекомендуемые учебные источники;
- знакомятся с организацией и проведением мероприятий по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- изучают профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- изучают способы использования средств индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- обучаются применять первичные средства пожаротушения;
- знакомятся с военно-учетными специальностями и самостоятельно определяют среди них родственные полученной специальности;
- изучают способы бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
- обучаются оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

1.2 Требования к результатам освоения:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- У1 – организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;
- У2 - предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;
- У3 - использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;
- У4 - применять первичные средства пожаротушения;
- У5 - ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;
- У6 - применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной

- службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;
- У7 - владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
 - У8 - оказывать первую помощь пострадавшим;
- знать:**
- 31 - 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 серьезной угрозе национальной безопасности России;
 - 32 - основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;
 - 33- основы военной службы и обороны государства;
 - 34 - задачи и основные мероприятия гражданской обороны; способы защиты населения от оружия массового поражения;
 - 35 - меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;
 - 36 - организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке;
 - 37 - основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО;
 - 38 - область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;
 - 39 - порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование компетенций в соответствии с ФГОС СПО (табл. 1)

Таблица 1 - Компетенции, формируемые дисциплиной «Безопасность жизнедеятельности» в соответствии с ФГОС СПО

Код компетенции	Содержание компетенции	Требования к знаниям, умениям, практическому опыту
ОК 1.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	У1; У2; 31;32.
ОК 2.	Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	У1; У2; 31;32.
ОК 3.	Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.	У5; У8;У4. 33;34;35.
ОК 4.	Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития	У6; 32.
ОК 5.	Использовать информационно-коммуникационные технологии в	У1;У2. 32; 33.

	профессиональной деятельности	
ОК 6.	Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.	У5; У8. 32; 34;35.
ОК 7.	Брать ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.	У3; У4;У8. 32; 34;35.
ОК 8.	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	У7. 32; 38.
ОК 9.	Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.	У1; У2. 32.
ПК 1.1.	Организовывать подготовку мяса и приготовление полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции.	У1; У2; У8. 32; 35; 39.
ПК 1.2.	Организовывать подготовку рыбы и приготовление полуфабрикатов для сложной кулинарной продукции.	У1; У2; У8. 32.
ПК 1.3.	Организовывать подготовку домашней птицы для приготовления сложной кулинарной продукции.	У1; У2; У8. 32.
ПК 1.4.	Отбирать и обрабатывать гидробиологические и гидрохимические пробы.	У1; У2; У8. 32.
ПК 2.1.	Организовывать и проводить приготовление канапе, легких и сложных холодных закусок.	У1; У2; У8. 32.
ПК 2.2.	Организовывать и проводить приготовление сложных холодных блюд из рыбы, мяса и сельскохозяйственной (домашней) птицы.	У1; У2; У8. 32.
ПК 2.3.	Организовывать и проводить приготовление сложных холодных соусов.	У1; У2; У8. 32.
ПК 3.1.	Организовывать и проводить приготовление сложных супов.	У1; У2; У3; У4; У8. 32; 35; 39.
ПК 3.2.	Организовывать и проводить приготовление сложных горячих соусов.	У1; У2; У8. 32; 39..
ПК 3.3.	Организовывать и проводить приготовление сложных блюд из овощей, грибов и сыра..	У1; У2; У8. 32; 39.
ПК 3.4.	Организовывать и проводить приготовление сложных блюд из рыбы, мяса и сельскохозяйственной (домашней) птицы.	У1; У2; У8. 32; 39.
ПК 4.1.	Организовывать и проводить приготовление сдобных хлебобулочных	У1; У2; У3; У4; У8. 32; 35; 39.

	изделий и праздничного хлеба.	
ПК 4.2.	Организовывать и проводить приготовление сложных мучных кондитерских изделий и праздничных тортов.	У1; У2; У3; У4; У8. 32; 35; 39.
ПК 4.3.	Организовывать и проводить приготовление мелкоштучных кондитерских изделий.	У1. 32.
ПК 4.4.	Организовывать и проводить приготовление сложных отделочных полуфабрикатов, использовать их в оформлении.	У1, У2 32.
ПК 5.1	Организовывать и проводить приготовление сложных холодных десертов.	У1, У2 32.
ПК 5.2	Организовывать и проводить приготовление сложных горячих десертов.	У1, У2 32.
ПК 6.1	Участвовать в планировании основных показателей производства.	У1, У2 32.
ПК 6.2.	Планировать выполнение работ исполнителями.	У1, У2 32.
ПК 6.3	Организовывать работу трудового коллектива.	У1, У2 32.
ПК 6.4.	Контролировать ход и оценивать результаты выполнения работ исполнителями.	У1, У2 32.
ПК 6.5.	Вести утвержденную учетно-отчетную документацию.	У1, У2 32.

