

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Усынин Максим Валерьевич
Должность: Ректор
Дата подписания: 07.06.2022 19:29:52
Уникальный программный ключ:
f498e59e83f65dd7c5ce7bb8a25cd9abb33e8c58

**Частное образовательное учреждение высшего образования
«Международный Институт Дизайна и Сервиса»
(ЧОУВО МИДиС)**

Кафедра педагогики и психологии

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ
ОП.06 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Специальность:

09.02.07 Информационные системы и программирование

Уровень образования обучающихся:

Среднее общее образование

Вид подготовки:

Базовый

Челябинск 2022

Методические рекомендации дисциплине ОП.06 Безопасность жизнедеятельности разработаны на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 9 декабря 2016 г. № 1547 и рабочей программы дисциплины ОП.06 Безопасность жизнедеятельности.

Автор-составитель: Овсянников В.А.

Методические рекомендации по дисциплине ОП.06 Безопасность жизнедеятельности рассмотрены и одобрены на заседании кафедры педагогики и психологии, протокол № 10 от 30.05.2022 г.

Заведующий кафедрой педагогики и психологии



Л.В. Львов

СОДЕРЖАНИЕ

1.Пояснительная записка.....	4
2.Методические рекомендации по темам.....	6
3.Рекомендуемая литература.....	21

1. Пояснительная записка

Методические рекомендации составлены в соответствии с рабочей программой дисциплины ОП.06 Безопасность жизнедеятельности и предназначены для реализации основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования (далее – образовательной программы) по специальности 09.02.07 Информационные системы и программирование.

Целями методических указаний по дисциплине ОП.06 Безопасность жизнедеятельности являются:

- систематизация и закрепления полученных теоретических знаний;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- развитие познавательных способностей и активности студентов, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации.

В методических рекомендациях изложены рекомендации к темам, приведены примерные задания для обучающихся, перечень литературы, рекомендуемой для выполнения заданий.

В результате освоения дисциплины ОП.06 Безопасность жизнедеятельности обучающийся должен сформировать общие (ОК) и профессиональные (ПК) компетенции:

Общие компетенции (ОК):

ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам.

ОК 02. Осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности.

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие.

ОК 04. Работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами.

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке с учетом особенностей социального и культурного контекста.

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, . применять стандарты антикоррупционного поведения

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях.

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности.

ОК 09. Использовать информационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 10. Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

В результате освоения дисциплины ОП.06 Безопасность жизнедеятельности обучающейся должен:

уметь:

- Организовывать и проводить мероприятия по защите работников и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций.
- Предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту.

- Выполнять правила безопасности труда на рабочем месте.
- Использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения.
- Применять первичные средства пожаротушения.
- Ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности.
- Применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью.
- Владеть способами бесконфликтного общения и само регуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы.
- Оказывать первую помощь;

знать:

- Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования развития событий и оценки последствий при чрезвычайных техногенных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России.
- Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации.
- Основы законодательства о труде, организации охраны труда.
- Условия труда, причины травматизма на рабочем месте.
- Основы военной службы и обороны государства.
- Задачи и основные мероприятия гражданской обороны.
- Способы защиты населения от оружия массового поражения.
- Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах.
- Организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступления на нее в добровольном порядке.
- Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящие на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям СПО.
- Область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы.
- Порядок и правила оказания первой помощи.

Формы и методы контроля работы студентов:

- подготовка домашней контрольной работы;
- работа с информационными источниками;
- подготовка презентационных материалов;
- выполнение индивидуального задания по заданной теме.

Критерии оценки результатов работы студентов:

- «отлично», если работа выполнена в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности. Обучающиеся работают полностью самостоятельно: подбирают необходимые для выполнения предлагаемых работ источники знаний, показывают необходимые для проведения практической работы теоретические знания, практические умения и навыки.
- «хорошо», если работа выполняется обучающимися в полном объеме и самостоятельно. Допускаются отклонения от необходимой последовательности выполнения, не влияющие на правильность конечного результата. Работа показывает знание обучающимися основного теоретического материала и овладение умениями, необходимыми для самостоятельного выполнения работы. Могут быть неточности и небрежность в оформлении результатов работы.
- «удовлетворительно», если работа выполняется и оформляется обучающимися при сторонней помощи. На выполнение работы затрачивается много времени (можно дать

возможность доделать работу дома). Обучающиеся показывают знания теоретического материала, но испытывают затруднение при самостоятельной работе.

– «неудовлетворительно» выставляется в том случае, когда обучающиеся не подготовлены к выполнению работы. Полученные результаты не позволяют сделать правильных выводов и полностью расходятся с поставленной целью. Показывается плохое знание теоретического материала и отсутствие необходимых умений.

2. Методические рекомендации по темам

Тема 1.2. Пожарная безопасность

Методические рекомендации

Конспект представляет собой последовательное изложение статьи, книги, лекции. Его основу составляют тезисы, выписки, цитаты. При конспектировании воспроизводят не только мысли, изложенные в оригинале, но и связь между ними. В конспекте отражается не только то, о чем говорится в работе, но и то, что утверждается и то, как это доказывается.

Существуют разнообразные виды и способы конспектирования. Одним из наиболее распространенных видов конспекта является текстуальный конспект, который представляет собой последовательную запись текста книги или статьи. Такой конспект точно представляет логику материала и содержит максимум информации. Общую последовательность действий при составлении текстуального конспекта можно определить таким образом:

1. Уяснить цели и задачи конспектирования.
2. Ознакомиться с произведением в целом: прочитать предисловие, введение, оглавление, выделить информационно значимые места.
3. Внимательно прочитать текст параграфа, главы или всего текста и выделить информационно значимые места.
4. Составить конспект

Для составления конспекта необходимо соблюдение закономерности:

- сделать библиографическое описание конспектируемого источника;
- последовательно выделить в тексте тезисы и записать их с последующей аргументацией;
- написать краткое резюме – обобщить текст конспекта, выделить основное содержание проработанного материала, дать ему оценку.

