ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СТАРООСКОЛЬСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
(ОГАПОУ СПК)

Методические указания по выполнению практических заданий по учебной дисциплине ОУД.04 Основы безопасности жизнедеятельности

Специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования
(в области музыкальной деятельности)

Преподаватель: Хопин А.Г.

Старый Оскол

Методические указания составлены в соответствии с рабочей программой ФГОС СПО по учебной дисциплине ОУД.04 Основы безопасности жизнедеятельности для специальности 44.02.03 Педагогика дополнительного образования (в области музыкальной деятельности)

Составитель:
Хопин А.Г., преподаватель ОГАПОУ СПК

КОМПЛЕКС ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

ЗАДАНИЕ 1

Ваша группа оказалась в экстремальной ситуации на природе. Необходимо принять решение, от которого зависит план дальнейших действий. Стрелками укажите действия, соответствующие каждому из решений.

Ответ.

Нет уверенности, что скоро придет помощь

Есть уверенность что скоро придет помощь

Никто не знает предполагаемого местонахождения вашего класса

Отсутствуют средства связи

Нет возможности двигаться

Решение остаться на месте происшествия принимается когда:

Решение выходить к населенному пункту принимается когда

ЗАДАНИЕ 2

Зная и выполняя правила личной безопасности, можно избежать многих преступлений. Дайте определения перечисленным понятиям. Рассмотрите предложенную ситуацию.

Вопрос 1. Что такое опасное время? Приведите примеры опасного времени.

Ответ.

Опасное время – это время значительного повышения риска для личной безопасности.

Примеры опасного времени: ночь, поздний вечер, ранее утро.

Вопрос 2. Что такое опасное место? Приведите примеры опасных мест.

Ответ.

Опасное место: лесопарки, стройки, стройплощадки, заброшенные дома, подвалы, чердаки, вокзалы, рынки, аэропорты, места массовых зрелищ, пустынные вечерние улицы и др.

Вопрос 3. Что такое виктимное поведение? Приведите примеры виктимного поведения.

Ответ.

Виктимное поведение – это проявление особого, провоцирующего поведения.

Примеры виктимного поведения:

 демонстрация крупной суммы денег при расплате за покупку;

 девушка в короткой юбке и кофточке с глубоким вырезом, идущая через темный сквер;

 демонстрация дорогих украшений поздним вечером в общественном транспорте или на улице;

 выглядывающий из кармана бумажник, кошелек и др.

Ситуация. При помощи стрелок установите соответствие между ситуациями и правилами безопасного поведения.

Ответ.

Незнакомый человек приглашает поехать к нему на дачу на пикник

Вашу дверь пытаются открыть. Взрослых нет дома, и вы знаете, что они придут не скоро.

Сослаться на занятость, болезнь, необходимость вовремя быть дома, посоветоваться с друзьями, прервать беседу и уйти

Убедиться что дверь надежно заперта, позвонить в полицию, не открывать дверь

Не подходить и не садиться в автомобиль

Вы пришли домой и замечаете, что дверь квартиры распахнута, внутри квартиры виден беспорядок (разбросаны вещи, выбито окно и т.п.)

Не входить в квартиру, вызвать полицию от соседей или по мобильному телефону

Водитель остановившего автомобиля просит сесть в машину и показать дорогу

ЗАДАНИЕ 3

Современный дом (квартира) в силу объективных причин не только защищает человека, но и может создать условия для возникновения опасных ситуаций. С учетом этого Вам предлагается ответить на следующие вопросы.

Вопрос 1. Какие опасные ситуации возможны в доме (квартире) и каковы их причины. Заполните до конца таблицу.

Ответ. №	Наименование опасных ситуаций	Причина опасных ситуаций
1	Пожар	Неосторожное обращение и шалость детей с огнем; нарушение правил пользования электробытовыми и электронагревательными приборами; нарушение правил хранения и использования горючих и легко воспламеняющихся жидкостей; утечка бытового газа; неосторожное обращение с пиротехническими изделиями и др.
2	Поражение электрическим током	Использование неисправных электроприборов и электрооборудования; ремонт не обесточенных электроприборов; игры детей с работающими электроприборами; прикосновение открытой частью тела (особенно мокрыми руками) к неис-правной электропроводке, оголенным или обор-ванным электропроводам.
3	Отравление препаратами бытовой химии	Нарушение правил пользования и хранения препаратов бытовой химии; использование неизвестных препаратов и препаратов, приобретенных не в ма-газине; разлитые или рассыпанные препараты.

