

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
«Сибирский государственный институт искусств имени Дмитрия Хворостовского»
Приложение 2 к рабочей программе

**Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины
Безопасность жизнедеятельности**

Специальность 54.05.03 Графика

Составитель: доцент Иванов И. А.

Пояснительная записка

Методические указания по освоению дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» разработаны в соответствии с ФГОС ВО специалитета и рабочей программой дисциплины.

Цель методических рекомендаций помочь студентам оптимально организовать процесс изучения дисциплины.

Приступая к изучению дисциплины «Безопасность жизнедеятельности», студенты должны ознакомиться с рабочей программой дисциплины, настоящими методическими указаниями, фондом оценочных средств, а также с учебной, научной 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 студенту рекомендуется придерживаться следующего порядка обучения:

1. Регулярно изучать каждую тему дисциплины, используя различные формы индивидуальной работы.
2. Согласовывать с преподавателем виды работы по изучению дисциплины.
3. По завершении отдельных тем передавать выполненные работы (рефераты) преподавателю.

При регулярном выполнении текущих заданий, регулярном посещении занятий и успешном прохождении межсессионной аттестации студент может претендовать на сокращение программы промежуточной (итоговой) аттестации по дисциплине.

Формы самостоятельной работы

Работа с литературой. При самостоятельном изучении дисциплины кроме учебной литературы студенту необходимо использовать руководящие документы, ГОСТы по безопасности труда и чрезвычайным ситуациям, периодические издания соответствующей тематики.

Овладение методическими приемами работы с литературой - одна из важнейших задач студента. Работа с литературой включает следующие этапы:

1. Предварительное знакомство с содержанием;
2. Углубленное изучение текста с преследованием следующих целей: усвоить основные положения; усвоить фактический материал; - логическое обоснование главной мысли и выводов;
3. Составление плана прочитанного текста. Это необходимо тогда, когда работа не конспектируется, но отдельные положения могут пригодиться на занятиях, при выполнении курсовых, дипломных работ, для участия в научных исследованиях.
4. Составление тезисов.

Рекомендации по подготовке лекций, докладов и рефератов.

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 8-10 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.

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 |
| Виброблезнь | 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 |

| | |
|----------------------------------|---|
| Пределно-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 |
| Пределно-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. |

Советы по подготовке итоговому контролю по дисциплине

При подготовке к зачету студенту следует опираться, прежде всего, на конспект лекций и свои рабочие материалы, на рекомендованные преподавателем учебники и словари. Просматривать весь материал по названным источникам лучше всего последовательно по порядку.

Регулярная подготовка к занятиям в течение семестра позволит использовать время зачетной недели для систематизации знаний.

Если в процессе самостоятельной работы над изучением теоретического материала у студента возникают вопросы, разрешить которые самостоятельно не удастся, необходимо обратиться к преподавателю для получения у него разъяснений или указаний. Свои вопросы можно задать на текущих консультациях в период семестра и на обязательной групповой консультации.

Особое внимание при подготовке к зачету нужно обратить на термины, зафиксированные в рабочем словаре, который представлен выше.