2. Тематический план видов самостоятельной работы обучающихся

Наименование разделов и тем	Содержание самостоятельной работы обучающихся	Максимальная учебная нагрузка обучающегося, час	Аудиторная учебная нагрузка, час	Самостоятельная работа обучающегося, час	Форма организации самостоятельной работы обучающегося	Уровень освоения	Рекомендуемые источники литературы
1	2	3	4	5	6	7	8
Раздел 1 Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и организация защиты населения.		48	30	18			
Тема 1.1 Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и военного характера	<p>Самостоятельная работа</p> <p>Изучить виды и классификации ЧС</p> <p>Изучить способы защиты от ЧС</p> <p>Уяснить основные понятия об поражающих факторах при ЧС</p>	20	12	<p>8</p> <p>2,5</p> <p>2,5</p> <p>3</p>	Составить краткий конспект изученного материала (3) стр.368-370; (1) стр.16-43;(1) стр.43-46.	3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Безопасность жизнедеятельности. Абрамов В.В. (2013, 365с.) 2. Безопасность жизнедеятельности. (для СПО) Арустамов Э.А., Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. (2015, 176с.) 3. Безопасность жизнедеятельности. Калужный Е.А., Михайлова С.В. и др. (АГПИ, 2012, 316с.) 4. Безопасность жизнедеятельности. (для ссузов) Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. (2012, 192с.) 5. Безопасность жизнедеятельности. Михайлов Л.А. и др. (2012, 461с.) 6. Безопасность жизнедеятельности. (для СПО) Сапронов Ю.Г. (2017, 336с.) <p>Основы безопасности жизнедеятельности. (для СПО) Косолапова Н.В., Прокопенко</p>

							Н.А. (2017, 368с.)
Тема 1.2. Защита населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций	<p>Самостоятельная работа</p> <p>Общие санитарно-технических требований к производственным помещениям и рабочим местам.</p> <p>Влияние на организм человека неблагоприятного производственного микроклимата, меры защиты и профилактики.</p>	16	10	6	Составить краткий конспект изученного материала	3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Безопасность жизнедеятельности. Абрамов В.В. (2013, 365с.) 2. Безопасность жизнедеятельности. (для СПО) Арустамов Э.А., Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. (2015, 176с.) 3. Безопасность жизнедеятельности. Калужный Е.А., Михайлова С.В. и др. (АГПИ, 2012, 316с.) 4. Безопасность жизнедеятельности. (для ссузов) Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. (2012, 192с.) 5. Безопасность жизнедеятельности. Михайлов Л.А. и др. (2012, 461с.) 6. Безопасность жизнедеятельности. (для СПО) Сапронов Ю.Г. (2017, 336с.) <p>Основы безопасности жизнедеятельности. (для СПО) Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. (2017, 368с.)</p>
Тема 1.3. Обеспечение устойчивости функционирования организации	<p>Самостоятельная работа</p> <p>Основные задачи ЕСПЛЧС</p> <p>Организационные уровни и подсистемы РС ЧС</p> <p>Мероприятия проводимые в различных степенях готовно-</p>	12	8	4		3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Безопасность жизнедеятельности. Абрамов В.В. (2013, 365с.) 2. Безопасность жизнедеятельности. (для СПО) Арустамов Э.А., Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. (2015, 176с.) 3. Безопасность жизнедеятельности. Калужный Е.А., Михайлова С.В. и др. (АГПИ, 2012, 316с.)

