

Приложение 1 к РПД
Гигиена труда
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профили): Безопасность жизнедеятельности.
Дополнительное образование (безопасность труда)
Форма обучения – очная
Год набора - 2022

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ
ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

1.	Кафедра	Физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности
2.	Направление подготовки	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), Направленность (профили): Безопасность жизнедеятельности. Дополнительное образование (безопасность труда)
3.	Дисциплина (модуль)	Гигиена труда
4.	Форма обучения	очная
5.	Год набора	2022

I. Методические рекомендации

1.1. Методические рекомендации по организации работы студентов во время проведения лекционных занятий (подготовка лекционных занятий)

Приступая к изучению дисциплины, студенту необходимо внимательно ознакомиться с тематическим планом занятий, списком рекомендованной литературы. Следует уяснить последовательность выполнения индивидуальных учебных заданий. Самостоятельная работа студента предполагает работу с научной и учебной литературой. Уровень и глубина усвоения дисциплины зависят от активной и систематической работы на лекциях и изучения рекомендованной литературы.

При изучении дисциплины студенты выполняют следующие задания:

- изучают рекомендованную литературу;
- выполняют задания, предусмотренные для самостоятельной работы.

В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные понятия темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на практическое занятие и указания на самостоятельную работу.

Интерактивная форма реализуется в форме «Лекция-дискуссия», развивает критическое мышление, активизирует процесс принятия материала, способствует более глубокому его пониманию. Между изложением логических разделов лекции осуществляется беглый обмен мнениями. Участники дискуссии могут высказывать свое мнение с места, не вставая. Дискуссия может проводиться также в конце занятия по всему содержанию лекции. Данный вид лекции оживляет учебный процесс, позволяет управлять коллективным мнением аудитории.

Качество учебной работы студентов преподаватель оценивает с использованием технологической карты дисциплины, размещенной на сайте МАГУ.

1.2. Методические рекомендации по выполнению практических работ

Все работы оформляются в специальных тетрадях для практических работ. Необходимо указывать: тему; цель работы, содержание работы и последовательность ее выполнения; выводы.

При оценивании работ учитывается: выполнение всех этапов работы, самостоятельность и качество выполнения схем, рисунков; умение анализировать полученные результаты работы.

Интерактивная форма реализуется в форме «Ролевая игра»

Ролевая игра — это эффективная отработка вариантов поведения в тех ситуациях, в которых могут оказаться обучающиеся (например, чрезвычайные ситуации различного характера и др.). Игра позволяет приобрести навыки принятия ответственных и безопасных решений в учебной ситуации. Признаком, отличающим ролевые игры от деловых, является отсутствие системы оценивания по ходу игры.

1.3 Методические рекомендации по подготовке к рубежному контролю (тесту)

При подготовке к тесту необходимо понять логику изложенного материала. Этому немало способствует составление развернутого плана, таблиц и схем.

При решении теста необходимо:

- внимательно изучить структуру теста, оценить объем времени, выделяемого на данный тест, увидеть, какого типа задания в нем содержатся;
- начинать отвечать на те вопросы, в правильности решения которых нет сомнений, пока не останавливаясь на тех, которые могут вызвать затруднения;
- внимательно читать задания до конца, не пытаясь понять условия «по первым словам» или выполнив подобные задания в предыдущих тестированиях;
- если Вы не знаете ответа на вопрос или не уверены в правильности, следует пропустить его и отметить, чтобы потом к нему вернуться;
- рассчитывать выполнение заданий нужно всегда так, чтобы осталось время на проверку и доработку.

1.4. Методические рекомендации по подготовке доклада, реферата

Алгоритм создания доклада, реферата:

- 1 этап – определение темы доклада
- 2 этап – определение цели доклада
- 3 этап – подробное раскрытие информации
- 4 этап – формулирование основных тезисов и выводов.

1.5. Методические рекомендации по составлению словаря терминов

Алгоритм составления словаря терминов темы (раздела).

После изучения темы (раздела) выпишите в тетрадь новые термины.

Расположить их в алфавитном порядке.

К каждому термину дайте определение, используя:

- записи лекционных и практических занятий;
- дополнительную справочную литературу;
- сайты Интернета.