Конспекты могут быть *плановыми*, которые пишутся на основе составленного плана статьи или книги. Каждому вопросу плана соответствует определенная часть конспекта. Удобно в этом случае пользоваться вопросным планом. В левой части страницы вы ставите проблемы, затронутые в книге, в виде вопросов, а в правой части страницы даете на них ответы.

Конспект может быть и *опорным*. Этот творческий вид работы введен известным педагогом-новатором В.Ф. Шаталовым, который назвал его опорным сигналом. В опорном сигнале содержащаяся информация «кодируется» с помощью сочетания графических символов, знаков, рисунков, ключевых слов, цифр и т.п. Такая запись учебного материала позволяет быстро и без труда его запомнить, мгновенно восстановить в памяти в нужный момент.

Конспект можно оформить в виде тезисов.

Согласно принятой в современной науке трактовке, тезис – это конкретное доказываемое утверждение или положение. Тезисами статьи, доклада или иной научной работы называют совокупность отдельных положений, находящихся в логической взаимосвязи друг с другом. Поэтому основная задача тезисов состоит в том, чтобы раскрыть и обобщить содержание какой-либо более крупной работы (научной

статьи, курсовой или дипломной работы, диссертации и т.п.). Как правило, тезисы подготавливаются для выступления на конференциях или симпозиумах, а так же для научных публикаций.

Если вам требуется написать тезисы по какой-либо уже готовой работе другого автора, поступите следующим образом. Внимательно прочитайте всю работу целиком и выделите в ней основные идеи. Отметьте наиболее важные мысли карандашом. Разбейте весь текст на отдельные, логически законченные куски.

В каждой из получившихся частей текста найдите главную мысль и выпишите ее отдельно. В результате у вас должен получиться конспект, содержащий все основные положения анализируемой работы. Теперь еще раз прочитайте полученный конспект и подумайте, как изложенные в нем идеи можно выразить максимально кратко.

Не забывайте, что тезисы всегда намного меньше по объему любой научной работы. В соответствии с существующими правилами они не должны превышать 2 печатных листов формат А4, набранных 12 кеглем. Преобразуйте ваш конспект в более короткие формулировки, но старайтесь не утратить при этом его основных положений. Сокращайте объем за счет разнообразной текстовой «воды», примеров, лирических отступлений и т.п. Ваши тезисы должны быть изложены четко, ясно и однозначно. Совершенно недопустима двусмысленность используемых формулировок.

Составив основную часть тезисов, позаботьтесь о внятном изложении целей работы и полученных выводов. Закончив составление тезисов, еще раз внимательно перечитайте свою работу и проверьте, насколько логически взаимосвязаны все ее части, нет ли среди них противоречий или несвязанных фрагментов. При необходимости вы можете поменять отдельные положения местами. Главное, чтобы в работе прослеживалась четкая структура и логика изложения. Заканчиваться тезисы должны перечнем полученных выводов и результатов исследования.

При изучении темы необходимо обратить особое внимание на классификацию негативных факторов, виды, источники, уровни негативных факторов производственной среды. Запыленность и загазованность воздуха, вибрация, акустические колебания, шум; электромагнитные поля и излучения. Движущиеся машины и механизмы, падающие предметы. Производственные яды, смазочно-охлаждающие жидкости, повышенная или пониженная температура воздуха, повышенная влажность, физические и нервно-психические перегрузки, умственные перенапряжения.

Необходимо знать о воздействии негативных факторов на человека и среду обитания, при этом надо рассмотреть характеристику нервной системы человека, условные и безусловные рефлексы, характеристику анализаторов: кожный анализатор, осязание, ощущение боли, вибрационная чувствительность, обоняние, слух, зрение. Вредные вещества, их классификация. Комбинированное действие вредных веществ. Хронические отравления, профессиональные заболевания и методы их предупреждения.

При изучении факторов воздействующих на человека в процессе его жизнедеятельности необходимо обратить особое внимание на классификацию основных форм деятельности человека и характеристику среды обитания человека.

Задание. Подготовка домашней контрольной работы по темам: «Выявление основных источников чрезвычайных ситуаций военного характера – современные средства поражения», «Обоснование опасности поражающих факторов ядерного оружия».

Выполните контрольную работу в виде конспекта по представленным темам, используя тематический план работы и подготовьтесь к ее проверки на практическом занятии.

Тема 1. Выявление основных источников чрезвычайных ситуаций военного характера - современные средства поражения.

Тематический план работы

1. Характеристика оружия массового поражения;
2. Поражающие факторы;
3. Способы и средства защиты населения;
4. Действия населения при возникновении угрозы нападения;
5. Правила поведения населения в очагах поражения.

Тема 2. Обоснование опасности поражающих факторов ядерного оружия.

Тематический план работы

1. Поражающие факторы ядерного оружия;
2. Ударная волна. Степени разрушения зданий;
3. Световое излучение и его поражающие факторы;
4. Проникающая радиация и его поражающие факторы;
5. Радиоактивное заражение и его поражающие факторы;
6. Электромагнитный импульс и его поражающие факторы;

Тема 2.1. Организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени

Методические рекомендации

Для работы с информационными источниками в самостоятельной работе используйте электронные библиотеки, образовательные порталы, тематические сайты, библиографические базы данных, сайты периодических изданий. Для эффективного поиска в WWW студенты должны уметь и знать:

- чётко определять свои информационные потребности, необходимую ретроспективу информации, круг поисковых серверов, более качественно индексирующих нужную информацию,
- правильно формулировать критерии поиска;
- определять и разделять размещённую в сети Интернет информацию на три основные группы: справочная (электронные библиотеки и энциклопедии), научная (тексты книг, материалы газет и журналов) и учебная (методические разработки, рефераты);
- давать оценку качества представленной информации, отделить действительно важные сведения от информационного шума;
- давать оценки достоверности информации на основе различных признаков, по внешнему виду сайта, характеру подачи информации, её организации;
- студентам необходимо уметь её анализировать, определять её внутреннюю непротиворечивость.

