

Смоленский колледж телекоммуникаций (филиал)  
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения  
высшего образования  
«Санкт-Петербургский государственный университет телекоммуникаций  
им. проф. М.А.Бонч-Бруевича»

Утверждаю

Заместитель директора по УР



И.А. Овчинникова

« 14 » 05 2025 г.

## МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТАМИ

по дисциплине **СГ.03 Безопасность жизнедеятельности**

специальность: 09.02.13 Интеграция решений с применением технологий  
искусственного интеллекта

преподаватель: Костюков Сергей Алексеевич

форма обучения – очная

Составлены в соответствии с рабочей программой дисциплины, утвержденной  
« 14 » 05 2025 г.

Рассмотрены на заседании методической комиссии  
общепрофессиональных и телекоммуникационных дисциплин

Протокол № 11 от « 14 » 05 2025г.

Председатель МК  Т.В. Ващенко

Методист  О.Г. Ряска

## **Содержание**

1	Пояснительная записка	3
2	Особенности организации внеаудиторной самостоятельной работы студентов	5
3	Виды самостоятельной работы по дисциплине Безопасность жизнедеятельности	6
4	Критерии оценки результатов самостоятельной работы студентов	9
	Приложение	

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Самостоятельная работа – вид учебной деятельности студента, требующий большой подготовительной деятельности преподавателя Безопасности жизнедеятельности. Самостоятельная работа позволяет оптимально сочетать теоретическую и практическую составляющие обучения. При этом обеспечивается переосмысление места и роли теоретических знаний, их упорядочивание, что, в конечном счёте, приводит к повышению мотивации студентов в их освоении. Самостоятельная работа планируется и организуется с целью:

- углубления и расширения теоретических знаний;
- систематизации и закрепления практических умений студентов;
- формирования умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развития познавательных способностей и активности студентов (творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности);
- формирования самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развития исследовательских умений.

Продуманная организация этой работы позволяет оперативно обновлять содержание образования.

В процессе выполнения самостоятельных работ у студентов формируются:

- умение учиться,
- умение осуществлять поиск и интерпретировать информацию,
- повышение ответственности за собственное обучение.

Самостоятельная работа – это планируемая работа студентов, выполняемая по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. Она предназначена не только для овладения учебной дисциплиной, но и для формирования навыков самостоятельной работы вообще, в учебной, научной, профессиональной деятельности, способности принимать на себя ответственность, самостоятельно решать проблемы, находить конструктивные решения, выход из кризисной ситуации и т.д. Таким образом, значимость самостоятельной работы студента выходит далеко за рамки отдельной дисциплины, играя существенную роль в развитии самостоятельности как черты характера, личностного качества, выраженного в способности мыслить, анализировать ситуации, вырабатывать собственное мнение, действовать по собственной инициативе, независимо от навязываемых взглядов.

Продумывая формы организации самостоятельной работы по учебной дисциплине, преподаватель должен исходить из нескольких позиций:

- необходимые знания, умения и навыки, которые должен показать студент в результате выполнения всех заданий, выносимых на самостоятельное изучение (в соответствии с целью и задачами изучаемой дисциплины);
- формирование креативности студента в процессе изучения дисциплины и способности нестандартно мыслить при выполнении заданий для самостоятельной работы;
- развитие активной исследовательской позиции студента;
- воспитание чувства ответственности за своевременное выполнение задания.

Методические указания и рекомендации позволяют студенту выявить главное и второстепенное в изучаемой дисциплине, увидеть связь теории и практики, развивают

способность к анализу полученных результатов, формируют способность формулировать тактические подходы к выполнению поставленных задач, например, по подготовке к практическим занятиям и получению итогового дифференцированного зачёта.

Таким образом, самостоятельная работа студентов способствует развитию у них творческой активности, совершенствованию мыслительных навыков, а также воспитывает личность будущего профессионала.

Студент, приступающий к изучению дисциплины «Безопасность жизнедеятельности», получает информацию обо всех видах самостоятельной работы, об объеме и видах самостоятельной работы. Перед выполнением студентами самостоятельной внеаудиторной работы преподаватель проводит инструктаж по выполнению задания, который включает: цель задания, его содержание, сроки выполнения, ориентировочный объем работы, основные требования к результатам работы, критерии оценки.

