



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)  
«РЕГИОНАЛЬНЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ В Г. МИРНОМ»  
«УДАЧНИНСКИЙ ГОРНТЕХНИЧЕСКИЙ ФИЛИАЛ»**

**РАССМОТРЕНО И РЕКОМЕНДОВАНО  
К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ  
на заседании МО филиала «Удачинский»  
ГАПОУ РС(Я) «МРТК»  
Протокол №34  
от «19» \_05\_ 2021 г.**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ  
по выполнению практических работ по дисциплине  
ОП.05 БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Составитель: Крылова А.Т.,  
преподаватель**

**Удачный, 2021 год**

## Аннотация

Методические рекомендации предназначены для студентов очной формы обучения, изучающих дисциплину «Безопасность жизнедеятельности» по направлению подготовки 21.00.00

В сборнике представлены разнообразные задания по практической работе, предназначенные для углубления и закрепления знаний студентов, даны указания по их выполнению, составлены контрольные вопросы и определены формы контроля.

Настоящие методические рекомендации составлены на основе Примерной программы общеобразовательной учебной дисциплины: «Безопасность жизнедеятельности» для профессиональных образовательных организаций, рекомендованной Федеральным государственным автономным учреждением «Федеральный институт развития образования» (ФГАУ «ФИРО») в качестве примерной программы для реализации основной профессиональной образовательной программы СПО на базе основного общего образования с получением среднего общего образования

## СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
1. Перечень практических работ.....	6
2. Структура и содержание практических работ.....	7
3. Общие требования к выполнению практической работы.....	25
4. Заключение .....	25
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	26

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящие методические рекомендации составлены на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) среднего профессионального образования (далее СПО), рабочей программы по истории и предназначены для организации практической работы на занятиях для студентов. Рекомендации предназначены для оказания помощи обучающимся при выполнении практических работ.

Практическое занятие - это одна из форм учебной работы, которая ориентирована на закрепление изученного теоретического материала, его более глубокое усвоение и формирование умения применять теоретические знания в практических целях. Она направлена на повышение качества подготовки компетентного конкурентоспособного специалиста, приспособленного к самостоятельной профессионально-ориентированной деятельности на основе сформированных знаний, умений, опыта, общих и профессиональных компетенций, включающими в себя способность:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

ОК 10. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных знаний.

Практические занятия являются важной формой, способствующей усвоению курса отечественной и мировой истории. Основные задачи этих занятий сводятся к тому, чтобы

научить обучающихся, самостоятельно мыслить, способствовать расширению общей исторической культуры. Работы, носящие репродуктивный характер, отличаются тем, что при их проведении студенты пользуются подробными инструкциями, в которых указаны: цель работы, порядок выполнения работы, таблицы, учебная и специальная литература. Работы, носящие частично-поисковый характер, требуют от обучающихся выбор способов выполнения работы, поиск справочной литературы. Работы, носящие поисковый характер, отличаются тем, что обучающиеся должны решить новую для них проблему, опираясь на имеющиеся у них теоретические знания.

Тематика, содержание и количество часов, отводимое на практические занятия, зафиксированы в рабочей программе дисциплины безопасность жизнедеятельности. При изучении дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» предусмотрено выполнение 15 часов практических работ. В методических рекомендациях к практическим работам приведены темы практических работ, критерии их оценивания.

Практические занятия содержат инструкцию к выполнению работ, включающую: цель работы; пояснения (теория, основные факторы т.п.); порядок выполнения заданий; учебную, нормативную и специальную литературу.

При проведении практических занятий следует использовать различные формы организации работы обучающихся: фронтальную, групповую, индивидуальную. Каждая из них позволяет решать определенные дидактические задачи: разнообразить работу обучающихся, повышать ответственность каждого студента за самостоятельное выполнение полного объема работ, повышать качество подготовки обучающихся.

Основными этапами практического занятия являются:

- проверка знаний обучающихся – их теоретической подготовленности к занятию;
- инструктаж, проводимый преподавателем;
- выполнение заданий, работ, упражнений, решение задач;
- последующий анализ и оценка выполненных работ и степени овладения, обучающихся запланированными умениями.

#### **Критерии оценки результатов практической работы студентов:**

*Оценка «5» выставляется, если студент:*

- безошибочно выполнил задание;
- обнаружил усвоение всего объема знаний, умений и практических навыков в соответствии с программой;
- сознательно излагает материал устно и письменно, выделяет главные положения в тексте, легко дает ответы на видоизмененные вопросы;

- точно воспроизводит весь материал, не допускает ошибок в письменных работах;
- свободно применяет полученные знания на практике.

***Оценка «4» выставляется, если студент:***

- обнаружил знание программного материала;
- осознанно излагает материал, но не всегда может выделить существенные его стороны;
- обладает умением применять знания на практике, но испытывает затруднения при ответе на видоизмененные вопросы;
- в ответах допускает неточности, легко устраняет замеченные недостатки.

***Оценка «3» выставляется, если студент:***

- обнаружил знание программного материала, но испытывает затруднения при его самостоятельном воспроизведении и требует дополнительных уточняющих вопросов преподавателя;
- предпочитает отвечать на вопросы воспроизводящего характера;
- испытывает затруднения при ответе на видоизмененные вопросы;
- в устных и письменных ответах допускает ошибки.

***Оценка «2» выставляется, если студент:***

- имеет отдельные представления о материале;
- в устных и письменных ответах допускает грубые ошибки.

## 1. ПЕРЕЧЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

№	Темы практических работ	Объ ем час ов
<b>Раздел I. Обеспечение безопасности жизнедеятельности в ЧС</b>		
1	Подготовить доклад на тему Характеристика, причины возникновения и способы ликвидации техногенных ЧС при открытых добыче полезных ископаемых.	2
2	Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника	1
3	Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий	2
<b>Раздел II. «Основы медицинских знаний»</b>		
1	Отработка алгоритм действий при экстренной реанимаций помощи пострадавшему. Первая медицинская помощь при кровотечениях, ранений, переломах, ушибах. Сердечно-легочная реанимация	2
<b>Раздел III.</b>		
<b>Основы военной службы и обороны государства</b>		
1	Строевая подготовка. Огневая подготовка	4
2	Заработная плата. Существует несколько типов вида зарплаты. У каждого из них есть положительные и отрицательные стороны. Проанализируйте именно с этой точки зрения, перечисленные далее виды зарплаты и запишите вывод. 1. Сдельная 2. Повременная 3. Доход	4
	Всего	15

## СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

### Практическая работа № 1

**Тема:** Подготовить доклад на тему Характеристика, причины возникновения и способы ликвидации техногенных ЧС при открытых добыче полезных ископаемых.

