


ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
«БОГАТОВСКОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ УЧИЛИЩЕ»

РАССМОТРЕНО

На заседании методической
комиссии
общеобразовательных дисциплин

 / Мухометов В. В. /
« 30 » 08 20 16 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ «Богатовское
профессиональное училище»

 / А.В. Чугунов/
« 30 » 08 20 16 г.

**Методические рекомендации по организации и выполнению
практических работ
по учебной дисциплине**

ОУД.06 Основы безопасности жизнедеятельности

по специальности: 35.02.05 Агрономия

Разработал:
Преподаватель: Горбунов
Александр Владимирович.

с.Богатое 2016г.

Содержание

1.	Пояснительная записка.....	3
2.	Перечень практических работ.....	6
3.	Практическая работа №1	11
4.	Практическая работа №2.....	12
5.	Практическая работа №3.....	16
6.	Практическая работа №4.....	17
7.	Практическая работа №5.....	18
8.	Практическая работа №6.....	19
9.	Практическая работа №7.....	20
	Рекомендуемая и используемая литература.....	22

1. Пояснительная записка

Дисциплина Основы безопасности жизнедеятельности изучается студентами в объеме 70 часов .

Реализация программы обеспечит компетентность будущих специалистов в области безопасности жизнедеятельности, как неотъемлемой части их профессионализма в период вступления в самостоятельную жизнь.

Ведущей дидактической целью практических занятий является формирование практических умений, необходимых в последующей учебной деятельности и жизни.

На практических занятиях студенты овладевают первоначальными умениями и навыками, которые будут использовать в профессиональной деятельности и жизненных ситуациях.

Наряду с формированием умений и навыков в процессе практических занятий обобщаются, систематизируются, углубляются и конкретизируются теоретические знания, вырабатывается способность и готовность использовать теоретические знания на практике, развиваются интеллектуальные умения.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

организовывать и проводить мероприятия по защите работающих и населения от негативных воздействий чрезвычайных ситуаций;

предпринимать профилактические меры для снижения уровня опасностей различного вида и их последствий в профессиональной деятельности и быту;

использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения;

применять первичные средства пожаротушения;

ориентироваться в перечне военно - учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной специальности;

применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной специальностью;

владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы; оказывать первую помощь пострадавшим.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирование развития событий и оценки последствий при техногенных чрезвычайных ситуациях и стихийных явлениях, в том числе в условиях противодействия терроризму как серьезной угрозе национальной безопасности России;

основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и быту, принципы снижения вероятности их реализации;

основы военной службы и обороны государства;

задачи и основные мероприятия гражданской обороны;

способы защиты населения от оружия массового поражения;

меры пожарной безопасности и правила безопасного поведения при пожарах;

организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступление на нее в добровольном порядке;

основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящих на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно - учетные специальности, родственные специальностям СПО;

область применения получаемых профессиональных знаний при исполнении обязанностей военной службы;

порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим.

Для успешного выполнения практических работ обучающиеся обязаны ознакомиться с порядком их проведения и изучить соответствующие разделы теоретического курса.

Обучающиеся должны четко представлять задачу, уметь проводить необходимые расчеты.

Описание каждой практической работы содержит:

1. тему, цели работы;
2. краткий теоретический материал;
3. порядок выполнения работы, а так же перечень контрольных вопросов, с целью выявить и устранить недочеты в освоении рассматриваемой темы;

Для получения дополнительной, более подробной информации по изучаемым вопросам, приведено учебно-методическое обеспечение. Организация и проведение занятий, в частности подготовка студентов к занятию, инструктаж, выполнение студентами заданий, оформление работы, значительно упрощаются с методической точки зрения, когда существуют письменные методические указания по их проведению

Цель методических указаний - обеспечить четкую организацию проведения практических занятий по дисциплине Безопасность жизнедеятельности, дать возможность студентам, пропустившим учебное занятие, самостоятельно выполнить, оформить и защитить практическую работу.

2. Перечень практических работ

1. Практическая работа №1

Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.

2. Практическая работа №2

Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

3. Практическая работа №3

Изучение первичных средств пожаротушения.

4. Практическая работа №4

Изучение и отработка моделей поведения в чрезвычайных ситуациях на транспорте.

5. Практическая работа №5

Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.

6. Практическая работа №6

Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.

7. Практическая работа №7

Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.

Правила выполнения практических работ

В процессе проведения практических занятий по Безопасности жизнедеятельности студенты:

находят подтверждение теоретических положений, убеждаются в наличии определенных закономерностей и алгоритмов поведения;

формируют практические умения и навыки организации и проведения спасательных мероприятий, вырабатывают умение сравнивать, анализировать, обрабатывать теорию, устанавливать зависимости, делать выводы и обобщения, оформлять результаты исследования.