## **2. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

При предъявлении видов заданий на внеаудиторную самостоятельную работу рекомендуется использовать дифференцированный подход к студентам. Перед выполнением студентами внеаудиторной самостоятельной работы преподаватель проводит инструктаж по выполнению задания, который включает:

- цель задания,
- содержание,
- сроки выполнения,
- ориентировочный объем работы,
- основные требования к результатам работы,
- критерии оценки.

В процессе инструктажа преподаватель предупреждает студентов о возможных типичных ошибках, встречающихся при выполнении задания. Инструктаж проводится преподавателем за счет объема времени, отведенного на изучение дисциплины.

Во время выполнения студентами внеаудиторной самостоятельной работы и при необходимости преподаватель может проводить консультации за счет общего бюджета времени, отведенного на консультации.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами студентов в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений студентов.

Контроль результатов внеаудиторной самостоятельной работы студентов может осуществляться в пределах времени, отведенного на обязательные учебные занятия по дисциплине и внеаудиторную самостоятельную работу студентов по учебной дисциплине, может проходить в письменной, устной или смешанной форме, с представлением изделия или продукта творческой деятельности студента. В качестве форм и методов контроля внеаудиторной самостоятельной работы студентов могут быть использованы зачеты, тестирование, самоотчеты, защита творческих работ, письменная проверка и др.

### 3. ВИДЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

#### СГ.03 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНДЕЯТЕЛЬНОСТИ

На самостоятельную работу студентов по СГ.03 Безопасность жизнедеятельности РУП отводится 12 часов

#### Тема 1.2. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.

Цель ВСР: закрепление и расширение полученных теоретических знаний, развитие познавательных способностей, самостоятельности, развитие исследовательских умений.

Трудоемкость

Количество заданий (задач, упражнений)	Характер задачи (обязательный/ рекомендательный)	Норма времени (в часах по рабочей программе)	Срок выполнения (в неделях)	Форма представления материала	Форма контроля каждого задания
Задание 1	Обязательный	2	1 неделя	Доклад на бумажном носителе	Устный опрос

**Задание №1.** Подготовить доклад по теме: « Перспективы развития безопасности жизнедеятельности»

**Рекомендации по выполнению:** Используя литературу и Интернет-ресурсы письменно выполнить доклад (1 уровень сложности на 5-7 листах, 2 уровень сложности на 7-10 листах, 3 уровень сложности на 10-13 листах) на бумажном носителе по образцу Приложения.

Информационное обеспечение:

Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.] ; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511659>

#### Тема 1.3. Чрезвычайные ситуации военного времени

Цель ВСР: закрепление и расширение полученных теоретических знаний, развитие познавательных способностей, самостоятельности, развитие исследовательских умений

Трудоемкость

Количество заданий (задач, упражнений)	Характер задачи (обязательный/ рекомендательный)	Норма времени (в часах по рабочей программе)	Срок выполнения (в неделях)	Форма представления материала	Форма контроля каждого задания
Задание 1	Обязательный	1	1 неделя	Реферат-конспект, Реферат-обзор, Реферат-доклад	Письменная проверка
Задание 2	Обязательный	1	1 неделя	Бланк отчета в тетради для практических работ	Устный опрос

**Задание №1.** Подготовить реферат по теме: «Поражающие факторы чрезвычайных

ситуаций военного времени»

**Рекомендации по выполнению:** Используя литературу и Интернет-ресурсы

(1 источник Реферат-конспект, 2 источника Реферат-обзор, 3 источника Реферат-обзор) письменно выполнить на бумажном носителе реферат по образцу Приложения.

Информационное обеспечение:

1. Безопасность жизнедеятельности : учебник и практикум для среднего профессионального образования / С. В. Абрамова [и др.]; под общей редакцией В. П. Соломина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 399 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-02041-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/511659>

**Задание №2.** Подготовиться к выполнению практических работ №1,2.

**Рекомендации по оформлению результатов:** заполнить бланки отчетов в рабочих тетрадях.

#### **Тема 1.4. Оценка последствий чрезвычайных ситуаций**

Цель ВСР: закрепление и расширение полученных теоретических знаний, развитие

познавательных способностей, самостоятельности, развитие исследовательских умений

Трудоемкость

Количество заданий (задач, упражнений)	Характер задачи (обязательный/ рекомендательный)	Норма времени (в часах по рабочей программе)	Срок выполнения (в неделях)	Форма представления материала	Форма контроля каждого задания
Задание 1	Обязательный	2	1 неделя	Доклад на бумажном носителе	Устный опрос

**Задание №1.** Подготовить доклад по теме: «Нормы радиационной безопасности военного времени.

**Рекомендации по выполнению:** Используя анализ существующих докладов и рефератов в сети на данную тему письменно выполнить доклад (1 уровень сложности на 5-7 листах, 2 уровень сложности на 7-10 листах, 3 уровень сложности на 10-13 листах) на бумажном носителе по образцу Приложения.