ЗАДАНИЕ 4

Предприятия, использующие в производственных процессах опасные химические вещест-ва, являются потенциально опасными для проживающего рядом с ними населения, так как на них могут возникать аварийные ситуации с выбросом в атмосферу токсичных веществ. Рассмотрите предложенные ситуации и примите правильное решение.

Ситуация 1. При аварии на химическом предприятии была получена информация о времени и месте сбора населения для экстренной эвакуации на транспорте. До места сбора вам при-шлось добираться по зараженной местности, используя простейшие средства защиты органов дыхания – ватно-марлевые повязки. Определите действия перед посадкой в транспортное средство после выхода из зараженной зоны и заполните схему.

1. Снять верхнюю одежду
2. Принять душ с мылом
3. Тщательно промыть глаза и прополоскать рот

ЗАДАНИЕ 5

Население, проживающее в непосредственной близости от радиационно опасных объектов должно быть готово в любое время суток принять меры по защите в случае опасности. Рассмотрите ситуации и примите решения.

Ситуация 1. Произошла авария на атомной электростанции. Ожидается выпадение радиоактивных веществ. По местному радио объявили об эвакуации жителей района, в котором вы проживаете. Определите последовательность ваших действий и заполните схему.
Ответ.
1. Включить телевизор, радио, выслушать сообщения
2. Освободить от продуктов холодильник, вынести скоропортящиеся продукты и мусор
3. Отключить воду, газ, электричество, погасить огонь в печи
4. Взять необходимые вещи, продукты питания, документы
5. Надеть средства защиты органов дыхания и кожи
6. Следовать на сборный эвакуационный пункт

ЗАДАНИЕ 6

Основываясь на данных пожарной безопасности, заполните правую часть таблицы. №	Вопросы	Ответы на вопросы
1.	Какие действия не допускаются при использовании углекислотного огнетушителя?	При использовании углекислотного огнетушителя не допускается прикасаться к раструбу и держать его в горизонтальном положении
2.	Каким огнетушителем нельзя тушить электропроводку под напряжением?	Тушить электропроводку под напряжением нельзя пенным огнетушителем
3.	С какой целью используют при пожаре в помещении распыленную струю?	Распыленную струю используют при пожаре в помещении для понижения температуры среды и для более эф-фективного тушения пламени
4.	При ожогах второй и третей степени может возникнуть ожоговая болезнь. Когда это возможно?	Ожоговая болезнь возникает при поражении 30-35% тела.
5.	Можно ли для тушения одежды, которая загорелась на человеке, использовать химический пенный огнетушитель?	Нельзя

ЗАДАНИЕ 7

Здоровый образ жизни - это индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Поскольку потребность в здоровом образе жизни является фун-даментом хорошего здоровья, Вам предлагается:
Вопрос 1 Дополнить схему об основных элементах здорового образа жизни
Ответ.
Основные элементы здорового образа жизни
Оптимальный уровень двигательной активности
Экологически грамотное поведение
Закаливание
Психическая и эмоциональная ус-тойчивость
Рациональное питание
Профилактика заболеваний пере-дающихся половым путем
Соблюдение режима труда и отды-ха

Отказ от вредных привычек
Личная гигиена
Безопасное поведение дома, на улице, в школе
Вопрос 2 Вписать наименования продуктов питания, которые являются:
Ответ.
а) источниками белков: мясо, рыба, молочные продукты, яйца, орехи, крупы и др.;
б) источниками жиров: сливочное масло, сметана, сливки, сыр, подсолнечное масло, кукурузное масло, орехи, овсяная крупа и др.;
в) источниками углеводов: хлеб, печенье, крупы, овощи, фрукты и др.
Вопрос 3 Дополнить схему, характеризующую основные физические качества челове-ка
Ответ.
Основные физические качества, обеспечивающие высокий уровень здоровья
Скоростные качества
Силовые качества
Выносливость
Гибкость

ЗАДАНИЕ 8. Основываясь на знаниях в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера, выполните следующие задания:
Вопрос 1. По определениям опасных природных явлений, данных в левой колонке таблицы, в правой колонке, впишите вид опасного природного явления.

