

Министерство культуры Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Сибирский государственный институт искусств имени Дмитрия  
Хворостовского»  
Колледж

*Приложение 2 к рабочей программе*

Методические рекомендации  
по освоению учебной дисциплины  
**Основы безопасности жизнедеятельности**  
ОД 01.07 ППССЗ  
по специальности  
53.02.04 Вокальное искусство

Разработчик: преподаватель Иванов И. А.

## **1. Пояснительная записка**

Методические рекомендации для обучающихся по освоению учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» разработаны в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (далее – ФГОС) среднего профессионального образования (далее СПО) по специальности 53.02.04 Вокальное искусство и рабочей программой дисциплины.

Цель методических рекомендаций – обеспечить обучающимся оптимальную организацию процесса изучения дисциплины, а также выполнения различных форм самостоятельной работы.

В современных условиях одним из важнейших требований к специалисту является умение самостоятельно пополнять свои знания, ориентироваться в потоке научной и культурной информации.

Приступая к изучению дисциплины, учащиеся должны ознакомиться: с рабочей программой дисциплины, с настоящими методическими рекомендациями, с фондом оценочных средств, с учебной и методической литературой, имеющейся в библиотеке Института; получить доступ в электронные библиотечные системы; получить в библиотеке рекомендованные учебники и учебно-методические пособия.

Для обеспечения систематической и регулярной работы по изучению дисциплины и успешного прохождения промежуточных и итоговых контрольных испытаний обучающемуся рекомендуется придерживаться следующего порядка обучения:

1. Регулярно изучать все учебные, методические и практические пособия, нормативно-правовые документы, которые проходятся на занятиях, используя различные формы индивидуальной работы.
2. По завершении освоения изученных тем сдавать письменные работы преподавателю.

При регулярном выполнении текущих заданий, активном участии в семинарах и успешном прохождении межсессионной аттестации обучающийся может

претендовать на сокращение программы промежуточной аттестации по дисциплине.

## **2. Характер различных видов учебной работы и рекомендуемая последовательность действий обучающегося («сценарий изучения дисциплины»)**

Работа студента над курсом начинается с прослушивания цикла лекций и подбора литературы, изучение которой осуществляется в период сессии. Лекции необходимо конспектировать. В конспекте каждой лекции обязательно должно быть отражено:

наименование темы,

рекомендуемая литература,

- методические советы лектора,

- основное содержание лекции.

Важнейшей задачей слушания лекций является понимание существа излагаемого и осмысленная запись лишь главного. В процессе слушания лекций, возникшие вопросы можно разрешать на лекции или на консультации у преподавателя.

Важным является выполнение письменных контрольных работ после изучения тем лекций.

## **3. Формы самостоятельной работы**

Самостоятельную работу над курсом начинают с детального ознакомления с программой и прочтения соответствующих глав учебника, с последующим переходом к другой рекомендованной литературе. При отработке отдельных надо придерживаться той, последовательности, в которой они расположены в программе.

Изучаемую литературу, так же, как и лекции, целесообразно конспектировать, так как, выделяя главное и формулируя его своими словами, конспектирующий глубже и полнее осмысливает материал, а так же по записям учебный материал проще и легче восстановить в памяти.

Для более глубокого, осмысленного и прочного усвоения изучаемой литературы определения тех или иных понятий, примеры и положения одного источника следует сравнивать, сопоставлять с тем, как они даются в других источниках, в том числе и в конспектах лекций.

Конспектирование литературы зависит от характера изучаемого материала и назначения конспекта. Вместе с тем с полной определенностью можно утверждать, что конспект сжатый, как правило, ценней пространного; им удобнее пользоваться, особенно если он написан разборчиво, а сама форма записи раскрывает группировку и соподчинение материала. Для этого выделяют главное, второстепенное, примеры. Достигается это путем подчеркивания (в том числе и цветными пастами) отдельных слов или предложений, выделением абзацев и т. п. Конспект особо ценен, если он является как бы сводом различных точек зрения, в том числе и точки зрения автора, если разнообразный материал сведен по возможности в таблицы, схемы, графики.