Типичными заданиями для практических занятий по Безопасности жизнедеятельности являются:

индивидуальные задания;

групповые задания;

групповая дискуссия;

деловая игра, моделирующая профессиональные задачи.

Состав заданий для занятия планируется с таким расчетом, чтобы за отведенное время они могли быть качественно выполнены большинством студентов. Для эффективного использования времени, отводимого на практические занятия, подобраны дополнительные задания для студентов, работающих в более быстром темпе.

План занятия включает в себя следующие пункты:

1. внеаудиторная самостоятельная подготовка студентов к занятию;
2. проверка преподавателем теоретической подготовленности студентов к занятию;
3. инструктирование студентов по проведению ими практической работы;
4. выполнение практических заданий;
5. обсуждение итогов выполнения работы;
6. оформление отчета о проделанной работе;

7. оценка преподавателем выполненных заданий и степени овладения студентами соответствующими умениями.

Практические занятия носят репродуктивный, частично-поисковый и поисковый характер.

Работы, носящие репродуктивный характер, отличаются тем, что при их проведении студенты пользуются подробными инструкциями, в которых указаны:

1. цель работы;
2. пояснения (теоретические положения и понятия);
3. оборудование и материалы;
4. порядок выполнения работы;
5. тип выводов (без формулировок);
6. контрольные вопросы;
7. литература.

Работы, носящие частично-поисковый характер, отличаются тем, что при их проведении студенты не пользуются подробными инструкциями, им не дается порядок выполнения необходимых действий; такие работы требуют от студентов самостоятельного подбора материала и методики, выбора способов выполнения работы.

В работах, носящих поисковый характер, студенты должны решить новую для них проблему, опираясь на имеющиеся у них теоретические знания.

При планировании практических занятий используется сочетание репродуктивных, частично-поисковых и поисковых заданий.

Оценки за выполнение работы могут выставляться в форме зачета или дифференцированно.

Практические работы выполняются каждым студентом самостоятельно в полном объеме и согласно содержанию методических указаний.

Методика проведения практических занятий

Порядок выполнения практических занятий включает:

1. Краткое сообщение преподавателя о целях практического занятия, порядке его проведения и оформления отчета.
2. Выдачу вариантов задания.
3. Выполнение задания студентами.
4. Индивидуальные консультации преподавателя в ходе проведения практического занятия.
5. Подведение итогов практического занятия преподавателем.
6. Информацию о следующих практических занятиях.

Правила оформления практических работ:

1. Практические работы выполняются в отдельной тетради.
2. Таблицы, рисунки, схемы чертят простым карандашом с помощью линейки.
3. Работы выполняются аккуратно, разборчивым почерком.
4. Практическая работа выполняется в аудитории.

Отчет о выполненной работе должен содержать:

1. Тему занятия, тему и номер практической работы.
2. Исходные данные практического занятия в соответствии с заданным вариантом.
3. Выполненное задание.
4. Ответы на контрольные вопросы.

Критерии оценки:

1. «5» -правильно, грамотно выполненные задания и ответ на контрольные вопросы.
2. «4» -правильно и грамотно выполненные задания.
3. «3» -выполнено не менее 60 % задания.
4. «2» -выполнено менее 60% задания.

Перед выполнением работы студент должен отчитаться перед преподавателем за выполнение предыдущей работы. Студент должен на уровне понимания и воспроизведения предварительно усвоить необходимую для выполнения практических работ теоретическую и практическую информацию.

Студент, пропустивший практическую работу по какой либо причине, выполняет пропущенную работу самостоятельно, пользуясь, при необходимости, консультациями преподавателя.

Порядок отчетности по практическому занятию

Студенты, отсутствующие на практическом занятии, выполняют задания практического занятия самостоятельно, получая при необходимости консультации преподавателя.

Не зачтенный отчет по практическому занятию должен быть исправлен и повторно сдан на проверку.

Все замечания, сделанные преподавателем, должны быть устранены до дифференцированного зачета.

Выполненные практические задания сдаются преподавателю во время зачета. Без выполнения заданий студент до зачета не допускается.

Практическая работа №1

Тема: Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.

Наименование работы: Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.

Цель: Ознакомиться с понятиями рационального питания, нормами физиологических потребностей в пищевых веществах и энергии для различных групп населения, методами количественной и качественно оценки питания по энергетической ценности и составу питательных веществ потребляемых продуктов; научиться определять суточный расход энергии человека и давать гигиеническую оценку его пищевого рациона с учетом принятых физиологических норм питания.