Запрещена передача другим пользователям информации, представляющей коммерческую или государственную тайну, распространять информацию, порочащую честь и достоинство граждан. Правовые отношения регулируются Законом «Об информации, информатизации и защите информации», Законом «О государственной тайне», Законом «Об авторском праве и смежных правах», статьями Конституции об охране личной тайны, статьями Гражданского кодекса и статьями Уголовного кодекса о преступлениях в сфере компьютерной информации.

При работе с Интернет-ресурсами обращайтесь внимание на источник: оригинальный авторский материал, реферативное сообщение по материалам других публикаций, студенческая учебная работа (реферат, курсовая, дипломная и др.). Оригинальные авторские материалы, как правило, публикуются на специализированных тематических сайтах или в библиотеках, у них указывается автор, его данные.

Выполнены такие работы последовательно в научном или научно-популярном стиле. Это могут быть научные статьи, тезисы, учебники, монографии, диссертации, тексты лекций. На основе таких работ на некоторых сайтах размещаются рефераты или обзоры. Обычно они не имеют автора, редко указываются источники реферирования.

Сами сайты посвящены разнообразной тематике. К таким работам стоит относиться критически, как и к сайтам, где размещаются учебные студенческие работы. Качество этих работ очень низкое, поэтому сначала подумайте, оцените ресурс, а уже потом им пользуйтесь.

В остальном с интернет-ресурсами можно работать как с обычной печатной литературой. Интернет – это ещё и огромная библиотека, где вы можете найти практически любой художественный текст. В интернете огромное количество словарей и энциклопедий, использование которых приветствуется.

При работе с интернетом используйте алгоритм поиска информации:

- Внимательно изучите тему и формулировку задания;
- Выпишите ключевые слова, чтобы определить объект поиска, сформулировать, какую информацию необходимо найти. Правильно будет дать в запрос одно или два ключевых слова, связанных с искомой темой;
- Откройте браузер и воспользуйтесь наиболее распространенными поисковыми машинами (Яндекс, Google, Rambler, Mail или Nigma);
- Введите запрос и проверьте орфографию запроса;
- Выберите в результатах поиска тот документ, содержание которого ближе к искомой теме, чем остальные, и нажмите на ссылку «найти похожие документы»;
- Изучите несколько (до 10-ти) документов, соответствующих запросу, критически осмысливая, сравнивая и анализируя найденную информацию;
- Заполните форму конспекта (можно копировать фрагменты информации с сайтов);
- Обязательно скопируйте адреса сайтов, информацией которых воспользовались, чтобы дать ссылку на авторство в своем конспекте.
- Министерство обороны РФ: <http://mil.ru/index.htm>;
- Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, ЧС и ликвидации последствий стихийных бедствий <http://www.mchs.gov.ru>

Задание. Работа с информационными источниками: Федеральный закон от 21 декабря 1994 №68 ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера», Федеральный закон от 12.02.1998 N 28-ФЗ «О гражданской обороне».

1) Изучите материал сайтов, выпишите основные законы, регулирующие и определяющие организационные основы по защите населения от ЧС мирного и военного времени. Изучите ниже перечисленные законы РФ, используя представленный алгоритм:

Алгоритм работы с ФЗ РФ:

1. Название закона;
2. Количество глав, статей в законе;
3. Дата вступления в силу ФЗ РФ;
4. Основные понятия, их определения;
5. Наименование статьи, в которой раскрываются обязанности организаций в области защиты населения и территорий от ЧС;
6. Номера статей по особенностям подготовки населения в области защиты от ЧС;
7. Пропаганда правовых знаний в области защиты населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера;

Перечень основных законов, Указов, постановлений:

1. Конституция Российской Федерации;
2. Федеральный закон РФ «О гражданской обороне» от 12.02.1998 г. №28 – ФЗ;
3. Федеральный конституционный закон РФ «О военном положении»;
4. Федеральный закон РФ «О защите населения и территорий от ЧС природного, техногенного характера» от 21.12.1994 г. №68-ФЗ;
5. Федеральный закон РФ «О пожарной безопасности» от 21.12.1994 г. №69-ФЗ;
6. Федеральный закон РФ «О противодействии терроризму» от 06.03.2006 г. №35-ФЗ;
7. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по противодействию терроризму» от 15.02.2006 г. №116;
8. Федеральный закон РФ «О противодействии экстремистской деятельности»;
9. Федеральный закон РФ «О радиационной безопасности населения»;
10. Постановление Правительства РФ от 02.11.2000 г. №841 «Об утверждении положения об организации обучения населения в области гражданской обороны»;
11. Постановление правительства РФ от 30.12.2003 г. №794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций»;
12. Постановление правительства РФ от 04.09.2003 г. № 547 «О подготовке населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
13. Гражданский кодекс РФ;
- 2) Изучите организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени и устно ответьте на контрольные вопросы:

Контрольные вопросы

1. Расскажите о предназначении и структуре МЧС России?
2. Какие задачи в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций возложены на МЧС России?
3. Какие направления в деятельности МЧС России являются на ближайшее время приоритетными?
4. Когда и с какой целью в Российской Федерации была создана Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)?
5. Какие задачи возложены на РСЧС в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций?
6. Какова структура РСЧС?
7. В каких режимах могут работать органы управления и силы РСЧС?
8. С какой целью и в каком составе на объекте экономики создается комиссия по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций и обеспечению пожарной безопасности?
9. Сформулируйте основные задачи, которые могут быть возложены на комиссию по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций и обеспечению пожарной безопасности объекта экономики?
10. Какие задачи выполняет гражданская оборона?
11. Каким образом организовано руководство гражданской обороной в Российской Федерации?
12. Какие нештатные аварийно–спасательные формирования могут создаваться в организациях?
13. Какие спасательные службы обычно организуются в учреждениях и на предприятиях?
14. На основании изученного материала разработайте схему типовой структуры гражданской обороны на объекте экономики с учетом профиля подготовки.