При подготовке докладов и рефератов, предлагаемых преподавателем, необходимо пользоваться рекомендованными источниками (списками основной и дополнительной литературы по темам). При составлении доклада или реферата студент должен предварительно ознакомиться с рекомендованной литературой, составить структуру-план (состоящий из вступительного раздела, в котором обосновывается важность и актуальность выбранной темы, основного раздела, раскрывающего тему доклада, заключительного раздела, отмечающего пути дальнейших выступлений).

Реферат – это краткое изложение в письменном виде или в форме публичного доклада содержания научного труда (трудов), литературы по теме. Это самостоятельная научно-исследовательская работа студента, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы; приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Содержание реферата должно быть логичным; изложение материала носит проблемно-тематический характер.

Тематика рефератов обычно определяется преподавателем, но в определении темы инициативу может проявить и студент.

### **Рекомендации по подготовке сообщений и реферата.**

На лекционных занятиях вести краткий конспект, используя собственные формулировки. Конспект подразделять на пункты, параграфы, соблюдая красную строку. Наиболее примечательные моменты, определения и т.д. следует сопровождать пометками (например, «важно») или выделять шрифтом или маркерами.

Использовать современные электронные ресурсы, которые содержат огромный объем полезной информации.

При подготовке рефератов изложение материала носит проблемно-тематический характер, показывая различные точки зрения, а также собственный взгляд на проблему. Объем реферата от 5 до 15 печатных листов. Перед началом работы над рефератом следует наметить план и подобрать литературу, рекомендуемую учебной программой, и при необходимости расширить список источников.

1. Структура реферата:
2. Титульный лист
3. Оглавление
4. Введение (дается постановка вопроса, объясняется выбор темы, ее значимости, указывается цель и задачи)
5. Основная часть (состоит из подглав, которые раскрывают отдельную проблему или одну из ее сторон, и являются логическим продолжением друг друга)
6. Заключение (подводятся итоги и даются обобщенные основные выводы)
7. Список литературы (не менее 5 источников. Допускается включение в качестве источников таблиц, графиков, схем).

При практическом применении средств пожаротушения (огнетушители) необходимо изучить инструкцию по их применению. Применить необходимые меры предосторожности.

Темы рефератов студент выбирает самостоятельно, исходя из пройденного материала.

В помощь студентам предлагается список основных терминов.

Самостоятельная работа обучающихся представляет собой логическое продолжение аудиторных занятий. Её значение состоит в закреплении знаний и умений, полученных на аудиторных занятиях, отработке усвоенных ранее навыков.

Учебный материал располагается по курсам в порядке постепенно возрастающей трудности и соответственного усложнения технических и исполнительских навыков.

Успеваемость учащегося и рост его профессионального мастерства, а также общее музыкальное развитие выявляются на контрольных уроках.

На всех контрольных аттестационных точках осуществляется проверка уровня знаний, умений и навыков.

#### **4. Советы по подготовке к текущему, промежуточному и итоговому контролю по дисциплине**

В соответствии с учебным планом обучающиеся в первом семестре проходят промежуточную, а в конце второго семестра – итоговую аттестацию, при этом учитывается письменная работа учащихся, а также доскональное знание изученного материала.

#### **ГЛОССАРИЙ ОСНОВНЫХ ТЕРМИНОВ И ОПРЕДЕЛЕНИЙ, ИЗУЧАЕМЫХ В ДИСЦИПЛИНЕ**

Авария	опасное событие, состоящее во внезапном разрушении каких-либо элементов технических устройств и/или строительных сооружений или в опасном нарушении нормального режима работы или течения каких-либо процессов, представляющее угрозу жизни и здоровью людей, наносящее ущерб имуществу граждан и организаций, природной среде.
Акустические колебания	упругие колебания среды с акустическими частотами
Анализ риска	систематическое использование имеющейся информации для выявления опасностей и количественной оценки риска
Безопасность	состояние объекта и системы, при котором риск не превышает приемлемое обществом значение, а уровни вредных факторов потоков вещества, энергии и информации - допустимых величин, при превышении которых ухудшаются условия существования человека