Ответ: Определение опасного природного явления	Вид опасного природного явления
Смещение масс горных пород по склону под воздействием собственного веса и дополнительной нагрузки вследствие подмыва склона, переувлажнения, сейсмических толчков и иных процессов.	Оползень
Затопление водой местности, прилегающей к реке, озеру или водохранилищу, которое наносит урон здоровью людей или даже приводит к их гибели, а также причиняет материальный ущерб.	Наводнение
Горный поток, состоящий из смеси воды и рыхлообломочной горной породы (грязи, камней).	Сель
Ветер разрушительной силы и значительной продолжительности, скорость которого превышает 32 м/с.	Ураган (тайфун)
Покрытие окружающей местности слоем воды, заливающим дворы, улицы населенных пунктов и нижние этажи зданий	Затопление

ВОПРОСЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ЗАЧЕТУ
по основам безопасности жизнедеятельности за 2015-16 уч.год для студентов 1 курса всех специальностей
1. Здоровье человека, общие понятия и определения.
2. Влияние окружающей среды на здоровье человека.
3. Что такое физическое и духовное здоровье человека?
4. Что такое режим жизнедеятельности человека?
5. Режим труда и отдыха студента.
6. Основные элементы жизнедеятельности человека.
7. Основные понятия о биологических ритмах человека.

8. Значение двигательной активности для здоровья человека.
9. Что такое основные критерии здоровья человека.
10. Вредные привычки и их влияние на человека.
11. Профилактика вредных привычек.
12. Вредные привычки и их социальные последствия.
13. Личная гигиена, общие понятия и определения.
14. Основные правила личной гигиены.
15. Семья и её значения в жизни человека.
16. Основные правила формирования здоровых взаимоотношений мужчин и женщин.
17. Семья и дети.
18. Классификация инфекционных за заболеваний и их профилактика.
19. ВИЧ-инфекции и СПИД – краткая характеристика, основные пути заражения, основные пути предотвращения заражения инфекциями.
20.Основные правила обеспечения личной безопасности.
21.Обеспечение личной безопасности на транспорте – основные положения.
22.Правила поведения студента в общественном пассажирском транспорте.
23.Правила поведения студента при поездке в железнодорожном транспорте.
24.Правила поведения студента при нахождении на улицеи в общественных местах.
25.Правила поведения студента на остановках общественного транспорта, авто – и железнодорожных вокзалах.
26.Правила соблюдения пожарной безопасности в быту.
27.Правила обращения с электробытовыми приборами.
28.Правила обращения с предметами и средствами бытовой химии.
29.Опасные вещества и средства бытовой химии.
30.Правила обращения с бытовым газом.
31.Правила обращения с компьютерными системами, телевизорами и иными приборами.
32.Правила поведения и обеспечения личной безопасности при нахождении студента на учебных занятиях.
33.Обеспечение личной безопасности на водоемах Старого Оскола и его окрестностей в летнее время.
34.Обеспечение личной безопасности на водоёмах СтарогоОскола и его окрестностях в зимнее время.
35.Правила поведения при попадании в экстремальные условия при нахождении в природных условиях вне населенных пунктов.
36.Основные правила безопасности поведения человека при вынужденном существовании в автономном режиме.
37.Основные правила добывания огня, воды и питания в автономном режиме.
38.Оказание первичной медицинской помощи при кровотечениях и ожогах открытых час-тей тела.
39.Что входит в состав домашней аптечки.
40.Причины возникновения и последствий землетрясений и цунами.
41.Причины возникновения и последствия оползней и селей.
42.Причины возникновения сильных снегопадов и обледенения. Правила поведения при их проявлении.
43.Общая характеристика ситуаций техногенного характера.
44.Основные правила поведения при сигнале «Внимание Всем»
45.ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ПОЖАРЕ.
46.Краткая характеристика возможных в Старом Осколе техногенных чрезвычайных ситуаций.
47.Краткая характеристика возможных на территории Белгородской области техногенных чрезвычайных ситуаций.
48.Основные правила поведения студентов при возникновении чрезвычайной ситуации на территории колледжа.
49.Дайте определение понятие « терроризм».