Тема 1.4. Способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций

Методические рекомендации

Перед созданием презентации на компьютере важно определить:

- назначение презентации, ее тему – следует самому понять то, о чем вы собираетесь рассказывать;
- примерное количество слайдов - слайдов не должно быть много, иначе они будут слишком быстро меняться, и времени для записи у слушателей не останется.
- как представить информацию наиболее удачным образом
- содержание слайдов
- графическое оформление каждого слайда

Этапы создания презентации:

1. Планирование презентации - определение целей, изучение аудитории, формирование структуры и логики подачи материала
2. Составление сценария - логика, содержание.
3. Разработка дизайна презентации – определение соотношения текстовой и графической информации.
4. Проверка и отладка презентации.

Требования к оформлению презентаций:

1. Требования к содержанию информации
 - Заголовки должны привлекать внимание аудитории
 - Слова и предложения – короткие
 - Временная форма глаголов - одинаковая
 - Минимум предлогов, наречий, прилагательных
2. Требования к расположению информации.
 - Горизонтальное расположение информации
 - Наиболее важная информация в центре экрана
 - Комментарии к картинке располагать внизу
3. Требования к шрифтам.
 - Размер заголовка не менее 24 пунктов, остальной информации не менее 18 пунктов
 - Не более двух - трех типов шрифтов в одной презентации
 - Для выделения информации использовать начертание: полужирный шрифт, курсив или подчеркивание.

Необходимо использовать так называемые рубленые шрифты (например, различные варианты Arial илиTahoma), причем размер шрифта должен быть довольно крупный.

Предпочтительно не пользоваться курсивом или шрифтами с засечками, так как при этом иногда восприятие текста ухудшается. В некоторых случаях лучше писать большими (заглавными) буквами (тогда можно использовать меньший размер шрифта). Иногда хорошо смотрится жирный шрифт.

Стоит учитывать, что на большом экране текст и рисунки будут видно также (не лучше и не крупнее), чем на экране компьютера. Часто для подписей к рисункам или таблицам выставляется мелкий шрифт (менее 10 пунктов) с оговоркой: "на большом экране все будет видно". Это заблуждение: конечно шрифт будет проецироваться крупнее, но и расстояние до зрителя будет значительно больше.

4. Способы выделения информации.

- Рамки, границы, заливка
- Различный цвет шрифта, ячейки, блока
- Рисунки, диаграммы, стрелки, схемы для иллюстрации наиболее важных фактов

Важно подобрать правильное сочетание цветов для фона и шрифта. Они должны контрастировать, например, фон — светлый, а шрифт – темный, или наоборот. Первый

вариант предпочтительнее, так как текст читается лучше. Черный текст — белый фон не всегда можно назвать удачным сочетанием для презентаций, так как при этом в глазах часто начинает рябить (особенно если шрифт мелкий), а, кроме того, иногда не достигается тот визуальный эффект, который необходим для эффективного восприятия материала. Использование фотографий в качестве фона также не всегда удачно, из-за трудностей с подбором шрифта. В этом случае надо либо использовать более-менее однотонные иногда чуть размытые фотографии, либо располагать текст не на самой фотографии, а на цветной подложке. Иногда целесообразно использование "тематического" фона: сочетание цветов, несущие смысловую нагрузку и т. п. (например, в лекции по сахарам (курс по биохимии) в качестве фона можно использовать поверхность отсканированных кусочков сахара-рафинада).

5. Объем информации и требования к содержанию.

- На одном слайде не более трех фактов, выводов, определений
- Ключевые пункты отражаются по одному на каждом отдельном слайде

Слайды не надо перегружать ни текстом, ни картинками. Лучше избегать дословного "перепечатывания" текста лекции на слайды — слайды, перегруженные текстом, вообще не смотрятся. Лучше не располагать на одном слайде более 2 – 3 рисунков, так как иначе внимание слушателей будет рассеиваться.

Не стоит вставлять в презентации большие таблицы: они трудны для восприятия — лучше заменять их графиками, построенными на основе этих таблиц. Если все же таблицу показать необходимо, то лучше оставить как можно меньше строк и столбцов, привести только самые необходимые данные. Это также позволит сохранить необходимый размер шрифта, чтобы учебная таблица не превратилась в таблицу медицинскую для проверки зрения. При той легкости, с которой презентации позволяют показывать иллюстративный материал, конечно же, хочется продемонстрировать как можно больше картинок. Однако не стоит злоупотреблять этим.

В презентации не стоит использовать музыкальное сопровождение, если конечно оно не несет смысловую нагрузку, так как музыка будет сильно отвлекать и рассеивать внимание — трудно одновременно слушать лектора и музыку.

Анимация допустима либо для создания определенного настроения или атмосферы презентации (в этом случае анимация тем более должна быть сдержанна и хорошо продумана), либо для демонстрации динамичных процессов, изобразить которые иначе просто не возможно (например, для поэтапного вывода на экран рисунка). Если презентация предназначена только для показа (не для печати), то целесообразно "сжимать" картинки до экранного разрешения (76 точек на дюйм), а также использовать рисунки в формате джипег (расширение ".jpg"). Это уменьшит объем презентации и значительно ускорит и упростит работу.

При подготовке мультимедийных презентации докладчик может использовать возможности Интернет.

Компьютерная презентация состоит из отдельных кадров, которые называются слайдами. На каждом слайде можно поместить произвольную текстовую, графическую и аудио информацию, а также видеоклипы. Объекты на слайде могут быть анимированы. При показе презентации человек просто щелкает мышью. Щелчок – и один слайд сменяется другим.

Презентацию можно показывать прямо на компьютере или выводить на большой экран через мультимедийный проектор. Для создания компьютерных презентаций предназначены специальные программы. Одна из самых популярных программ – PowerPoint.

1. «Светлый фон – темный шрифт, темный фон – светлый шрифт». Хорошо сочетаются: белый фон и черный, синий, красный цвета шрифта; синий фон в сочетании

с белым и желтым шрифтом. Предпочтительнее использовать светлый фон и темный шрифт (а не наоборот).

2. Недопустимо использовать, например, белый фон и желтый шрифт, зеленый фон и светло-зеленый шрифт, т.к. на экране текст будет не виден. Не сочетаются синий и красный цвета, т.е. на слайде синего цвета недопустимо использовать красные заголовки и текст. Не приветствуется черный фон в сочетании со светлым шрифтом.