**Цель :**

1. Научиться убедительно и кратко излагать свои мысли в устной форме. (Эффективно продавать свой интеллектуальный продукт).
2. Донести информацию до слушателя, установить контакт с аудиторией и получить обратную связь.

Ход работы:

1. Подберите необходимую литературу (старайтесь пользоваться несколькими источниками для более полного получения информации).
2. Тщательно изучите материал учебника по данной теме, чтобы легче ориентироваться в необходимой вам литературе и не сделать элементарных ошибок.
3. Изучите подобранный материал (по возможности работайте карандашом, выделяя самое главное по ходу чтения).
4. Составьте план сообщения (доклада).
5. Напишите текст сообщения (доклада).

**Доклад** – публичное сообщение, представляющее собой развёрнутое изложение определённой темы.

**Этапы подготовки доклада**

1. Определение цели доклада.
2. Подбор необходимого материала, определяющего содержание доклада.
3. Составление плана доклада, распределение собранного материала в необходимой логической последовательности.
4. Общее знакомство с литературой и выделение среди источников главного.
5. Уточнение плана, отбор материала к каждому пункту плана.
6. Композиционное оформление доклада.
7. Заучивание, запоминание текста доклада, подготовки тезисов выступления.
8. Выступление с докладом.

**Композиционное оформление доклада** – это его реальная речевая внешняя структура, в ней отражается соотношение частей выступления по их цели, стилистическим особенностям, по объёму, сочетанию рациональных и эмоциональных моментов, как правило, элементами композиции доклада являются: вступление, определение предмета выступления, изложение, заключение.

**Вступление** помогает обеспечить успех выступления по любой тематике.

Вступление должно содержать:

- название доклада;
- сообщение основной идеи;
- современную оценку предмета изложения;
- краткое перечисление рассматриваемых вопросов;
- интересную для слушателей форму изложения;
- акцентирование оригинальности подхода.



Выступление состоит из следующих частей:

**Основная часть**, в которой выступающий должен раскрыть суть темы, обычно строится по принципу отчёта. Задача основной части: представить достаточно данных для того, чтобы слушатели заинтересовались темой и захотели ознакомиться с материалами.

**Заключение** - это чёткое обобщение и краткие выводы по излагаемой теме.

**Время на выполнение практической работы** 2 часа.

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю

## Практическая работа № 2

**Тема:** Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.

**Цель :** Ознакомление с глобальной проблемой современности – терроризмом

Ход работы:

1. Создать памятку по действиям при угрозе теракта
2. Правила поведения при захвате в качестве заложника
3. Выполнить первое задание по мерам безопасности при террористических актах по группам:

- Группа № 1 – «Население»

Практическое задание: «Прогремел взрыв. Ваши действия?»

- Группа № 2 – «Секретари»

Практическое задание: «Возник пожар. Ваши действия?»

- Группа № 3 – «Персонал объекта»

Практическое задание: «Вы оказались под завалом. Ваши действия?»

- Группа № 4 – «Руководители объектов»

Практическое задание: «Вас захватили в заложники. Как вы будете себя вести?»

4. Выполнить второе задание по мерам безопасности при террористических актах по группам:

- Группа № 1 – «Население»

Практическое задание:

Составить памятки населению по предотвращению террористических актов и при обнаружении предмета, похожего на взрывоопасный.

- Группа № 2 – «Секретари»

Практическое задание:

Составить памятки секретарю при получении угрозы по телефону и контрольный лист наблюдений при угрозе по телефону.

- Группа № 3 – «Персонал объекта»

Практическое задание:

Составить памятки персоналу объекта по предотвращению террористических актов и при обнаружении предмета, похожего на взрывоопасный.

- Группа № 4 – «Руководители объектов»

5. Сдать работу.

**Время на выполнение практической работы 1 часа.**

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

### **Практическая работа № 3**

**Тема:** Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий

**Цель:** закрепить знания основных мер защиты и правил поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций военного времени

**Задачи:** - определить цели и задачи Единой дежурно – диспетчерской службы Российской Федерации;

- научиться определять основные действия при сигналах и полученной информации о ЧС;

- акцентировать внимание на то, что правильные действия при получении информации приводят к сохранению жизни.

**Методические рекомендации по выполнению работы:**

1. Объяснить, для каких целей подаётся сигнал «Внимание всем!» и что необходимо сделать по этому сигналу. При выполнении задания можно использовать раздел «Дополнительные материалы».
2. Подготовь сообщение на тему «Создание в Российской Федерации единых дежурно-диспетчерских служб (ЕДДС) на базе телефона 01. Положительный эффект, полученный в результате этого мероприятия».
3. Используя средства массовой информации и Интернет, привести конкретные примеры обращения граждан Российской Федерации в единую дежурно-диспетчерскую службу и быстрого реагирования служб МЧС на сигналы населения.
4. Заполнить в тетрадях для практических работ карточку – вкладыш.

#### **Выводы**

1. Основным способом оповещения населения о чрезвычайных ситуациях в мирное время и в условиях войны, а также доведения до населения информации об обстановке и его действиях в сложившихся условиях является речевая информация с использованием государственных и местных сетей проводного, радио- и телевизионного вещания.

2. Перед подачей речевой информации даётся предупредительный сигнал «Внимание всем!» (гудки, сирены).

3. Умелые и чёткие действия каждого гражданина по сигналу «Внимание всем!» и строгое соблюдение правил поведения позволят своевременно принять меры защиты, сохранить и спасти жизнь себе и окружающим.

#### **Дополнительные материалы**

Сигнал тревоги «Внимание всем!»