	и компонентов природной среды
Безопасность жизнедеятельности	наука о комфортном и травмобезопасном взаимодействии человека со средой обитания
Безопасность производственная	состояние производственного процесса, при котором риск не превышает величин, приемлемых для данного производства, и уровень вредных факторов установленных предельно-допустимых значений.
Безопасность труда	состояние трудовой деятельности (труда), обеспечивающее приемлемый уровень ее риска
Безопасность радиационная	состояние объекта или системы, при котором обеспечивается защита от радиации (ионизирующего излучения)
Безопасность экологическая	совокупность состояний, процессов и действий, обеспечивающая экологический баланс в окружающей среде и не приводящая к жизненно важным ущербам (или угрозам таких ущербов), наносимым природной среде и человеку
Взрыв	процесс освобождения большого количества энергии в ограниченном объеме за короткий промежуток времени.
Вибрация	упругие механические колебания малой амплитуды
Вибробользнь	заболевание, вызванное длительным воздействием на организм человека вибрации
Возгорание	явление возникновения горения под действием источника зажигания
Воспламенение	возгорание, сопровождающееся появлением пламени
Вред	утрата, повреждение или ухудшение состояния объекта защиты
Гигиена труда	область медицины, изучающая трудовую деятельность человека и производственную среду с точки зрения их влияния на организм, разрабатывающая меры и нормативы, направленные на оздоровление условий труда и предупреждение профессиональных заболеваний.
Горение	быстро протекающее химическое превращение, окислительно-восстановительный процесс, сопровождающееся выделением значительного количества тепла и обычно ярким свечением (пламенем).
Горючесть	способность веществ и материалов к горению
Горючие материалы	материалы, обладающие горючестью, горение которых продолжается после удаления источника огня, которым они были подожжены.
Гражданская оборона	система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий
Жизнедеятельность	совокупность всех форм человеческой активности в процессе которой осуществляется взаимодействие со средой обитания для удовлетворения потребностей человека
Заземление	преднамеренное электрическое соединение с землей металлических нетоковедущих частей электроустановок, которые могут оказаться под напряжением.
Зануление	преднамеренное электрическое соединение с нулевым защитным проводником металлических нетоковедущих частей электроустановок, которые могут оказаться под напряжением
Идентификация опасности	выявление, оценка возможного воздействия, вероятности опасности, ее пространственно-временных и количественных характеристик, оценка возможных последствий ее реализации
Ионизирующее излучение	излучение, которое, проходя через среду, вызывает ионизацию или возбуждение молекул среды

Катастрофа	явление природы, крупная авария, действия человека, повлекшие за собой многочисленные человеческие жертвы, ущерб здоровью людей, разрушения или уничтожение объектов, материальных ценностей в значительных размерах, а также приведшие к огромному ущербу природной среде.
Культура безопасности (ноксологическая культура)	готовность и способность личности использовать в жизни и деятельности приобретенную совокупность знаний, умений и навыков для обеспечения безопасности в сфере профессиональной деятельности, характера мышления и ценностных ориентаций, при которых вопросы безопасности рассматриваются в качестве приоритета.
Мониторинг	процесс систематического или непрерывного сбора информации о параметрах сложного объекта или процесса.
Несчастный случай	неожиданное и незапланированное событие, сопровождающееся травмой или смертью
Ноксология	учение об опасностях
Ноксосфера	сфера опасностей
Опасная зона	пространство, в котором риск, превышает допустимый и уровень вредных факторов постоянно превышает допустимые уровни
Опасность	потенциальное свойство среды обитания, ее отдельных компонентов, проявляющееся в нанесении вреда объекту защиты, в качестве которого может выступать и сам источник опасности
Оценивание риска	основанная на результатах анализа риска процедура проверки, не превышен ли приемлемый (допустимый) риск
Охрана труда	система сохранения жизни и здоровья работников в процессе трудовой деятельности, включающая в себя правовые, социально-экономические, организационно-технические, санитарно-гигиенические, лечебно-профилактические, реабилитационные и иные мероприятия
Пожар	неконтролируемое горение вне специального очага, причиняющее материальный ущерб, вред жизни и здоровью граждан, интересам общества и государства
Предельно-допустимая концентрация	такая максимальная концентрация химических элементов и их соединений в окружающей среде (среде обитания), которая при повседневном влиянии в течение длительного времени на организм человека не вызывает патологических изменений или заболеваний, устанавливаемых современными методами исследований в любые сроки жизни настоящего и последующего поколений, утверждённый в законодательном порядке санитарно-гигиенический норматив
Предельно-допустимый уровень	такое максимальное значение негативного фактора, которое при повседневном влиянии в течение длительного времени на организм человека не вызывает патологических изменений или заболеваний, устанавливаемых современными методами исследований в любые сроки жизни настоящего и последующего поколений, утверждённый в законодательном порядке санитарно-гигиенический норматив
Производственная деятельность	совокупность действий работников с применением средств труда, необходимых для превращения ресурсов в готовую продукцию
Производственная санитария	система организационных мероприятий и технических средств, предотвращающих или уменьшающих воздействие на работающих вредных производственных факторов, возникающих в рабочей зоне в процессе трудовой деятельности