3. Если презентация предназначена для показа в небольшой аудитории, то размер шрифта основного текста должен быть не меньше 18 пт, заголовки – 20 пт и больше. Если презентация предназначена для показа в большом зале – размер шрифта основного текста 28-32 пт, заголовки – 36 пт и более (для шрифта Arial). Если текст не помещается на одном слайде, разбейте его на фрагменты и разместите на нескольких слайдах.

4. Презентация не должна состоять из слайдов, целиком заполненных текстом. Допустимо использовать несколько слайдов со сплошным текстом (особенно в деловых презентациях), но не более 2-3 подряд.

5. Не перегружайте презентацию анимацией, не используйте слишком много разных эффектов. Если слайды однотипные, применяйте к похожим объектам одинаковые эффекты. Анимация не должна быть слишком медленной, иначе слушатели потеряют интерес к тому, что должно появиться на экране.

6. Новые анимированные объекты не должны появляться поверх уже имеющихся на слайде, например, заголовок не должен выезжать поверх картинки.

7. При оформлении слайдов учитывайте, что шрифты с засечками зрительно выглядят меньше (Times New Roman).

8. Фотографии и картинки должны быть достаточно крупными и четкими (лучше с цифровой камеры).

Тема 3.1. Основы обороны государства

Методические рекомендации

Для работы с информационными источниками в самостоятельной работе используйте электронные библиотеки, образовательные порталы, тематические сайты, библиографические базы данных, сайты периодических изданий. Для эффективного поиска в WWW студенты должны уметь и знать:

- чётко определять свои информационные потребности, необходимую ретроспективу информации, круг поисковых серверов, более качественно индексирующих нужную информацию,

- правильно формулировать критерии поиска;

- определять и разделять размещённую в сети Интернет информацию на три основные группы: справочная (электронные библиотеки и энциклопедии), научная (тексты книг, материалы газет и журналов) и учебная (методические разработки, рефераты);

- давать оценку качества представленной информации, отделить действительно важные сведения от информационного шума;

- давать оценки достоверности информации на основе различных признаков, по внешнему виду сайта, характеру подачи информации, её организации;

- студентам необходимо уметь её анализировать, определять её внутреннюю непротиворечивость.

Запрещена передача другим пользователям информации, представляющей коммерческую или государственную тайну, распространять информацию, порочащую честь и достоинство граждан. Правовые отношения регулируются Законом «Об информации, информатизации и защите информации», Законом «О государственной тайне», Законом «Об авторском праве и смежных правах», статьями Конституции об

охране личной тайны, статьями Гражданского кодекса и статьями Уголовного кодекса о преступлениях в сфере компьютерной информации.

При работе с Интернет-ресурсами обращайте внимание на источник: оригинальный авторский материал, реферативное сообщение по материалам других публикаций, студенческая учебная работа (реферат, курсовая, дипломная и др.). Оригинальные авторские материалы, как правило, публикуются на специализированных тематических сайтах или в библиотеках, у них указывается автор, его данные. Выполнены такие работы последовательно в научном или научно-популярном стиле. Это могут быть научные статьи, тезисы, учебники, монографии, диссертации, тексты лекций. На основе таких работ на некоторых сайтах размещаются рефераты или обзоры. Обычно они не имеют автора, редко указываются источники реферирования.

Сами сайты посвящены разнообразной тематике. К таким работам стоит относиться критически, как и к сайтам, где размещаются учебные студенческие работы. Качество этих работ очень низкое, поэтому сначала подумайте, оцените ресурс, а уже потом им пользуйтесь.

В остальном с интернет-ресурсами можно работать как с обычной печатной литературой. Интернет – это ещё и огромная библиотека, где вы можете найти практически любой художественный текст. В интернете огромное количество словарей и энциклопедий, использование которых приветствуется.

При работе с интернетом используйте алгоритм поиска информации:

- Внимательно изучите тему и формулировку задания;
- Выпишите ключевые слова, чтобы определить объект поиска, сформулировать, какую информацию необходимо найти. Правильно будет дать в запрос одно или два ключевых слова, связанных с искомой темой;
- Откройте браузер и воспользуйтесь наиболее распространенными поисковыми машинами (Яндекс, Google, Rambler, Mail или Nigma);
- Введите запрос и проверьте орфографию запроса;
- Выберите в результатах поиска тот документ, содержание которого ближе к искомой теме, чем остальные, и нажмите на ссылку «найти похожие документы»;
- Изучите несколько (до 10-ти) документов, соответствующих запросу, критически осмысливая, сравнивая и анализируя найденную информацию;
- Заполните форму конспекта (можно копировать фрагменты информации с сайтов);
- Обязательно скопируйте адреса сайтов, информацией которых воспользовались, чтобы дать ссылку на авторство в своем конспекте.
- Министерство обороны РФ: <http://mil.ru/index.htm>;

Задание. 1) Работа с информационными источниками: Указ Президента РФ от 12.05.2009 N 537 "О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года»;

2) Подготовка домашней контрольной работы по теме определение порядка взаимодействия Вооруженных Сил России и других войск.

Используя, перечень информационных источников, изучите основные положения (главы, статьи) Указа Президента РФ от 12.05.2009 N 537 "О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года», законспектируйте в тетрадь.

Подготовьте домашнюю контрольную работу в виде конспекта в форме тезисов по теме определение порядка взаимодействия Вооруженных Сил России и других войск и законспектируйте их в тетрадь.

Тематические тезисы:

1. Цели применения Вооруженных Сил Российской Федерации и других войск;

2. Основные формы применения Вооруженных Сил Российской Федерации и других войск;
3. Основные задачи Вооруженных Сил Российской Федерации и других войск;
4. Выполнение задач по предупреждению и пресечению внутренних вооруженных конфликтов;

Тема 3.2. Основы военной службы

Методические рекомендации

Для работы с информационными источниками в самостоятельной работе используйте электронные библиотеки, образовательные порталы, тематические сайты, библиографические базы данных, сайты периодических изданий. Для эффективного поиска в WWW студенты должны уметь и знать:

- чётко определять свои информационные потребности, необходимую ретроспективу информации, круг поисковых серверов, более качественно индексирующих нужную информацию,
- правильно формулировать критерии поиска;
- определять и разделять размещённую в сети Интернет информацию на три основные группы: справочная (электронные библиотеки и энциклопедии), научная (тексты книг, материалы газет и журналов) и учебная (методические разработки, рефераты);
- давать оценку качества представленной информации, отделить действительно важные сведения от информационного шума;
- давать оценки достоверности информации на основе различных признаков, по внешнему виду сайта, характеру подачи информации, её организации;
- студентам необходимо уметь её анализировать, определять её внутреннюю непротиворечивость.