Услышав сигнал, немедленно включите радио, телевизор для прослушивания экстренных сообщений штаба гражданской обороны.

Сообщите соседям и родственникам о случившемся, приведите домой детей и действуйте согласно полученной вами информации.

При необходимости эвакуации выполните следующие рекомендации:

- соберите в небольшой чемодан (рюкзак) вещи первой необходимости, документы, деньги, ценности;

- налейте в ёмкость с плотно закрывающейся крышкой питьевую воду, приготовьте консервированные и сухие продукты питания;

- подготовьте квартиру к консервации (закройте окна, балконы; перекройте подачу газа, воды, электроэнергии; приготовьте второй экземпляр ключей для сдачи в РЭУ; возьмите необходимую одежду и средства индивидуальной защиты);

- окажите помощь престарелым и больным, проживающим по соседству.

Чтобы встретить во всеоружии любое стихийное бедствие или аварию, постарайтесь с помощью работников вашего РЭУ или районного управления ГОЧС заполнить прилагаемую карточку-вкладыш, ознакомьте с ней всех членов вашей семьи и соседей. Жизнь полна неприятных неожиданностей, и пренебрегать полезной информацией по меньшей мере неразумно.

#### **Карточка-вкладыш**

1. Номера телефонов РЭУ (ЖЭК, ДЭЗ и т. п.), где вы проживаете: \_\_\_\_\_
2. Размеры средств индивидуальной защиты органов дыхания для каждого члена семьи:  
противогазы \_\_\_\_\_  
респираторы \_\_\_\_\_
3. Средства индивидуальной защиты вы получите по адресу: \_\_\_\_\_
4. Местонахождение (адрес) защитного сооружения, в котором укрывается ваша семья: \_\_\_\_\_
5. Населённый пункт (адрес), куда вы эвакуируетесь: \_\_\_\_\_
6. Номер сборного эвакуационного пункта (СЭП) и его адрес: \_\_\_\_\_
7. Время прибытия на СЭП: \_\_\_\_\_  
(По материалам специалиста в области ОБЖ Г. Е. Цвилюка)

#### **Контрольные вопросы:**

1. С какой целью создаются системы оповещения населения при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций?
2. Как организованы централизованные системы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях?
3. Для каких целей создаётся единая дежурно-диспетчерская служба на базе телефона
4. Как вы будете действовать, если по радио услышали об угрозе наводнения (например, в результате гидродинамической аварии) и распоряжение об эвакуации? Что возьмёте с собой в первую очередь? Обоснуйте свой ответ.

**Время на выполнение практической работы 2 часа.**

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

## Практическая работа № 4

### Тема:

Отработка алгоритм действий при экстренной реанимаций помощи пострадавшему.

Первая медицинская помощь при кровотечениях, ранений, переломах, ушибах.

Сердечно-легочная реанимация

**Цель:** Овладеть основными приемами оказания первой помощи при различных видах травм.

**Задание 1.** Изучите виды травм и правила оказания первой помощи при различных видах травм и ответьте на контрольные вопросы.

1. Что такое травма?
2. Какие факторы приводят к травмам
3. Приведите примеры открытых и закрытых травм

**Задание 2:** На твоих глазах грузовой машиной сбит пешеход. Он без сознания, лежит на спине. Его лицо в крови, правая нога неестественно подвернута, а вокруг нее растекается лужа крови. Дыхание шумное, с характерным свистом на вздохе.

*Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности:*

1. наложить импровизированную шину на правую ногу.
2. вытереть лицо от крови и подложить под голову подушку
3. повернуть пострадавшего на живот
4. отчистить ротовую полость от слизи и крови
5. убедиться в наличии пульса на сонной артерии
6. наложить стерильную повязку на кровоточащую рану
7. оттащить пострадавшего с проезжей части на безопасное место
8. вызвать скорую помощь
9. оставить пострадавшего на месте и ждать прибытия скорой помощи
10. наложить кровоостанавливающие жгуты

Правильные ответы: 5, 3, 4, 10, 1, 8, 9

**Задание 3:** У пострадавшего в ДТП гражданина нет пульса на сонной артерии.

Оказавшиеся на месте происшествия граждане решили оказать ему помощь и проводят сердечно-легочную реанимацию, уложив его на толстый слой свежего снега, прикрытый тонким одеялом. В чем ошибка?

*Ответ:* непрямой массаж сердца требует твердой подстилающей поверхности, иначе грудину не продавить.

**Задание 3.** Расставьте в правильном порядке действия по наложению бинтовой повязки «чепец».

Закрывать рану стерильной салфеткой, пользуясь пинцетом.

1. Попросить пострадавшего или помощника удерживать концы бинта натянутыми и слегка разведенными в стороны.
2. Сделать два закрепляющих циркулярных тура вокруг головы через лоб и затылок.

3. Следующий тур выполнить вокруг отрезка бинта, удерживаемого пострадавшим, и направить по затылочной области на противоположную сторону к другому концу бинта.
4. Уложить приготовленный отрезок узкого бинта длиной 70 см на темени в виде ленты так, чтобы его концы спускались вниз впереди ушных раковин.
5. Обернув тур вокруг противоположного конца бинта-завязки, вернуться по лобно-теменной области к первоначальному отрезку бинта-завязки и повторите все действия, постепенно приближая каждый тур к центру головы, пока повязка не закроет всю теменную часть.
6. Оставшийся конец бинта обернуть и завязать вокруг любого конца бинта-завязки и связать под подбородком с противоположной
7. завязкой. Остатки бинта отрезать ножницами.
8. Встать лицом к пострадавшему.

**Задание 4.** Отработайте навыки наложения пострадавшим различных **видов повязок**:

- повязки «чепец» с бинтованием головы;
- «черепашьей» повязки с бинтованием коленного сустава;
- повязки на глаз;
- спиральной повязки на грудь;
- крестообразной повязки на кисть.