Проникающая радиация	синоним ионизирующего излучения
Профессиограмма	система признаков, описывающих ту или иную профессию и включающая перечень норм и требований, предъявляемых этой профессией или специальностью к работнику, перечень психологических характеристик, которым должны соответствовать представители конкретных профессиональных групп.
Профессиональное заболевание	заболевание, причиной которого явилось воздействие на человека вредных производственных факторов в процессе трудовой деятельности
Рабочая зона	пространство высотой до 2 метров над уровнем пола или площадки, на которой находятся места постоянного или временного пребывания рабочих мест
Рабочее место	часть рабочей зоны, в которой постоянно или временно находятся работающие в процессе трудовой деятельности
Радиация	синоним излучения
Радиоактивное загрязнение	загрязнение местности и объектов радионуклидами
Радионуклид	нестабильный нуклид, превращающийся в другие нуклиды в результате спонтанных радиоактивных превращений
Риск	мера опасности, характеризующая вероятность или частоту проявления опасности и последствий ее реализации
Риск немотивированный	риск, превышающий приемлемый и необоснованный действиями, связанными с предотвращением аварии или спасением людей и материальных ценностей
Риск антропогенный	сочетание вероятности и последствий наступления неблагоприятного события, обусловленного жизнью и деятельностью человека
Риск индивидуальный	сочетание вероятности и последствий наступления неблагоприятного события для личности
Риск мотивированный	риск, превышающий приемлемый и обоснованный мотивами, связанными с предотвращением аварии или спасением людей и материальных ценностей
Риск приемлемый (допустимый)	минимальная величина риска, которая достижима по техническим, экономическим и технологическим возможностям
Риск производственный	риск, связанный с конкретным производством, производственной деятельностью предприятия
Риск профессиональный	индивидуальный риск, связанный с профессиональной деятельностью человека
Риск социальный	риск для коллектива людей, человеческого общества в целом
Риск техногенный	сочетание вероятности и последствий наступления неблагоприятного события, обусловленного работой технических объектов
Риск экологический	риск, связанный с воздействием на природную среду

Система вентиляции	комплекс устройств, обеспечивающих воздухообмен в помещении, т.е. удаление из помещения загрязненного, нагретого и влажного воздуха и подачу в помещение свежего и чистого воздуха
Среда обитания	окружающая человека среда, способная оказывать на него прямое или косвенное воздействие
Страхование ответственности	страхование имущественных интересов, жизни и здоровья третьих лиц
Терроризм	политика, основанная на систематическом применении террора, идеология насилия и практика воздействия на общественное сознание, на принятие решений органами государственной власти, органами местного самоуправления или международными организациями, связанные с устрашением населения и/или иными формами противоправных насильственных действий.
Террористический акт (теракт)	совершение взрыва, поджога или иных действий, устрашающих население и создающих опасность гибели человека, причинения значительного имущественного ущерба либо наступления иных тяжких последствий, в целях воздействия на принятие решения органами власти или международными организациями, а также угроза совершения указанных действий в тех же целях.
Техносфера	совокупность элементов среды в пределах географической оболочки Земли, созданных из природных веществ трудом и сознательной волей человека и не имеющих аналогов в девственной природе.
Токсикология	медицинская наука, изучающая свойства ядовитых веществ, механизм их действия на живой организм, сущность вызываемого ими патологического процесса (отравления), методы его лечения и предупреждения
Токсикология промышленная	область токсикологии, изучающая действие химических веществ на человека в условиях производства
Токсичность	способность веществ оказывать вредное действие на живые организмы
Травма	повреждение в организме человека, вызванное действием факторов внешней среды
труд	целесообразная деятельность человека, направленная на видоизменение и приспособление предметов природы для удовлетворения своих жизненных потребностей
Устройство защитного отключения	быстродействующая защита, обеспечивающая автоматическое отключение электроустановки при возникновении опасности поражения электрическим током
Ущерб	лишение жизни, телесное повреждение или иное повреждение здоровья; уничтожение или повреждение имущества, повреждение природной среды
Фактор вредный	фактор, воздействие которого на человека может привести к заболеванию, снижению работоспособности и/или отрицательному влиянию на здоровье потомства
Фактор негативный	фактор, отрицательно воздействующий на человека, вызывая ухудшения состояния здоровья, заболевания или травмы, и на природу, ухудшая ее состояние
Фактор опасный (травмирующий, травмоопасный)	фактор, воздействие которого на человека в определенных условиях приводит к травме, острому отравлению или другому внезапному резкому ухудшению здоровья или смерти.