50.Правило поведения людей, попавших в зону действия произведенного террористическо-го акта.
51.Как должен вести себя человек, попавший в заложники.
52.Гражданская оборона и её предназначение.
53.Современные средства поражения и их краткая характеристика.
54.Ядерное оружие и его поражающие факторы.
55.Химическое оружие и основные виды отравляющих веществ.

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ - КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ

Планируемые результаты обучения в предметно-деятельностной форме определены учебными программами в соответствии с требованиями образовательного стандарта по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности».
Поурочный контроль результатов учебной деятельности учащихся осуществляется в устной, письменной, практической формах и их сочетании посредством проведения индивидуального, группового и фронтального опросов с использованием контрольных, практических вопросов и заданий, содержащихся в учебниках, учебно-методических пособиях и других средствах контроля.
Тематический контроль результатов учебной деятельности учащихся осуществляется посредством проведения самостоятельных, контрольных и практических работ. Устанавливаются следующие показатели оценки результатов учебной деятельности учащихся по ОБЖ при осуществлении контроля с использованием пятибалльной шкалы:
Отметка «5» ставится учащимся, если: — устный ответ, письменная работа, практическая деятельность и их результат в полной мере соответствуют требованиям программы;
– при ответе полно раскрыто содержание материала в объеме программы и учебника;
– четко и правильно даны определения и раскрыто содержание понятий, верно использованы научные термины;
– ответы самостоятельны;
– учащиеся четко, уверенно выполняют практические упражнения и нормативы;
– учащиеся применяют полученные знания в незнакомой ситуации.
Отметка «4» ставится учащимся, если:
-устный ответ, письменная работа, практическая деятельность и их результат в полной мере соответствуют требованиям программы;
-при ответе полно раскрыто содержание материала в объеме программы и учебника;
четко и правильно даны определения и раскрыто содержание понятий, верно использованы научные термины, допускают незначительные ошибки, ответы самостоятельны;
— выполняют практические упражнения и нормативы четко, уверенно, но с единичными ошибками, устраняемыми самостоятельно.
Отметка «3» ставится, если:
– учащийся осознанно, но фрагментарно воспроизводит программный материал с несущественными ошибками;
– выполняет практические упражнения и нормативы в пределах установленного времени, но с ошибками, которые исправляет с помощью учителя.
Отметка «2» ставится, если:
– учащийся оперирует отдельными фрагментами программного материала;
– допускает много существенных ошибок при изложении устного ответа;
– выполняет практическую часть программы неуверенно, со значительным количеством ошибок, исправляемыми только с помощью учителя.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета безопасности жизнедеятельности.
Оборудование учебного кабинета:

1. Общевойсковой защитный комплект (ОЗК)
2. Общевойсковой противогаз или противогаз ГП-7
3. Гопкалитовый патрон ДП-5В
4. Изолирующий противогаз в комплекте с регенеративным патроном
5. Респиратор Р-2
6. Индивидуальный противохимический пакет (ИПП-8, 9, 10, 11)
7. Ватно - марлевая повязка
8. Противопыльная тканевая маска
9. Медицинская сумка в комплекте
10. Носилки санитарные
11. Аптечка индивидуальная (АИ-2)
12. Бинты марлевые
13. Бинты эластичные
14. Жгуты кровоостанавливающие резиновые
15. Индивидуальные перевязочные пакеты
16. Ножницы для перевязочного материала прямые
17. Шприц-тюбики одноразового пользования (без наполнителя)
18. Шинный материал (металлические, Дитерихса)
19. Огнетушители порошковые (учебные)
20. Огнетушители пенные (учебные)
21. Устройство отработки прицеливания
22. Учебные автоматы АК-105
23. Винтовки пневматические
24. Комплект плакатов по Гражданской обороне
25. Комплект плакатов по Основам военной службы

Технические средства обучения:

1. Аудио-, видео-, проекционная аппаратура
2. Войсковой прибор химической разведки (ВПХР)
3. Рентгенметр ДП-5В
4. Робот-тренажер (Гоша 2 или Максим-2)