**Время на выполнение практической работы** 4 часа.

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

## **Практическая работа № 5**

**Тема:** Строевая подготовка.

Огневая подготовка

**Цель :** Формирование умений и навыков движения строевым шагом.

### **Задание 1. Движение строевым шагом**

Используя изученный теоретический материал выполнить следующий порядок действий:

- по команде руководителя «ШАГОМ-МАРШ» начать движение строевым шагом согласно принятой методике;
- по команде руководителя «БЕГОМ-МАРШ» перейти на движение с бегом;
- по команде руководителя «ШАГОМ-МАРШ» перейти с бега на строевой шаг;
- по команде руководителя «СТОЙ» остановиться и занять по стойку смирно.

**Тема:** Повороты в движении. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении.

#### **Выполнить повороты в движении**

Используя изученный теоретический материал выполнить следующий порядок действий:

- по команде руководителя «ШАГОМ-МАРШ» начать движение строевым шагом;
- по команде руководителя «НАПРАВО» выполнить поворот направо согласно принятой методике;
- по команде руководителя «НАЛЕВО» выполнить поворот налево согласно принятой методике;

- по команде руководителя «КРУГОМ» выполнить движение кругом;
- по команде руководителя «ШАГОМ-МАРШ» перейти на строевой шаг;
- по команде руководителя «СТОЙ» остановиться на месте.

#### **Выполнение строевой стойки**

Используя изученный теоретический материал выполнить следующий порядок действий:

- по команде руководителя «СТАНОВИСЬ» занять соответствующее положение;
- по команде «ВОЛЬНО» занять соответствующее положение;
- выполнение упражнений по команде руководителя «НАПРАВО», «НАЛЕВО», «КРУГОМ» в соответствии с принятой методикой.

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавател

**Тема:** Неполная разборка и сборка автомата.

**Цель работы:** Формирование умений и навыков выполнения неполной разборки и сборки автомата Калашников 74.

#### **Задание 2. Огневая подготовка. Выполнить неполную разборку автомата**

Используя изученный теоретический материал выполнить следующий порядок действий:

- отделить магазин;
- вынуть пенал с принадлежностью;
- отделить шомпол;
- отделить крышку ствольной коробки;
- отделить газовую трубку со ствольной накладкой;
- отделить затворную раму с затвором;
- отделить затвор от затворной рамы;
- отделить возвратный механизм;
- отделить затворную раму с затвором;
- отделить затвор от затворной рамы;
- отделить газовую трубку со ствольной накладкой.

#### **Задание 2. Выполнить сборку автомата после неполной разборки**

- присоединить газовую трубку со ствольной накладкой;
- присоединить затвор к затворной раме;
- присоединить затворную раму с затвором к ствольной коробке;
- присоединить возвратный механизм;
- присоединить крышку ствольной коробки;
- спустить курок с боевого взвода и поставить на предохранитель;
- присоединить шомпол;
- вложить пенал в гнездо приклада;
- присоединить магазин к автомату.

**Время на выполнение практической работы** 4 часа.

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

#### **Контрольные вопросы**

1. Какие строи бывают?
2. Для чего применяется одношереножный и двухшереножный строй?
3. Команды, подаваемые для перестроения?

**Время на выполнение практической работы** 4 часа.

**Итог работы:** Составить отчет и показать преподавателю.

## Практическая работа № 5

**Тема:** Заработная плата. Существует несколько типов вида зарплаты. У каждого из них есть положительные и отрицательные стороны.

Проанализируйте именно с этой точки зрения, перечисленные далее виды зарплаты и запишите вывод.

1. Сдельная
2. Повременная
3. Доход

**Цель:** Познакомится с видами заработной платы. Раскрыть основные отличия заработной платы.

**Задачи:**

1. Показать значимость заработной платы в жизни человека.
2. Научить правильно, распределять заработанные средства.
3. Научит уважать свой труд, умение зарабатывать достойную заработную плату.

**Рабочая сила человек** – это специфический товар на рынке труда. Цена рабочей силы – заработная плата. Люди, продающие свою рабочую силу, - это наемные работники. К ним относятся и рабочие, и служащие.

Наемный работник всегда стремится к высокой зарплатой, а работодатель, наоборот, заинтересован платить как можно меньше, чтобы за счет этого увеличить свою прибыль. Но все же не может наниматель и наемный работник не могут обходиться друг без друга: работодатели без наемных работников не могут организовать производственную деятельность фирмы, а наемные работники без работодателей остаться, без средств существования.

Администрация и наемный работник договариваются о взаимных обязанностях друг к другу, о характере, содержании и условии труда, о размере его оплате. Такое соглашение называется трудовым контрактом. По этому договору наемный работник обязуется выполнить определенную работу за ту величину зарплаты, которая для него приемлема.

Все работники делятся на три категории: рабочие, занятые физическим трудом; служащие, занятые умственным трудом; высший управленческий персонал. В США доля занятых умственным трудом среди всех работников составляет примерно 60%, доля управленческого персонала – примерно 10%, остальные 30% - занятые физическим трудом. В российской экономики пока число рабочих превышает число служащих, но постепенно в составе трудовых ресурсов будет расти число служащих и снижаться количество рабочих.