В скобках рядом с термином укажите источники литературы.

1.7. Методические рекомендации по подготовке к сдаче зачета

Основным источником подготовки к зачету является рекомендуемая литература и конспекты лекций. Следует точно запоминать термины и категории, поскольку в их определениях содержатся признаки, позволяющие уяснить их сущность и отличить эти понятия от других.

Зачет проводится по билетам, каждый из которых содержит два вопроса. Содержание билетов охватывает весь пройденный материал. По окончании ответа

преподаватель, принимающий зачет, может задать студенту дополнительные и уточняющие вопросы.

При подготовке к ответу на зачете студенту рекомендуется составить план ответа на каждый вопрос. Положительным также будет стремление студента изложить различные точки зрения на рассматриваемую проблему, выразить свое отношение к ней

II. Планы практических занятий

Тема 1. Производственная среда и условия труда

План:

1. Понятие физического и умственного труда, тяжести и напряженности труда.
2. Работоспособность, эргономика, эмоциональное состояние человека.

Литература: [2, с. 129-170]; [3, с. 92-114].

Вопросы для самоконтроля:

1. Дать определение терминам: физический труд, умственный труд, механизированные формы физического труда, тяжесть и напряженность труда, работоспособность.
2. На какие категории тяжести подразделяются физические работы.
3. В чем заключается эргономическое обеспечение безопасности труда.
4. Какие закономерности в области труда рассматривает эргономика.

Задания для самостоятельной работы:

1. Причины возникновения опасных ситуаций и производственных травм, связанных с человеческим фактором.

Тема 2. Производственная санитария

План:

1. Производственное помещение. Микроклимат производственного помещения. Формула расчета относительной влажности воздуха.

Литература: [2, с. 129-170]; [3, с. 92-114].

Вопросы для самоконтроля:

1. Рабочая зона
2. Постоянное рабочее место
3. Холодный период года
4. Теплый период года
5. Абсолютная влажность воздуха
6. Максимальная влажность воздуха
7. Относительная влажность воздуха

Задания для самостоятельной работы:

1. Оптимальные метеорологические условия.
2. Допустимые метеорологические условия

План:

1. Санитарно- гигиеническая оценка микроклимата в производственных помещениях

Наименование фактора	Фактическое значение	Нормативное значение СанПин 2.2.4.548-96	Класс условий труда
Оптимальное	Допустимое		
Температура воздуха t,С на высоте 0,1 м на высоте 1,0м			

Относительная влажность ϕ , % на высоте 1,0 м			
Скорость движения воздуха v , м\с на высоте 0,1м на высоте 1,0м			
Интенсивность теплового излучения E , Вт/м ²			

Литература: [2, с. 129-170]; [3, с. 92-114].

Вопросы для самоконтроля:

1. Класс опасности вещества устанавливается по показателям:....
2. Физиологическое воздействие вредных веществ на организм человека.
3. Пути проникновения вредных веществ в организм человека.

Задания для самостоятельной работы:

1. Методы контроля содержания вредных веществ в воздухе рабочей зоны:
2. Пыль. Вредное воздействие пыли на организм человека зависит от:...
3. Содержание пыли в рабочей зоне нормируется
4. Газы. Методы контроля и нормирования.

Тема 3. Особенности гигиены труда в образовательных учреждениях

План:

1. Характер трудовой деятельности и ее построение в зависимости от возрастно-половых особенностей и состояния здоровья учащихся.
2. Физические и другие виды нагрузок в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями, безопасных для здоровья школьников.

Литература: [2, с. 129-170]; [3, с. 92-114].

Вопросы для самоконтроля:

1. Основные элементы трудового обучения в школе, их содержание, нормирование, место в общем режиме дня и в режиме учебных занятий, влияние различных видов труда на физиологические функции общую работоспособность и самочувствие учащихся в течение учебного дня и недели.
2. Гигиенические требования к организации трудового обучения и материально-техническому оснащению уроков труда.

Задания для самостоятельной работы:

1. Гигиенические требования к условиям трудового обучения (место проведения уроков, условия микроклимата, освещенности, состояние воздушной среды, оборудование и др.)
2. Содержание медицинского контроля за организацией трудового обучения в школе.