Запрещена передача другим пользователям информации, представляющей коммерческую или государственную тайну, распространять информацию, порочащую честь и достоинство граждан. Правовые отношения регулируются Законом «Об информации, информатизации и защите информации», Законом «О государственной тайне», Законом «Об авторском праве и смежных правах», статьями Конституции об охране личной тайны, статьями Гражданского кодекса и статьями Уголовного кодекса о преступлениях в сфере компьютерной информации.

При работе с Интернет-ресурсами обращайте внимание на источник: оригинальный авторский материал, реферативное сообщение по материалам других публикаций, студенческая учебная работа (реферат, курсовая, дипломная и др.). Оригинальные авторские материалы, как правило, публикуются на специализированных тематических сайтах или в библиотеках, у них указывается автор, его данные. Выполнены такие работы последовательно в научном или научно-популярном стиле. Это могут быть научные статьи, тезисы, учебники, монографии, диссертации, тексты лекций. На основе таких работ на некоторых сайтах размещаются рефераты или обзоры. Обычно они не имеют автора, редко указываются источники реферирования.

Сами сайты посвящены разнообразной тематике. К таким работам стоит относиться критически, как и к сайтам, где размещаются учебные студенческие работы. Качество этих работ очень низкое, поэтому сначала подумайте, оцените ресурс, а уже потом им пользуйтесь.

В остальном с интернет-ресурсами можно работать как с обычной печатной литературой. Интернет – это ещё и огромная библиотека, где вы можете найти практически любой художественный текст. В интернете огромное количество словарей и энциклопедий, использование которых приветствуется.

При работе с интернетом используйте алгоритм поиска информации:

- Внимательно изучите тему и формулировку задания;
- Выпишите ключевые слова, чтобы определить объект поиска, сформулировать, какую информацию необходимо найти. Правильно будет дать в запрос одно или два ключевых слова, связанных с искомой темой;
 - Откройте браузер и воспользуйтесь наиболее распространенными поисковыми машинами (Яндекс, Google, Rambler, Mail или Nigma);
 - Введите запрос и проверьте орфографию запроса;
 - Выберите в результатах поиска тот документ, содержание которого ближе к искомой теме, чем остальные, и нажмите на ссылку «найти похожие документы»;
 - Изучите несколько (до 10-ти) документов, соответствующих запросу, критически осмысливая, сравнивая и анализируя найденную информацию;
 - Заполните форму конспекта (можно копировать фрагменты информации с сайтов);
 - Обязательно скопируйте адреса сайтов, информацией которых воспользовались, чтобы дать ссылку на авторство в своем конспекте.
 - Министерство обороны РФ: <http://mil.ru/index.htm>;

Задание. Работа с информационными источниками: Федеральный закон от 27.05.1998 N 76-ФЗ "О статусе военнослужащих", изучение требований Дисциплинарного устава Вооружённых Сил Российской Федерации.

Изучите N 76-ФЗ с подробным описанием требований Дисциплинарного устава Вооружённых Сил Российской Федерации, законспектируйте их в тетрадь.

Тема 4.1. Порядок и правила оказания первой медицинской помощи

Методические рекомендации

Перед созданием презентации на компьютере важно определить:

- назначение презентации, ее тему – следует самому понять то, о чем вы собираетесь рассказывать;
- примерное количество слайдов - слайдов не должно быть много, иначе они будут слишком быстро меняться, и времени для записи у слушателей не останется.
- как представить информацию наиболее удачным образом
- содержание слайдов
- графическое оформление каждого слайда

Этапы создания презентации:

1. Планирование презентации - определение целей, изучение аудитории, формирование структуры и логики подачи материала
2. Составление сценария - логика, содержание.
3. Разработка дизайна презентации – определение соотношения текстовой и графической информации.
4. Проверка и отладка презентации.

Требования к оформлению презентаций:

1. Требования к содержанию информации
 - Заголовки должны привлекать внимание аудитории
 - Слова и предложения – короткие
 - Временная форма глаголов - одинаковая
 - Минимум предлогов, наречий, прилагательных
2. Требования к расположению информации.
 - Горизонтальное расположение информации
 - Наиболее важная информация в центре экрана
 - Комментарии к картинке располагать внизу
3. Требования к шрифтам.
 - Размер заголовка не менее 24 пунктов, остальной информации не менее 18 пунктов

- Не более двух - трех типов шрифтов в одной презентации
- Для выделения информации использовать начертание: полужирный шрифт, курсив или подчеркивание.

Необходимо использовать так называемые рубленые шрифты (например, различные варианты Arial или Tahoma), причем размер шрифта должен быть довольно крупный.

Предпочтительно не пользоваться курсивом или шрифтами с засечками, так как при этом иногда восприятие текста ухудшается. В некоторых случаях лучше писать большими (заглавными) буквами (тогда можно использовать меньший размер шрифта). Иногда хорошо смотрится жирный шрифт.

Стоит учитывать, что на большом экране текст и рисунки будут видно также (не лучше и не крупнее), чем на экране компьютера. Часто для подписей к рисункам или таблицам выставляется мелкий шрифт (менее 10 пунктов) с оговоркой: "на большом экране все будет видно". Это заблуждение: конечно шрифт будет проецироваться крупнее, но и расстояние до зрителя будет значительно больше.

4. Способы выделения информации.