**Каждый труд имеет свою цену – зарплату.**

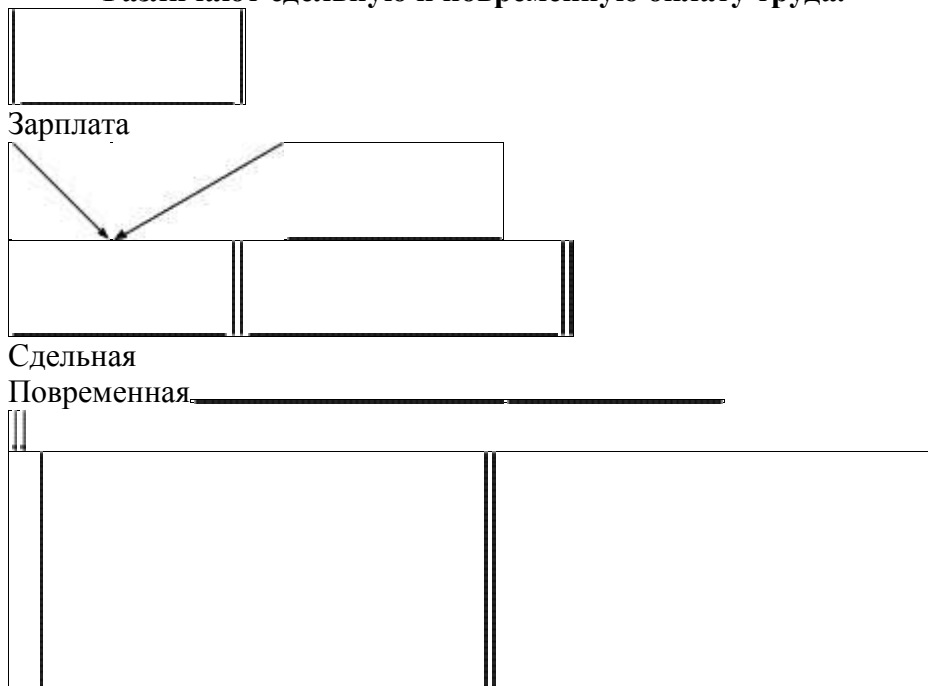
В основе распределение доходов лежит принцип эффективности труда, на практике это требование не осуществимо. При оплате труда определяющим является уровень образования и длительный трудовой стаж, а не фактическая производительность труда. Вознаграждение за труд обычно обсуждается в ходе переговоров работника и наниматель. Трудовой контракт заключается, если договорная заработная плата устраивает претендента на рабочие место и воспринимается им как справедливая. Таким образом, один и тот же размер зарплаты в одной и той же профессии не может быть оценен всеми людьми одинаковой как справедливый. Справедливость в определении уровня зарплаты

устанавливается индивидуально каждым работником. По существу, всякая зарплата является договорной и воспринимается каждым отдельным работником либо как справедливая, либо как несправедливая.

По закону существует нижняя граница зарплаты – минимальная зарплата, которая устанавливается государством и едина для всех.

**Зарплата** – основной источник денежных доходов людей. От нее зависит их благополучие и мера потребления.

**Различают сдельную и повременную оплату труда.**



Труд оплачивается в зависимости от количества изготовленной продукции. Труд оплачивается в зависимости от затраченного времени.

**Если оплата производится за каждое изготовленное изделие за определенную выполненную производственную операцию или работу, то такая форма оплаты называется сдельной.** Сдельная зарплата зависит от количества выполненных производственных операций или изготовленных изделий. Чем больше работник сделал, тем выше сумма, которая ему выплачивается. Сдельная оплата применяется там, где можно подсчитать количество произведенной продукции. При изменении технологий производства, условия труда изменяются и расценки по сдельной оплате.

Чем меньше времени работник затрачивает на изготовление одного изделия, тем выше производительность его труда, тем больше и размер сдельной зарплаты. А производительность труда зависит от квалификации, профессионализма, опыта, знаний, образования, а так же от организации труда, от качества машин и оборудования.

Когда труд оплачивается в зависимости от затраченного времени, от числа отработываемых часов, дней, то такую форму оплаты труда называют повременной.

**Почасовая норма оплаты – это тарифная ставка.**

**Начисление повременной зарплаты за месяц по определенному тарифу – это месячный оклад.** Размер тарифных ставок и месячных окладов зависит от квалификации работника, от его образования, занимаемой им должности, от характера выполняемой работы, от региона.

**Разный уровень оплаты труда:**



1. При сдельной оплате труда одни работники получают больше, другие – меньше, в зависимости от количества произведенной продукции.
  2. Некоторым работникам выплачиваются премии за эффективность труда, а так же за ночную, сложную и вредную работу.
  3. Сверхурочные выплаты – дополнительное вознаграждение по более высокой ставке за сверхурочно проработанное время.
  4. Трудовой стаж. Опытным работникам выплачивается более высокая зарплата, чем молодым специалистам. В некоторых видах профессии оклад растет в зависимости от стажа.
  5. Региональные надбавки к основной зарплате.
  6. Квалифицированный и более ответственный труд оплачивается выше, чем неквалифицированный и менее ответственный. Высококвалифицированный специалист может выполнить самую сложную работу.
  7. Возможно, получения доли прибыли компании к основной зарплате или окладу.
- Существуют профессии с тяжелыми, опасными или вредными для здоровья условиями труда. Труд в таких неблагоприятных условиях, конечно, оплачивается выше, чем труд в нормальных условиях. И наконец, нужно дать понятие о номинальной и реальной зарплате.

**Номинальная зарплата** – это те деньги, которые работники получают на руки в классе предприятия за определенный период времени (за месяц).

**Реальная зарплата** – это количество товаров и услуг, которое работник может купить на эти деньги, т.е. на свой заработок, свой номинальные доходы.

Реальная зарплата зависит от номинальной зарплаты и от уровня цен на товары и услуги. Чем больше номинальная зарплата и чем ниже цены, тем выше достаток работника, и наоборот.

Если цены повышаются, то стоимость денег меняется, они обесцениваются.

**Инфляция** – это не прерывный рост уровня цен.

Допустим, что работник 2 года получает заработанную плату в размере 1000 рублей в месяц. Но за это время из-за инфляции цены на большинство товаров выросли в 3 раза. Это означает, что работник на ту же сумму денег может купить товаров в 3 раза меньше, чем 2 года назад, т.е. номинальная его зарплата осталась без изменений, а реальная – сильно уменьшилась. Но ведь каждого работающего, прежде всего, волнует, сколько он может купить нужных ему товаров на свой заработок. Поэтому главный интерес представляет именно реальная зарплата.

Вопросы:

1. Что должно быть оговорено сторонами при заключение трудового договора?
2. На каких условиях вы бы согласились предоставить нанимателю свою рабочую силу?
3. Существует ли справедливая зарплата?
4. Что такое сдельная зарплата? От чего зависит его размер?
5. Какую зарплату называют повременной?
6. Что такое тариф? В какой форме оплаты труда он применяется?
7. От чего зависит размер повременной зарплате?
8. Какие виды профессий соответствует сдельной (повременной) оплате труда?
9. У кого, на ваш взгляд, зарплата должна быть выше: у летчика-испытателя или у продавца; у врача или почтальона, у милиционера или у дворника? Почему?
10. Почему даже у представителя одной и той же профессии может быть разный уровень оплаты труда?
11. Сказываются ли условия труда на уровень зарплаты?
12. Что такое номинальная зарплата?