	сти Оценка устойчивости организации			1			4. Безопасность жизнедеятельности. (для ссузов) Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. (2012, 192с.) 5. Безопасность жизнедеятельности. Михайлов Л.А. и др. (2012, 461с.) 6. Безопасность жизнедеятельности. (для СПО) Сапронов Ю.Г. (2017, 336с.) Основы безопасности жизнедеятельности. (для СПО) Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. (2017, 368с.)
Раздел 2 Основы военной службы и медицинских знаний Тема 2.1. Основы обороны государства. Военная доктрина РФ		54	38	16			
	Самостоятельная работа Основные угрозы национальной безопасности РФ, основные задачи гражданской обороны Организационные уровни и подсистемы РС ЧС Задачи видов ВС РФ Первоначальная постановка на воинский учет и задачи граждан Служба по контракту (порядок поступления, права, обязанности, льготы) Воинская дисциплина. Поощрения и наказания	34	22	12		3	1. Смирнов А.Т. Основы военной службы. М: АСАДЕМА, 2000 2. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. 3. Безопасность жизнедеятельности. (для СПО) Арустамов Э.А., Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. (2015, 176с.)
				2			
				2			
				2			
				2			

	Задачи гарнизонной и караульной службы			2			
Тема 2.2. Основы медицинских знаний	Самостоятельная работа Изучить понятие о ВИЧ – инфекции и СПИДе	20	16	4		3	Конспекты аудиторных занятий

Порядок выполнения самостоятельной работы обучающихся

Раздел 1 Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и организация защиты населения.

Тема 1.1 Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и военного характера.

Цель: закрепление ранее полученных знаний по теме: «Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и военного характера», повторение основных понятий об определении и классификации чрезвычайных ситуаций (ЧС), закрепление знаний о способах защиты от ЧС, закрепление знаний о поражающих факторах при ЧС.

Оснащение: данные методические указания, рекомендуемая литература, конспекты, плакаты.

Задание:

1. Изучить виды и классификации ЧС, (стр. 16 -22 по учебнику Крючек Н.А., Латчук В.Н., Миронов С.К. ,Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях: Изд-во НЦ ЭНАС, 2001.)
2. Изучить способы защиты от ЧС (стр. 23 – 36 по учебнику Крючек Н.А., Латчук В.Н., Миронов С.К. Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях: Изд-во НЦ ЭНАС, 2001.)
3. Уяснить основные понятия об поражающих факторах при ЧС (стр. 36 – 46 по учебнику Крючек Н.А., Латчук В.Н., Миронов С.К. Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях: Изд-во НЦ ЭНАС, 2001.)

Порядок выполнения задания:

1. На основании литературы, рекомендуемой к выполнению самостоятельной работы, необходимо выучить виды и классификации ЧС.
2. На основании литературы, рекомендуемой к выполнению самостоятельной работы, ознакомиться со способами защиты от ЧС.
3. Озвучить перечень поражающих факторов при ЧС.

Форма контроля – Обучающиеся должны владеть учебной информацией в объеме, указанном в рабочей программе дисциплины, и быть готовыми отвечать по всем вопросам, приведенным ниже.

Вопросы для самоконтроля:

1. Опишите способы защиты от ЧС.
2. Сообщите о классификации ЧС.
3. Перечислите поражающие факторы при ЧС.
4. Сделайте обзор видов ЧС.

Рекомендуемая литература:

1. Крючек Н.А., Латчук В.Н., Миронов С.К. Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях: Изд-во НЦ ЭНАС, 2001.
2. Белов СВ., Ильницкая А.В., Козьяков А.Ф. М. Безопасность жизнедеятельности: Высшая школа, 2007.
3. Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности. М.: ВИНТИ, 2008.

Тема 1.2 Защита населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций.

Цель:

- закрепление ранее полученных знаний по теме: «Защита населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций»;
- повторение общих санитарно-технических требований к производственным помещениям и рабочим местам;

- закрепление знаний о влиянии на организм человека неблагоприятного производственного микроклимата;
- закрепление знаний о мерах защиты и профилактики.

Оснащение: данные методические указания, рекомендуемая литература, конспекты, плакаты.

Задание:

1. Изучить общие санитарно-технические требования к производственным помещениям и рабочим местам (стр. 126 -136 по учебнику Белова СВ., Ильницкой А.В., Козьякова А.Ф. Безопасность жизнедеятельности, М.: Высшая школа, 2007).
2. Изучить влияние на организм человека неблагоприятного производственного микроклимата (стр.136 -143 по учебнику Белова СВ., Ильницкой А.В., Козьякова А.Ф. Безопасность жизнедеятельности, М.: Высшая школа, 2007).
3. Уяснить меры защиты и профилактики (стр. 143 -178 по учебнику Белова СВ., Ильницкой А.В., Козьякова А.Ф. Безопасность жизнедеятельности, М.: Высшая школа, 2007).