Время: 2 часа

Материально-техническое обеспечение: тетрадь, учебное пособие Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г.

Методика выполнения

Задание:

1. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр.148
2. 6. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр. 149-150
3. 7.см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр.150-151
4. Отчет о работе оформить в виде ответов на контрольные вопросы
см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр. 151

1. Практическая работа №2

Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

Цель. Изучение и отработка моделей поведения в условиях вынужденной природной автономии.

По окончании изучения темы учащиеся должны:

- а) знать причины вынужденного автономного существования и первоочередные действия потерпевших бедствие;
- б) овладеть навыками безопасного поведения в случае аварии транспортных средств.

время выполнения 2 час

Изучение нового материала

1. Основные причины вынужденного автономного существования.
2. Первоочередные действия потерпевших бедствие.
3. Решение об уходе с места аварии или ожидании помощи в районе бедствия.

Основные моменты

Теоретическая часть.

1. Понятие о выживании и автономном существовании, их примеры.
2. Основные причины вынужденного автономного существования в природных условиях: чрезвычайные, экстремальные и аварийные ситуации (стихийные бедствия, резкие изменения погодных условий, потеря ориентировки, аварии на транспорте) в условиях природной среды.
3. Условия, определяющие успех выживания.

4. Первоочередные действия потерпевших бедствие при аварии транспортных средств.
5. Основные правила принятия решения ожидать помощь на месте аварии.
6. Основные правила принятия решения об уходе с места аварии.

Практическая часть.

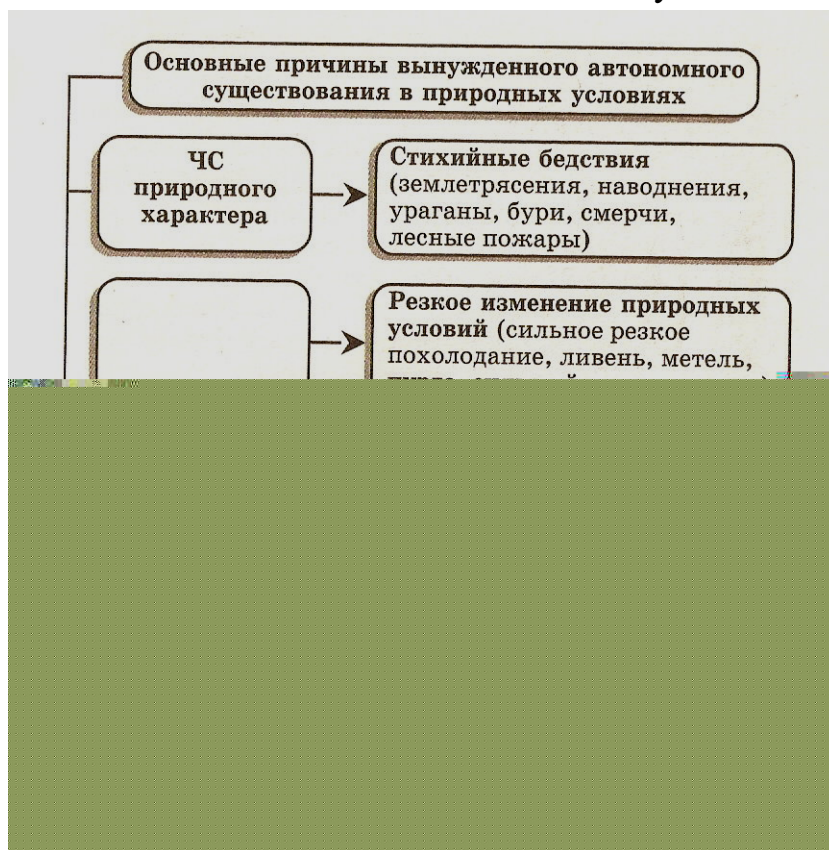
1. Отработка практических действий потерпевших бедствие при условной аварии транспортного средства (машина, речное судно, самолет).
2. Отработка действий на месте аварии до прибытия помощи.
3. Отработка действий при уходе с места аварии.

Основные причины вынужденного автономного существования.

Первоочередные действия потерпевших бедствие

Современная цивилизация, техническая революция окружили человека определенным комфортом. Появление современных конструкций кораблей, самолетов, автомобилей, создание эффективных средств радиосвязи, телевидения и бытовой техники изменили его жизнь, отучили жить среди дикой природы. Но нередко случается так, что человек оказывается вырванным из привычного образа жизни. Представьте, что это происходит в безлюдной местности, в океане, пустыне, непроходимом лесу или тундре. В этом случае у него моментально возникает проблема автономного существования (выживания) в природных условиях.