Фактор производственный	Фактор, действующий на человека в производственных условиях
Чрезвычайная ситуация	обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы и значительный материальный и/или экологический ущерб
Шум	апериодические звуки различной интенсивности и частоты, всякий неблагоприятно воспринимаемый человеком звук
Экологический менеджмент	комплексная система наблюдений за состоянием окружающей среды, оценки и прогноза изменений состояния окружающей среды под воздействием природных и антропогенных факторов
Экологическое страхование	страхование ответственности предприятий за загрязнение природной среды и возникающие при этом эколого-экономические и социальные ущербы
Электрический удар	возбуждение живых тканей проходящим через человека электрическим током, сопровождающееся судорожными сокращениями мышц
Электромагнитная волна	колебательный процесс, связанный с изменяющимися в пространстве и во времени взаимосвязанными электрическим и магнитным полями
Электротравма местная	местные нарушения целостности тканей организма, обусловленные воздействием электрического тока
Эргономика	наука, комплексно изучающая человека в конкретных условиях его деятельности в система «человек — машина — среда», соответствие труда физиологическим и психическим возможностям человека, разрабатывающая способы обеспечения эффективной работы, не создающей угрозы для здоровья человека и выполняемой при минимальной затрате сил.

#### Документы для подготовки:

1. Об основах государственной политики Российской Федерации в области гражданской обороны на период до 2030 года (утв. Указом Президента РФ от 20 декабря 2016 г. № 696 ). <http://kremlin.ru/acts/bank/41544>
2. Письмо Минобрнауки РФ «О доработке проектов ФГОС и разработке ПООП» № 05-735 от 23.03.2017 г. (<http://fgosvo.ru/support/139/139/45> )
3. Положение о подготовке населения в области гражданской обороны (утв. постановлением Правительства РФ от 2 ноября 2000 г. N 841). <http://pravo.gov.ru/proxy/ips/?docbody=&nd=102068133&rdk=&backlink=1>
4. Положение о подготовке населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (утв. постановлением Правительства РФ от 4 сентября 2003 г. N 547). <http://pravo.gov.ru/proxy/ips/?docbody=&nd=102083206>
5. Постановление Государственной Думы РФ от 22 сентября 2004 г. № 955-IV ГД «О первоочередных задачах по обеспечению безопасности граждан Российской Федерации, национальной безопасности Российской Федерации в условиях активизации деятельности международного терроризма на территории Российской Федерации». [http://pravo.gov.ru/proxy/ips/?doc\\_itself=&nd=102088675&page=1&rdk=0&intelsearch=%F2%E5%F0%F0%EE%F0%E8%E7%EC#I0](http://pravo.gov.ru/proxy/ips/?doc_itself=&nd=102088675&page=1&rdk=0&intelsearch=%F2%E5%F0%F0%EE%F0%E8%E7%EC#I0)
6. Федеральный закон от 21.12.1994 N 69-ФЗ «О пожарной безопасности». <http://www.consultant.ru/cons/cgi/online.cgi?req=doc&base=LAW&n=341901&fld=134&dst=100000001,0&rnd=0.2664849095505881#043466819935123646>

7. Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. N 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_5295/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_5295/)

8. Федеральный закон от 12 февраля 1998 года N 28-ФЗ «О гражданской обороне». [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_17861/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_17861/)