Составить конспект по изученному материалу.

Порядок выполнения задания:

1. На основании литературы, рекомендуемой к выполнению самостоятельной работы, необходимо выучить санитарно-технические требования к производственным помещениям.
2. Ознакомиться с факторами неблагоприятного воздействия на организм человека производственного микроклимата.
3. Изучить меры защиты.
4. Изучить меры профилактики.

Форма контроля – Обучающиеся должны владеть учебной информацией в объеме, указанном в рабочей программе дисциплины, и быть готовыми отвечать по всем вопросам, приведенным ниже.

Вопросы для самоконтроля:

1. Сделайте обзор санитарно-технических требований к рабочим местам.
2. Сообщите о факторах воздействия на организм человека производственного микроклимата.
3. Перечислите меры защиты.
4. Сделайте обзор видов профилактики.

Рекомендуемая литература:

1. Крючек Н.А., Латчук В.Н., Миронов С.К. Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях: Изд-во НЦ ЭНАС, 2001.
2. Белов СВ., Ильницкая А.В., Козьяков А.Ф. М. Безопасность жизнедеятельности: Высшая школа, 2007.
3. Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности. М.: ВИНТИ, 2008.

Тема 1.3 Обеспечение устойчивости функционирования организации.

Цель:

- закрепление ранее полученных знаний по теме: «Обеспечение устойчивости функционирования организации»;
- повторение основных задач ЕСПЛЧС;
- закрепление знаний об организационных уровнях и подсистемах РС ЧС;
- закрепление знаний о мероприятиях, проводимых в различных степенях готовности;

— закрепление знаний об оценке устойчивости организации.

Оснащение: данные методические указания, рекомендуемая литература, конспекты, плакаты.

Задание:

1. Изучить основные задачи ЕСПЛЧС (стр. 7 – 14 по учебнику Крючек Н.А., Латчук В.Н., Миронов С.К. Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях: Изд-во НЦ ЭНАС, 2001.)
2. Изучить организационные уровни и подсистемы РС ЧС стр. 14 – 17 по учебнику Крючек Н.А., Латчук В.Н., Миронов С.К. Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях: Изд-во НЦ ЭНАС, 2001.)
3. Уяснить методы оценки устойчивости организации (стр. 395 - 396 по учебнику Белова СВ., Ильницкой А.В., Козьякова А.Ф. Безопасность жизнедеятельности, М.: Высшая школа, 2007).

Составить конспект по изученному материалу.

Порядок выполнения задания:

1. На основании литературы, рекомендуемой к выполнению самостоятельной работы, необходимо заучить основные задачи ЕСПЛЧС.
2. Ознакомиться с организационными уровнями и подсистемами РС ЧС.
3. Озвучить методы оценки устойчивости организации.

Форма контроля – Обучающиеся должны владеть учебной информацией в объеме, указанном в рабочей программе дисциплины, и быть готовыми отвечать по всем вопросам, приведенным ниже.

Вопросы для самоконтроля:

1. Сделайте обзор основных задач ЕСПЛЧС.
2. Сообщите об организационных уровнях РС ЧС.
3. Сообщите о подсистемах РС ЧС.
4. Сделайте обзор методов оценки устойчивости организации.

Рекомендуемая литература:

1. Крючек Н.А., Латчук В.Н., Миронов С.К. Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях: Изд-во НЦ ЭНАС, 2001.
2. Белов СВ., Ильницкая А.В., Козьяков А.Ф. М. Безопасность жизнедеятельности: Высшая школа, 2007.
3. Арустамов Э.А. Безопасность жизнедеятельности. М.: ВИНТИ, 2008.

Раздел 2 Основы военной службы и медицинских знаний.

Тема 2.1 Основы обороны государства. Военная доктрина РФ.

Цель:

- закрепление ранее полученных знаний по теме: « Основы обороны государства. Военная доктрина РФ»;
- повторение основных угроз национальной безопасности РФ;
- закрепление знаний о задачах видов ВС РФ;
- закрепление знаний о первоначальной постановке на воинский учет и задачах граждан;
- ознакомление с условиями службы по контракту (порядок поступления, права, обязанности, льготы);
- закрепление знаний о воинской дисциплине, поощрениях и наказаниях;
- закрепление знаний о задачах гарнизонной и караульной службах.