- Рамки, границы, заливка
- Различный цвет шрифта, ячейки, блока
- Рисунки, диаграммы, стрелки, схемы для иллюстрации наиболее важных фактов

Важно подобрать правильное сочетание цветов для фона и шрифта. Они должны контрастировать, например, фон — светлый, а шрифт — темный, или наоборот. Первый вариант предпочтительнее, так как текст читается лучше. Черный текст — белый фон не всегда можно назвать удачным сочетанием для презентаций, так как при этом в глазах часто начинает рябить (особенно если шрифт мелкий), а, кроме того, иногда не достигается тот визуальный эффект, который необходим для эффективного восприятия материала. Использование фотографий в качестве фона также не всегда удачно, из-за трудностей с подбором шрифта. В этом случае надо либо использовать более-менее однотонные иногда чуть размытые фотографии, либо располагать текст не на самой фотографии, а на цветной подложке. Иногда целесообразно использование "тематического" фона: сочетание цветов, несущие смысловую нагрузку и т. п. (например, в лекции по сахарам (курс по биохимии) в качестве фона можно использовать поверхность отсканированных кусочков сахара-рафинада).

5. Объем информации и требования к содержанию.

- На одном слайде не более трех фактов, выводов, определений
- Ключевые пункты отражаются по одному на каждом отдельном слайде

Слайды не надо перегружать ни текстом, ни картинками. Лучше избегать дословного "перепечатывания" текста лекции на слайды — слайды, перегруженные текстом, вообще не смотрятся. Лучше не располагать на одном слайде более 2 – 3 рисунков, так как иначе внимание слушателей будет рассеиваться.

Не стоит вставлять в презентации большие таблицы: они трудны для восприятия — лучше заменять их графиками, построенными на основе этих таблиц. Если все же таблицу показать необходимо, то лучше оставить как можно меньше строк и столбцов, привести только самые необходимые данные. Это также позволит сохранить необходимый размер шрифта, чтобы учебная таблица не превратилась в таблицу медицинскую для проверки зрения. При той легкости, с которой презентации позволяют показывать иллюстративный материал, конечно же, хочется продемонстрировать как можно больше картинок. Однако не стоит злоупотреблять этим.

В презентации не стоит использовать музыкальное сопровождение, если конечно оно не несет смысловую нагрузку, так как музыка будет сильно отвлекать и рассеивать внимание — трудно одновременно слушать лектора и музыку.

Анимация допустима либо для создания определенного настроения или атмосферы презентации (в этом случае анимация тем более должна быть сдержанна и хорошо продумана), либо для демонстрации динамичных процессов, изобразить которые иначе просто не возможно (например, для поэтапного вывода на экран рисунка). Если презентация предназначена только для показа (не для печати), то целесообразно "сжимать" картинки до экранного разрешения (76 точек на дюйм), а также использовать рисунки в формате джипег (расширение ".jpg"). Это уменьшит объем презентации и значительно ускорит и упростит работу.

При подготовке мультимедийных презентации докладчик может использовать возможности Интернет.

Компьютерная презентация состоит из отдельных кадров, которые называются слайдами. На каждом слайде можно поместить произвольную текстовую, графическую и аудио информацию, а также видеоклипы. Объекты на слайде могут быть анимированы. При показе презентации человек просто щелкает мышью. Щелчок – и один слайд сменяется другим.

Презентацию можно показывать прямо на компьютере или выводить на большой экран через мультимедийный проектор. Для создания компьютерных презентаций предназначены специальные программы. Одна из самых популярных программ – PowerPoint.

1. «Светлый фон – темный шрифт, темный фон – светлый шрифт». Хорошо сочетаются: белый фон и черный, синий, красный цвета шрифта; синий фон в сочетании с белым и желтым шрифтом. Предпочтительнее использовать светлый фон и темный шрифт (а не наоборот).

2. Недопустимо использовать, например, белый фон и желтый шрифт, зеленый фон и светло-зеленый шрифт, т.к. на экране текст будет не виден. Не сочетаются синий и красный цвета, т.е. на слайде синего цвета недопустимо использовать красные заголовки и текст. Не приветствуется черный фон в сочетании со светлым шрифтом.

3. Если презентация предназначена для показа в небольшой аудитории, то размер шрифта основного текста должен быть не меньше 18 пт, заголовки – 20 пт и больше. Если презентация предназначена для показа в большом зале – размер шрифта основного текста 28-32 пт, заголовки – 36 пт и более (для шрифта Arial). Если текст не помещается на одном слайде, разбейте его на фрагменты и разместите на нескольких слайдах.

4. Презентация не должна состоять из слайдов, целиком заполненных текстом. Допустимо использовать несколько слайдов со сплошным текстом (особенно в деловых презентациях), но не более 2-3 подряд.

5. Не перегружайте презентацию анимацией, не используйте слишком много разных эффектов. Если слайды однотипные, применяйте к похожим объектам одинаковые эффекты. Анимация не должна быть слишком медленной, иначе слушатели потеряют интерес к тому, что должно появиться на экране.

6. Новые анимированные объекты не должны появляться поверх уже имеющихся на слайде, например, заголовок не должен выезжать поверх картинки.

7. При оформлении слайдов учитывайте, что шрифты с засечками зрительно выглядят меньше (Times New Roman).

8. Фотографии и картинки должны быть достаточно крупными и четкими (лучше с цифровой камеры).

Задание. 1) Подготовка презентационных материалов по теме: «Факторы, разрушающие здоровье и их профилактика»; 2) Выполнение индивидуального задания по теме: «Профилактика злоупотребления психоактивными веществами»; 3) Подготовка к итоговому тестированию.

1) Подробно изучите содержание темы: «Факторы, разрушающие здоровье и их профилактика» и представьте к защите в виде презентации, четко следуя методическим рекомендациям.

2) Выполните индивидуальное задание по теме: «Профилактика злоупотребления психоактивными веществами»:

- составьте краткий план устного сообщения;
- схематически изобразите, проводимые мероприятия по профилактике злоупотребления психоактивными веществами на уровне общественных организаций, государства;

- предложите собственную стратегию по эффективной пропаганде здорового образа жизни и профилактике злоупотребления психоактивными веществами;

3) Самостоятельно подготовьтесь к итоговому тестированию.