13. Что означает реальная зарплата? От чего она зависит?
14. Как называется ситуация непризывного роста цен?
15. Как изменяется реальная зарплата под условием инфляции?
16. Что для работника важнее номинальная или реальная зарплата? Почему?

#### Практикум 1. Заработанная плата.

Существует несколько типов вида зарплаты. У каждого из них есть положительные и отрицательные стороны. Проанализируйте именно с этой точки зрения, перечисленные далее виды зарплаты и запишите вывод.

№ п/п	Виды зарплаты	Положительные стороны	Отрицательные стороны
1	Сдельная		
2	Повременная		
3	Доход предпринимателя		

Ответьте на вопрос: «Какая форма труда вас больше всего устраивает и почему?»

Задача. Столяр сделал 15 стульев, а ученик столяра – 6 стульев за день. Оплата работы за один стул равна – 15 рублей.

На сколько больше получил столяр по сравнению с учеником? Как называется такая форма оплаты труда?

Ответ: на 135 рублей больше, (сдельная).

**Прожиточный минимум** – это сумма, которая требуется человеку для оплаты жилья, неотложных услуг и для приобретения самых необходимых продуктов питания и промышленных товаров. На эти деньги человек должен быть в состоянии приобрести все необходимые для существования, исходя из действующих цен.

Величина прожиточного минимума определяется специалистами. Она рассчитывается в каждой стране исходя из уровня цен и минимально необходимого набора благ и услуг. В разных странах величина прожиточного минимума различна.

Прожиточный минимум в странах развитой экономикой – это нижняя граница заработной платы, т.е. прожиточный минимум там равен размеру минимальной оплате труда. В этих странах все работодатели по закону обязаны оплачивать труд своих работников не ниже минимальной зарплаты, установленной государством и равной прожиточному минимуму. Если предприятию не по силам платить минимальную заработную плату, оно объявляется банкротом и его по закону следует ликвидировать. Так обстоят дела в развитых капиталистических странах.

Прожиточный минимум существенно зависит от цен, поэтому в условия инфляции он также непрерывно изменяется.

#### Практикум

Задание. Составление трудового контракта между наемным работником и администрацией предприятия.

Речь должна идти о конкретной вакантной должности.

Контракт должен составляться письменно в произвольной форме, но содержать обязательные пункты:

- 1) Вид работы и его характер;
- 2) Продолжительность рабочего времени в часах;
- 3) Вид и размер оплаты труда;
- 4) Срок действия контракта в виде числа, месяца, на которое он заключен;
- 5) Подпись обоих договаривающихся сторон.
- 6) Укажите в договоре какую вы хотите получать заработную плату за свой труд.

## Форма трудового договора

1. Предприятие (организация) \_\_\_\_\_  
(наименование)

в лице \_\_\_\_\_

(должность, фамилия, имя, отчество)

именуемое в дальнейшем «Предприятие»,

и гражданин \_\_\_\_\_

(фамилия, имя, отчество)

Именуемое в дальнейшем «Работник», заключили настоящий договор о нижеследующем.

2. \_\_\_\_\_ Работник

\_\_\_\_\_ (фамилия, имя, отчество)

Принимается \_\_\_\_\_ на

работу \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (наименование структурного подразделения предприятия: Цех, отдел, лаборатория и т.д.)

По \_\_\_\_\_ профессии,

должности \_\_\_\_\_

(полное наименование профессии, должности)

Квалификации \_\_\_\_\_

(разряд, квалификационная категория)

3. Договор является договором по основной работе, договором по совместительству (нужное подчеркнуть).

4. Вид договора: на неопределенный срок (бессрочный),

На \_\_\_\_\_ определенный \_\_\_\_\_ срок

(указать причину заключения срочного договора)

На \_\_\_\_\_ время \_\_\_\_\_ выполнения \_\_\_\_\_ определенной \_\_\_\_\_ работы

(указать причину)

5. Срок действия договора:

Начало \_\_\_\_\_  
работы \_\_\_\_\_

Окончание \_\_\_\_\_ работы

6.Срок испытания:

Без испытания,

С \_\_\_\_\_ испытательным

сроком \_\_\_\_\_  
(продолжительность испытательного срока)

7.Работник должен выполнять следующие обязанности

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

8. \_\_\_\_\_ Предприятие

обязано организовать труд работника, создать условия для безопасного и эффективного труда, оборудовать рабочее место в соответствии с правилами охраны труда и техники безопасности, своевременно выплачивать обусловленную договором заработную плату

---

---

---

9. Обязанность работодателя по обеспечению условия работы на рабочем месте с указанием компенсаций и льгот работнику за тяжелые, особо тяжелые работы и работы с вредными, особо вредными или опасными условиями труда

---

---

---

10. Гарантия согласно Указу Президента РФ от 21 апреля 1993 года № 471 «О дополнительных мерах по защите трудовых прав граждан Российской Федерации».

11. Особенности режима рабочего времени: неполный рабочий день, неполная рабочая неделя, почасовая работа (нужное подчеркивать).

12. Работнику устанавливается:

Должность оклада (тарифная ставка) \_\_\_\_\_ р. в месяц

Или \_\_\_\_\_ р. за 1 час работы,

Надбавка (доплата) \_\_\_\_\_ р. (в % к ставке, окладу),

(указать вид доплат, надбавок)

Другие выплаты \_\_\_\_\_

13. Работнику устанавливается ежегодный отпуск продолжительностью:

основной \_\_\_\_\_ рабочих дней, дополнительный \_\_\_\_\_ рабочих дней.

14. Другие условия договора, связанные со спецификой труда

---

---

---

Адрес сторон и подписи

Работник      Предприятие (работодатель)

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Адрес \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

отчество, должность)

(фамилия, имя,

Рефлексия:

1. Что должно быть оговорено сторонами при заключение трудового договора?
2. На каких условиях вы бы согласились предоставить нанимателю свою рабочую силу?
3. Существует ли справедливая зарплата?
4. Что такое сдельная зарплата? От чего зависит его размер?

## ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ

1. Перед выполнением практической работы необходимо повторить теоретический материал, используя рекомендованную литературу, конспект лекций и теоретическую часть работы.
2. Студенты обязаны иметь при себе линейку, карандаш, тетрадь для выполнения практических работ, атлас, контурные карты.

#### **Критерии оценивания работ:**

«5» - работа выполнена в полном объёме с соблюдением необходимой последовательности. Студенты работают полностью самостоятельно: подбирают необходимые для выполнения предлагаемых работ источники знаний, практическое умение и навыки.

«4» - самостоятельная работа выполняется учащимися в полном объёме и самостоятельно. Допускаются отклонения от необходимой последовательности выполнения, не влияющие на правильность конечного результата. Работа показывает знание основного теоретического материала и овладение умениями, необходимыми для самостоятельного выполнения работы.

«3» - работа выполняется при помощи преподавателя. Обучающиеся показывают знания теоретического материала, но испытывают серьёзные затруднения при самостоятельной работе.

«2» - выставляется в том случае, когда обучающиеся не подготовлены к выполнению работы. Показывается плохое знание теоретического материала и отсутствие необходимых умений.

#### **Требования к технике безопасности при выполнении практических работ**

- Вход в аудиторию осуществляется только по разрешению преподавателя.
- На первом занятии преподаватель проводит первичный инструктаж по технике безопасности и напоминает студентам о бережном отношении к оборудованию и о материальной ответственности каждого из них за сохранность оборудования и обстановки.
- При обнаружении повреждений оборудования персональную ответственность несут студенты, выполнявшие работу на этом оборудовании. Виновники обязаны возместить материальный ущерб.

- Если во время проведения работы на оборудовании замечены какие-либо неисправности оборудования, необходимо немедленно сообщить об этом преподавателю.
- После окончания работы рабочее место следует привести в порядок.

### **Общие требования к оформлению работы**

Значительная часть практических работ выполняется в рабочей тетради студента. При выполнении работ требования по оформлению практической работы определяются преподавателем. Оптимальный вариант для всех видов работ — следующее оформление:

Каждая работа начинается с названия практической работы по центру листа.

Каждая часть работы начинается с новой строки и может выделяться (подчеркиваться) пастой красного, желтого, зеленого цвета.

### **Работа с учебником**

Работа с учебником является неотъемлемой частью всего образовательного процесса.

Если это составление **плана-конспекта**, необходимо после прочтения материала:

- выделить основную мысль;
- разбить материал на пункты (простой план), на пункты и подпункты (сложный план) в зависимости от рассматриваемых в них событий, фактов, озаглавить их (в учебниках они обычно выделены) и определить главное;
- письменно записать план изучаемого материала, делая для каждого пункта, подпункта тезисы (кратко сформулированные основные положения);
- письменно сделать выводы по существу материала для каждого пункта, подпункта и для всей темы в целом.

Для выделения главного руководствуйтесь схемой вопросов, указанных выше: кто (что), где и когда? Каковы цели, причины, следствия?

При выполнении задания по заполнению таблицы, ищите ответы конкретно озвученные в таблице.

### **Работа с источником**

К историческим источникам относят практически все документы и предметы, отражающие исторический процесс. Прежде, чем изучать источник, необходимо определить:

- тип источника (официальный документ, художественное произведение, записки, и т. д.);
- первичность (оригинал) и вторичность (перевод);

- автора (для оригинала), переводчика (для перевода);
- время и место издания;
- полный это текст или отрывок;
- достоверность;
- объективность.

При изучении любого текстового материала необходимо учитывать (и указывать) кто, где и при каких обстоятельствах его писал. Из этого можно сделать выводы об объективности материала. Например, статьи в газетах воюющих стран, описывающих одни и те же события будут весьма отличаться друг от друга, а значит, по крайней мере, одна из них будет необъективна.

Остальную же работу с источником следует проводить с учетом поставленных целей и по аналогии с работой с учебником.

### **Анализ содержания текста**

Анализ содержания текста во многом схож с работой с учебником (источником) (см. выше), но имеет несколько отличий. Во-первых, разница здесь в том, что при работе с учебником (источником) (изучение темы, составление плана-конспекта) изучается (конспектируется) весь материал. В данном случае, все зависит от целей. Можно анализировать не всю тему, а какую-то ее составную часть. Конкретизируются задания преподавателем, либо в учебнике.

Другое важное отличие состоит в том, что при составлении анализа, должны учитываться определенные критерии, по которым следует проводить анализ.

Для исторических процессов, периодов такими критериями являются: социальная структура (сословия, классы, этносы и т. д.), экономика (сельское хозяйство, промышленность), культура (система ценностей, образование, наука и техника, литература, и т. д.).

Для исторических событий (политическая революция, война, восстание) такими критериями будут: движущие силы и их цели — для революций, восстаний; противники и союзники, их цели и военно-экономический потенциал — для войн; характер, методы, причины и повод, основные этапы (события), итоги, причины победы (поражения) — для всех видов событий.

Для анализа деятельности политических лидеров нужно учитывать их социальный статус, цели, деятельность, ее мотивы и итоги. В зависимости от цели задания, можно указывать и анализировать краткую биографию (поэтапно), можно только определенный этап.

При анализе деятельности политических партий (организаций) учитываются лидеры, социальный состав, численность, программы, цели, деятельность, тактика, итоги.

Анализируя альтернативную ситуацию, нужно определить суть проблемы, участников, их цели, возможные варианты решений, причины и последствия (итоги) конкретного пути развития ситуации.

Третье отличие заключается в том, что применительно ко всем видам анализа нужно дать оценку изучаемым событиям, фактам и т. д. («плюсы» и «минусы», «за» и «против»), а при анализе альтернативной ситуации — указать свой вариант пути развития.

### **Характеристика**

Характеристика — совокупность отличительных свойств кого-либо или чего-либо. По сути, характеристика это вид анализа, проводится по тем же пунктам, что и анализ содержания текста (см. выше). Отличия состоят в том, что во-первых, характеристика дается в более сжатой форме. Во-вторых, если это характеристика личности, в ней делается акцент на ее деловых и личных качествах, а также мотивах деятельности, совершения тех или иных поступков.