Оснащение: данные методические указания, рекомендуемая литература, конспекты.

Задание:

1. Изучить виды основных угроз национальной безопасности РФ (стр. 11 – 12 по учебнику Смирнова А.Т. Основы военной службы, М: АСАДЕМА, 2000).
2. Изучить задачи ВС РФ (стр. 12 - 15 по учебнику Смирнова А.Т. Основы военной службы, М: АСАДЕМА, 2000).
3. Уяснить положения о воинской дисциплине, поощрениях и наказаниях (стр. 17 - 18 по учебнику Смирнова А.Т. Основы военной службы, М: АСАДЕМА, 2000).
4. Уяснить положения о службе по контракту (порядок поступления, права, обязанности, льготы), (стр. 62 - 68 по учебнику Смирнова А.Т. Основы военной службы, М: АСАДЕМА, 2000).

Составить конспект по изученному материалу.

Порядок выполнения задания:

1. На основании литературы, рекомендуемой к выполнению самостоятельной работы, необходимо заучить задачи гарнизонной и караульной службы.
2. На основании литературы, рекомендуемой к выполнению самостоятельной работы, необходимо уяснить положения «поощрения и наказания», уяснить принцип их применения.
3. Ознакомиться с требованиями, предъявляемыми к службе по контракту.
4. Ознакомиться с задачами гарнизонной и караульной службы.

Форма контроля – Обучающиеся должны владеть учебной информацией в объеме, указанном в рабочей программе дисциплины, и быть готовыми отвечать по всем вопросам, приведенным ниже.

Вопросы для самоконтроля:

1. Перечислите задачи ВС РФ.
2. Изложите задачи гарнизонной и караульной службы.
3. Перечислите требования, предъявляемые к службе по контракту.
4. Сделайте обзор видов ВС РФ.

Рекомендуемая литература:

1. Смирнов А.Т. Основы военной службы. М: АСАДЕМА, 2000
2. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Тема 2.2 Основы медицинских знаний.

Цель:

- закрепление ранее полученных знаний по теме: « Основы медицинских знаний»;
- повторение информации о ВИЧ – инфекции и СПИДе;
- закрепление знаний об основных способах оказания первой помощи.

Оснащение: данные методические указания, рекомендуемая литература, конспекты.

Задание:

1. Изучить принципы здорового образа жизни и его составляющей (стр. 191 – 195 по учебнику Белова СВ. М.: Высшая школа, 2002).
2. Изучить окружающие факторы, отрицательно влияющие на здоровье (стр. 214 – 226 по учебнику Белова СВ. М.: Высшая школа, 2002).

3. Изучить основных способах оказания первой медицинской помощи (стр. 16 -22 по учебнику Крючек Н.А., Латчука В.Н., Миронова С.К. Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях: Изд-во НЦ ЭНАС, 2001.)
4. Проанализировать информации о ВИЧ – инфекции и СПИДе (стр. 229 – 235 по учебнику Белова СВ. М.: Высшая школа, 2002).

Составить конспект по изученному материалу.

Порядок выполнения задания:

1. На основании литературы, рекомендуемой к выполнению самостоятельной работы, необходимо уяснить принципы здорового образа жизни.
2. Научиться оказывать первую помощь.
3. Рассказать об опасности ВИЧ – инфекции.

Форма контроля – Обучающиеся должны владеть учебной информацией в объеме, указанном в рабочей программе дисциплины, и быть готовыми отвечать по всем вопросам, приведенным ниже.

Вопросы для самоконтроля:

1. Расскажите об оказании первой помощи при кровотечении.
2. Расскажите об оказании первой медицинской помощи при травмах опорно-двигательного аппарата.
3. Расскажите об оказании первой помощи при отравлении.
4. Расскажите об оказании первой помощи при ожогах и обморожениях.
5. Расскажите об оказании первой помощи при поражении электрическим током.

Рекомендуемая литература:

1. Белова С.В. Безопасность жизнедеятельности. М.: Высшая школа, 2002.
2. Крючек Н.А., Латчук В.Н., Миронов С.К. Безопасность и защита населения в чрезвычайных ситуациях: Изд-во НЦ ЭНАС, 2001.
3. Дунаевский Я.И. Борьба за живучесть и спасение судов флота рыбной промышленности. М., Легкая и пищевая промышленность, 1982 г.