Интернет-ресурсы:

1.МЧС России [Электронный ресурс]:[официальный сайт].- Режим доступа: [www. mchs. gov. Ru](http://www.mchs.gov.ru)

#### **Тема 1.5. Защита населения и территории при авариях (катастрофах) на производственных объектах**

Цель ВСР: закрепление и расширение полученных теоретических знаний, развитие

познавательных способностей, самостоятельности, развитие исследовательских умений

Трудоемкость

Количество заданий (задач, упражнений)	Характер задачи (обязательный/ рекомендательный)	Норма времени (в часах по	Срок выполнения (в	Форма представления материала	Форма контроля каждого
----------------------------------------	--------------------------------------------------	---------------------------	--------------------	-------------------------------	------------------------

		рабочей программе	неделях)		задания
Задание 1	Обязательный	2	1 неделя	Реферат на бумажном носителе	Устный опрос
Задание 2	Обязательный	2	1 неделя	Бланк отчета в тетради для практических работ	Устный опрос

**Задание №1.** Подготовить реферат по теме: «Порядок и правила действий при возникновении пожара, пользовании средствами пожаротушения».

**Рекомендации по выполнению:** Используя Интернет-ресурсы (1 источник Реферат-конспект, 2 источника Реферат-обзор, 3 источника Реферат-обзор) письменно выполнить на бумажном носителе реферат по образцу Приложения.

Интернет-ресурсы:

1.МЧС России [Электронный ресурс]:[официальный сайт].- Режим доступа: [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru)

**Задание №2.** Подготовиться к выполнению практических работ № 3,4

**Рекомендации по оформлению результатов:** заполнить бланки отчетов в рабочих тетрадях.

#### **Тема 1.6. Обеспечение безопасности при неблагоприятной социальной обстановке**

2. Цель ВСР: закрепление и расширение полученных теоретических знаний, развитие

познавательных способностей, самостоятельности, развитие исследовательских умений

3. Трудоемкость

Количество заданий (задач, упражнений)	Характер задачи (обязательный/ рекомендательный)	Норма времени (в часах по рабочей программе)	Срок выполнения (в неделях)	Форма представления материала	Форма контроля каждого задания
Задание 1	Обязательный	1	1 неделя	Реферат-конспект, Реферат-обзор, Реферат-доклад	Письменная проверка
Задание 2	Обязательный	1	1 неделя	Бланк отчета в тетради для практических работ	Устный опрос

**Задание №1.** Подготовить реферат по теме: «Тerrorизм-угроза всему мировому сообществу»

**Рекомендации по выполнению:** Используя Интернет-ресурсы (1 источник Реферат-конспект, 2 источника Реферат-обзор, 3 источника Реферат-обзор) письменно выполнить на бумажном носителе реферат по образцу Приложения.

Интернет-ресурсы:

1.МЧС России [Электронный ресурс]:[официальный сайт].- Режим доступа: www. mchs. gov. Ru

**Задание №2.** Подготовиться к выполнению практических работ №4

**Рекомендации по оформлению результатов:** заполнить бланки отчетов в рабочих тетрадях.

#### **4. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

Критериями оценки результатов самостоятельной работы студентов являются:

- уровень усвоения студентом учебного материала;
- умение студента использовать теоретические знания и практические умения при выполнении профессиональных задач;
- уровень сформированности общих компетенций;
- оформление материала в соответствии с рекомендациями;
- обоснованность и четкость изложения материала;
- уровень оформления работы.

### 1. Требования, предъявляемые к докладам:

Стандартный доклад — краткое информативное сообщение по конкретному вопросу. В нем приводят различные точки зрения на предмет исследования и высказывают собственную позицию в рамках тематической проблематики.

В процессе подготовки научного доклада студент проделывает серьезную научно-исследовательскую работу, учится анализировать, самостоятельно находить ответы на сложные вопросы, доступно преподносить информацию.