### **Сравнение**

Сравнение — вид анализа. Проводится оно по точно такой же схеме, как и анализ содержания текста (см. выше), но имеет свою специфику. Она состоит в том, что сравнение не только проводится по определенным критериям, но и предполагает выявление закономерностей. Основу этих закономерностей (логических выводов) составляют сходства и различия. Например, сравнивая народные выступления в России в XVII в., можно установить то, что все они заканчивались поражением т. к. носили стихийный характер, народ не был подготовлен к военным действиям, разобщен, не имел четких целей. В то же время, крепло самосознание народа и накапливался опыт.

### **Составление таблиц**

Таблица- это краткая систематизированная информация об основных положениях рассматриваемого вопроса.

Прежде всего, необходимо выяснить, какой вопрос вы собираетесь осветить: всю тему целиком, либо отдельные ее пункты (это уместно при составлении таблиц по темам, охватывающим очень широкий круг вопросов). Не нужно стараться внести в таблицу все имеющиеся сведения. Далее, при составлении таблицы необходимо учесть те признаки, по



которым материал можно систематизировать. Эти признаки и должны стать основой для составления таблицы и послужить названиями граф.

Таблицы должны завершаться логическими выводами по существу рассматриваемых вопросов.

### **Написание эссе**

Эссе (фр. *essai* — попытка, проба, очерк; лат. *exagium* — взвешивание) — литературный жанр, прозаическое сочинение небольшого объема и свободной композиции (по Большой Советской Энциклопедии). Эссе — размышление на тему. Оно выражает индивидуальные впечатления автора по конкретному поводу, предмету и не претендует на исчерпывающую или определяющую трактовку темы. Этот вид работы предназначен, прежде всего, для развития творческих способностей и самовыражения.

Нужно выбрать тему и грамотно ее сформулировать. Формулировка темы должна предполагать возможность авторского подхода к ее освещению.

Далее, следует оговорить объем. Не следует делать объем очень большим, как у реферата. Не следует делать объем очень маленьким, меньше, чем у доклада. Нужно понимать, что в эссе с одной стороны должен раскрываться поставленный вопрос, с другой — все это должно излагаться и анализироваться в течение нескольких минут на уроке. Оптимальный объем — 3 — 5 страниц. Но все же, объем в каждом конкретном случае должен оговариваться отдельно.

Структура эссе очень схожа со структурой доклада, сообщения, реферата. Она состоит из: 1) введения; 2) основной части; 3) заключения.

Во введении объясняется выбор темы, ее актуальность. Определяется проблема и отношение студента к ней.

В основной части раскрываются известные мнения по поводу проблемы. Если эссе пишется по какому-то авторскому высказыванию (произведению), то описывается видение автором сути проблемы (если это известно). А затем уже раскрывается свое мнение, свое отношение к ней.

Свое мнение уместнее всего высказывать в следующей форме: тезис — аргумент. Например, можно сказать о том, что авторы этих выражений считали, что для построения великого государства все средства хороши, что в таком большом деле нельзя обойтись без издержек. А затем, можно уже порассуждать на тему, как к этому относиться. Привести аргументы «за» и «против». Использовать как историческую практику, так и свой личный опыт. Можно сослаться на другие «авторитеты».

В заключении подводятся итоги и делается общий вывод по теме. Нужно стараться не повторять уже высказанные мысли.

### **Составление кроссвордов**

Составление кроссвордов — один из самых несложных и интересных для студентов вид самостоятельной работы. Тем не менее, и для составления кроссвордов должны быть применены определенные правила.

– **Определение списка слов.** Слова должны быть подобраны по определенной теме. Это способствует ее лучшему изучению.

– **Составление кроссворда.** Желательно (в эстетических целях), чтобы кроссворд был симметричным. Также желательно, чтобы слова пересекались, по возможности, не один раз. Это позволяет исключить возможность нахождения сразу нескольких подходящих и по смыслу, и по написанию ответов.

– **Составление вопросов к кроссворду.** Вопросы должны быть составлены в повествовательном ключе и грамотно во всех отношениях: в историческом, в эстетическом, в отношении правописания. Вопросы типа «И железный, и мокрый» (ключ) больше подходят для кроссвордов из бульварных газет, а не для самостоятельной работы студента.

– **Оформление кроссворда.** Кроссворд должен быть красиво и грамотно оформлен. Для этого потребуется несколько листов формата А4. В структуру кроссворда входят: 1) обложка; 2) сам кроссворд; 3) вопросы к кроссворду; 4) ответы. Каждый элемент — на новом листе.

Желательно применять в кроссвордах иллюстрации, ребусы и другие нестандартные варианты вопросов

### **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Данные методические указания по выполнению аудиторных практических работ по учебной дисциплине ОП.05 Безопасность жизнедеятельности помогают лучшему усвоению основных тем курса «Безопасность жизнедеятельности», благодаря дополнительному закреплению данных тем при выполнении практической работы, способствуют развитию самостоятельности, отработки навыков проведения сравнительного анализа, самостоятельной работы с учебной литературой, разработки алгоритма собственных действий, развитию наблюдательности.

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

### **Основные:**

О-1: Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности. / Учебник для студентов среднего проф. обр. – М.: Кнорус, 2012 – 288 с.

### **Дополнительные:**

Д-1: Белов С.В. Безопасность жизнедеятельности. / Учебник для вузов. – М.: Высшая школа, 2001 – 485 с.

Д-2: Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. Основы безопасности жизнедеятельности. / Учебник для начального и среднего профессионального образования. – М.: Академия. 2014 – 328 с.

Д-3: Хван Т.А., Хван П.А. основы безопасности жизнедеятельности. / Учебное пособие для студентов СПО. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2007 – 340 с.

Д-4: Э.А.Арустамов, Н.В. Косолапова, Н.А.Прокопенко, Г.В.Гуськов. Безопасность жизнедеятельности — 14-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2015. — 176 с. (Электронная версия)