Темы для подготовки к тестированию:

1. Цели и задачи безопасности жизнедеятельности.
2. Классификация чрезвычайных и опасных ситуаций в условиях мирного и военного времени.
3. Предмет, объект исследования БЖД.
4. Государственная система защиты населения от ЧС природного и техногенного характера.
5. Теоретические основы прогнозирования чрезвычайных ситуаций.
6. Применение первичных средств пожаротушения.
7. Принципы, функции, средства, аксиомы безопасности жизнедеятельности.
8. Основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту.
9. Правовые, законодательные и нормативно-технические основы безопасности жизнедеятельности.
10. Планирование и проведение мероприятий гражданской обороны.
11. Организация и проведение мероприятий по защите работающих и населения от негативных воздействий ЧС.
12. Профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту.
13. Порядок использования инженерных сооружений для защиты населения от чрезвычайных ситуаций.
14. Применение средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи в чрезвычайных ситуациях.
15. Организация эвакуационных мероприятий при стихийных бедствиях, авариях и катастрофах в условиях мирного времени.
16. Способы защиты населения от оружия массового поражения.
17. Задачи и основные мероприятия ГО.
18. Применение средств индивидуальной защиты органов дыхания в зоне поражения АХОВ (противогазы, респираторы, ВМП, ГДЗК).
19. Принципы обеспечения устойчивости объектов экономики в техногенных чрезвычайных ситуациях. Прогнозирование и оценка их последствий.
20. Правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуациях природного характера.
21. Основы обороны государства и воинская обязанность.
22. Меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах.
23. Изучение порядка эвакуации населения в мирное и военное время.
24. Правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

25. Организация и порядок призыва граждан на службу и поступления на нее в добровольном порядке.
26. Терроризм как серьезная угроза национальной безопасности России.
27. Вооруженные Силы РФ. Рода и типы войск.
28. Выполнение основных мероприятий по противодействию терроризму.
29. Военская обязанность, ее основные составляющие.
30. Нормирование параметров воздушной среды.
31. Перечень военно-учетных специальностей.
32. Пожарная безопасность. Безопасность оборудования и производственных процессов.
33. Методологические подходы к организации государственной политики безопасности жизнедеятельности на территории РФ.
34. Основные угрозы национальной безопасности Российской Федерации.
35. Сущность международного гуманитарного права.
36. Прохождение военной службы по призыву и по контракту.
37. Определение правовой основы военной службы.
38. Прогнозирование, мониторинг и планирующие мероприятия в предупреждении природных ЧС.
39. Последствия геофизических и метеорологических ЧС природного характера.
40. Прогнозирование, мониторинг и планирующие мероприятия в предупреждении техногенных ЧС
41. Основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности, родственные специальностям ВО.
42. Государственная система защиты населения от вспышек инфекционных заболеваний на территории РФ
43. Основы законодательства в здравоохранении РФ, ВОЗ, ЮНЕСКО.
44. Оказание помощи пострадавшим при электротравме.
45. Дезинфекция, дегазация, дезинфекция.
46. Комплексная система информирования оповещения населения (КСИОН, КСЭОН).
47. Виды ран и общие правила оказания первой помощи пострадавшим.
48. Принципы защиты населения от химических и радиационных поражающих факторов.
49. Первая медицинская помощь при ожогах и отравлениях углекислым и угарным газами.
50. Зона, режимы, критерии ЧС на территории РФ.
51. Классификация природных и техногенных ЧС по масштабу распространения.
52. Защитные сооружения и требования к их организации.
53. Ритуалы и боевые традиции Вооруженных Сил Российской Федерации.
54. Простейшие средства индивидуальной защиты от АХОВ.
55. Поражающие радиационные факторы.
56. Простейшие средства индивидуальной защиты от радиоактивной пыли.
57. Классификация техногенных ЧС на территории Челябинской области.
58. Основные мероприятия по предупреждению и ликвидации ЧС техногенного характера.
59. Принципы оказания помощи пострадавшим при поражении АХОВ.
60. Ликвидация ЧС природного и техногенного характера.

3. Рекомендуемая литература

Печатные издания

1. Косолапова, Н.В. Безопасность жизнедеятельности [Текст]: учебник / Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко. - 9-е изд. - Москва: КНОРУС, 2019. - 192 с. - (Среднее профессиональное образование).
2. Сапронов, Ю.Г. Безопасность жизнедеятельности [Текст]: учебник для СПО / Ю.Г.Сапронов. - 2-е изд.,стер. - М.: Академия, 2018. - 336 с.: ил

Электронные издания (электронные ресурсы)

1. Безопасность жизнедеятельности: учебник и практикум для СПО/ С. В. Абрамова [и др.]; под общ.ред. В.П. Соломина. — Москва: Юрайт, 2020. — 399 с. —Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450781> (дата обращения: 15.09.2020).
2. Белов, С.В. Безопасность жизнедеятельности и защита окружающей среды (техносферная безопасность) в 2 ч.: учебник для СПО / С. В. Белов. — 5-е изд., перераб. и доп. — Москва: Юрайт, 2020. — 350 с. —Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453161> (дата обращения: 15.09.2020).
3. Каракеян, В. И. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для СПО / В. И. Каракеян, И. М. Никулина. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2020. — 313 с. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450749> (дата обращения: 15.09.2020).
4. Резчиков, Е.А. Безопасность жизнедеятельности: учебник для СПО / Е.А. Резчиков, А.В. Рязанцева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Юрайт, 2020. — 639 с. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/465937> (дата обращения: 15.09.2020).

Дополнительные источники

1. Беляков, Г.И. Основы обеспечения жизнедеятельности и выживание в чрезвычайных ситуациях: учебник для СПО / Г. И. Беляков. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва: Юрайт, 2020. — 354 с. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452122> (дата обращения: 15.09.2020).
2. Курдюмов, В.И. Безопасность жизнедеятельности: проектирование и расчет средств обеспечения безопасности: учебное пособие для СПО / В.И. Курдюмов, Б. И. Зотов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Юрайт, 2020. — 257 с. —Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/453176> (дата обращения: 15.09.2020).