#### Структура

**вступление.** Часть приветствия;

**введение.** Здесь формулируется актуальность, новизна, обоснование темы, цели и задачи;

**основная часть.** В ней содержится материал по теме, анализ результатов, перечислены методы исследования;

**заключение.** В этом разделе докладчик подводит итоги по каждой главе и работе в целом, прописывает рекомендации и перспективы изучения темы.

Приведенные выше элементы непосредственно относятся к тексту. Остальные являются неотъемлемой частью доклада как вида самостоятельной работы:

- **титульный лист.** Содержит подробную информацию об учебном заведении, учащемся и преподавателе.
- **содержание.** Обычно это 2-я страница. В содержании последовательно перечисляются главы и параграфы основного текста;
- **список использованных источников.** Их должно быть минимум 5. Отдельным источником считаются различные статьи в одном и том же сборнике (журнале, книге и т. д.);
- **приложения.** На усмотрение автора. К приложениям относятся графики, таблицы, схемы, иллюстрации и т. п.

#### Оформление доклада

##### Технические требования

При оформлении придерживайтесь следующих параметров:

- объем не более 10 страниц (при формате листа А4). Приложения не учитываются;
- шрифт Times New Roman, 14 кегль, книжная ориентация;
- отступы: справа — 1,5 см, слева — 3 см, сверху и снизу — 2 см, красная строка — 1 см. Выравнивание по ширине;
- межстрочный интервал — 1,5 см;
- затекстовые ссылки оформляйте с помощью квадратных скобок. Вначале идет номер источника по порядку из списка литературы, а после запятой — страница;
- после заголовков точка не нужна. Заголовки выделяются жирным (подзаголовки жирным и курсивом) и отделяются отступом сверху и снизу;
- нумерация проставляется начиная со 2 страницы справа внизу. Титульный не нумеруется;
- не оформляйте текст различными цветами и шрифтами.

##### Требования по содержанию

В письменном варианте можно использовать только научный стиль изложения — в этом его принципиальное отличие от других видов работ, а также от устного варианта.

Полезные советы по подготовке и оформлению:

1. Проверьте наличие лишних пробелов.
2. Не нумеруйте ссылки на источники в черновиках.

3. Объясняйте сложные термины и понятия. Основная ваша задача — сделать так, чтобы слушатели все поняли.
4. Не делайте устный и письменный варианты текста идентичными. Устный текст может быть проще, с элементами разговорной речи.
5. Создавайте автоматически собираемое оглавление;
6. Убедитесь, что в тексте нет грамматических и стилистических ошибок.

## 2. Требования, предъявляемые к рефератам

Реферат-конспект приводит только основные положения, тесно связанные с темой текста. Оценивается на «удовлетворительно» 7-10 листов 1 глава

Продуктивные рефераты представлены рефератом-обзором и рефератом-докладом.

Реферат-обзор составляется на основании нескольких первичных текстов, дает сопоставление различных точек зрения по конкретному вопросу. Оценивается на «хорошо» 11-15 листов не менее 2 глав

Реферат-доклад имеет развернутый характер, наряду с анализом информации, приведенной в первоисточнике, дает объективную оценку состояния проблемы. Оценивается на «Отлично» 16-20 листов

3-4 главы

### 1.1 Структура реферата

1.1.1 Реферат должен быть построен по структуре, которая является общепринятой для научных трудов. Основными элементами этой структуры в порядке их расположения являются: титульный лист; содержание (оглавление); введение; основная часть; заключение; библиографический список; интернет-ресурсы (запись сайтов); приложения; тезисы реферата.

1.1.2 Титульный лист является первой страницей реферата.

1.1.3 После титульного листа помещается содержание. Содержание должно состоять из введения, основной части, заключения, списка использованных источников, интернет - ресурсов и приложений, то есть содержать все разделы работы с указанием страниц. Номер страниц проставляют в центре нижней части листа. Так как первая страница работы (титульный лист) не нумеруется, то фактически нумерация начинается со второй страницы, где располагается содержание.

1.1.4 Во введении кратко обосновывается актуальность выбранной темы, цель и содержание поставленных задач.

1.1.5 Содержание основной части должно точно соответствовать теме реферата и полностью её раскрывать.

1.1.6 Заключение содержит основные выводы, к которым автор пришел в процессе анализа избранного материала. При этом должна быть подчеркнута их самостоятельность, новизна, теоретическое значение полученных результатов. (При оценке работ учитывается и грамотность текста.)

1.1.7 В конце реферата приводится список использованных источников. Записываются интернет-ресурсы (сайты, с которых была взята информация).

1.1.8 В приложении размещаются вспомогательные или дополнительные материалы (рисунки, фотографии, таблицы, графики, схемы и т.д.). Предусмотренные в работе иллюстрации следует располагать так, чтобы их было удобно рассматривать без поворота страницы или с поворотом её по часовой стрелке. Все иллюстрации, кроме таблиц, обозначаются надписью «Рисунок» и нумеруются арабскими цифрами. Через тире пишется название иллюстрации с большой буквы. Надпись помещается внизу под рисунком и подрисуочным текстом, если таковой имеется.

### 1.2 Требования к оформлению реферата

1.2.1 Текст реферата должен быть отпечатан на одной стороне белой бумаги хорошего качества формата А 4 через 1,5 интервала, поля: слева – 20мм, справа – 10мм, сверху и снизу – по 20мм, шрифт Times New Roman 14.

1.2.2 Реферат должен содержать не более 20 страниц текста. Работа представляется в одном экземпляре. Текст работы разбивается на разделы, которые в свою очередь делятся на

подразделы. Номера подразделов состоят из двух цифр, разделённых точкой, точка в конце не ставится. Каждый новый раздел начинается с нового листа. Названия разделов пишутся прописными буквами с абзацного отступа. Названия подразделов – строчными буквами (первая - прописная). Точки после названия разделов и подразделов не ставятся. Если заголовок состоит из двух и более предложений. То они разделяются точкой. Названия разделов и подразделов должны быть краткими и соответствовать содержанию текста. В заголовках не допускаются переносы слов, сокращения и подчёркивания. Расстояние между заголовком и текстом должно быть четыре интервала при выполнении работы на компьютере. В приложении каждая таблица должна быть пронумерована и иметь название. Слово «Таблица» и её номер (без символа №) располагают над таблицей в крайнем левом положении. На все иллюстрации и таблицы в тексте должны быть ссылки, например, «...на рисунке 2» или «... в таблице 1».

1.2.3 Работы, написаны от руки, не принимаются.

1.2.4 Оформление титульного листа дано в приложении 1.

2. Требования к оформлению тезисов реферата

2.1 Текст тезисов должен быть выполнен в формате А 4 через 1,5 интервала с полями слева-20мм, справа-10мм, сверху и снизу-20мм, шрифт Times New Roman

2.2 Тезисы рефераты должны содержать только текст и не должны содержать графики, таблицы, схемы.

2.3 Объём тезисов не должен превышать трёх страниц.

2.4 Тезисы рефераты должны быть тщательно отредактированы, не содержать ошибок.

3. Куда отправлять реферат.

На электронную почту колледжа по адресу: E-mail: college@collegetel.ru

Содержание

Введение;

Несколько глав (от 2 до 5);

Заключение;

Информационное обеспечение

Введение

Во введении реферата должны быть: актуальность темы реферата; цель работы; задачи, которые нужно решить, чтобы достигнуть указанной цели; краткая характеристика структуры реферата (введение, три главы, заключение и библиография); краткая характеристика использованной литературы.

Объем введения для реферата - 1-1,5 страницы.

Глава 1

Главы реферата могут делиться на параграфы (если реферат небольшой, то лучше этого не делать). Заголовок параграфа пишется строчными буквами с заглавной, размещается «по ширине страницы» и с отступом красной строки. Пропуска строки между заголовком параграфа и последующим текстом не делается. Главы и параграфы реферата нумеруются. Точка после номера не ставится. Номер параграфа реферата включает номер соответствующей главы, отделяемый от собственного номера точкой, например: «1.3». Заголовки не должны иметь переносов и подчёркиваний, но допускается выделять их «жирностью» или курсивом.

Если реферат очень маленький (общий объем - 8-10 стр.), то план реферата обходится вообще без глав - в плане между введением и заключением просто ставят «Основная часть». «Основная часть» идет как заголовок единственной главы. Главы нумеруются. Каждая глава располагается с новой страницы.

Заключение

В заключении реферата приводятся ответы на поставленные во введении задачи, дается общий вывод и делается заключение о достижении цели реферата.

Информационное обеспечение

Приводится список источников информации