Что же такое выживание и автономное существование?



Выживание — активная деятельность, направленная на сохранение жизни, здоровья и работоспособности в экстремальных условиях.

Автономное существование - нахождение человека в определенных, часто сложных, природных или других условиях изолированности, когда ограничена или исключена вероятность помощи от людей и возможность использования технических и других достижений.

Основное условие, определяющее успех выживания или гибель, — настрой человека на выход из этой ситуации, его желание возвратиться домой, моральные обязательства перед близкими людьми и обществом, сознание того, что ему еще многое нужно сделать.

Аварийная ситуация обычно возникает внезапно, и ее развитие не всегда можно предсказать. Поэтому порядок действий в таких ситуациях зависит от конкретной обстановки.

Опыт многих людей, побывавших в экстремальных ситуациях, связанных с авариями транспортных средств (самолета, поезда, автотранспорта и др.),

позволил определить общую схему первоочередных действий потерпевших бедствие.

Что надо сделать в первую очередь, если вы потерпели бедствие при аварии транспортных средств:

1. перебраться самим и помочь перебраться пострадавшим в безопасное место;
2. покидая транспортное средство, взять с собой имущество, которое может пригодиться для автономного существования;
3. оказать пострадавшим первую медицинскую помощь;
4. сориентироваться на местности и уточнить свое местонахождение;
5. при неблагоприятных климатических условиях соорудить временное укрытие.

После выхода из опасной ситуации, непосредственно угрожающей жизни, необходимо решить, что делать: ждать помощи на месте или попытаться добраться до ближайшего населенного пункта.

Решение оставаться на месте аварии принимают в тех случаях, когда:

- сигнал бедствия или сообщение о месте происшествия переданы при помощи аварийной радиостанции;
- место происшествия точно не определено, местность незнакомая и труднопроходимая (горы, лес, глубокие овраги, болота, мощный слой снежного покрова и т. п.);
- направление на ближайший населенный пункт и расстояние до него неизвестны;
- большая часть людей не может самостоятельно передвигаться из-за полученных травм.

Приняв решение оставаться на месте аварии, необходимо придерживаться основных правил безопасного поведения, которые позволят выжить и дождаться помощи спасателей.

Решение об уходе с места аварии принимают, если:

- точно известно местонахождение ближайшего населенного пункта, расстояние до него невелико и состояние здоровья людей позволяет преодолеть его;
- возникла непосредственная угроза жизни: лесной пожар, разлом ледяного поля, наводнение и т. п.;
- люди не могут быть обнаружены спасателями **на** этом месте из-за окружающей их густой растительности;
- в течение трех суток нет связи и помощи.

На месте происшествия необходимо обозначить направление своего ухода: выложить стрелку, сделать зарубки на деревьях, связать пучки травы и т. п.

Контрольные вопросы.

1. Назовите основные принципы вынужденного автономного существования в природных условиях.
2. Приведите примеры (из жизни, книг или фильмов) оживания людей в природной среде.
3. Какие качества помогают выжить людям, попавшим в беду?
4. Какие первоочередные действия необходимо предпринять потерпевшим бедствие в безлюдной местности?
5. В каких случаях принимают решение оставаться на месте?
6. В каких случаях принимают решение об уходе с места аварии?

На заметку

Удивительное мужество проявил, оказавшись один на один с тайгой, двенадцатилетний мальчик Саша Корминкин. 3 июля 1985 г. он отправился с друзьями в поле собирать морковь. Быстро закончив работу, ребята разбрелись по тайге в поясах грибов и ягод. Саша не заметил, как исчезла тропинка. Он спустился к протоке в полной уверенности, что она приведет его к лагерю. Но ошибся. Он долго шел не останавливаясь, ожидая каждую минуту, что вот-вот появятся домики деревни. Но тайга становилась все гуще, все темнее.

Он понял, что заблудился. Переночевав под густой елью, он подкрепился ягодами, напился из ручья и снова тронулся в путь. Прошел еще один день. За ним еще два. Казалось, тайга никогда не кончится. А тут еще встреча с

медведицей, которая едва не привела к катастрофе. Но, пожалуй, самым страшным испытанием был гнус. Неисчислимые полчища мошек, комаров одолевали его днем и ночью. Лицо опухло от укусов. Щека» Шея, лоб превратились в сплошную кровоточащую маску. Но он упорно Шел вперед, охлаждая время от времени лицо мокрыми ладонями. На десятые сутки началось болото. На другой стороне виднелась избушка — значит, люди близко. Но едва он сделал несколько шагов, как провалился по пояс в зловонную жижу. Ухватившись за сук, торчащий из воды, он, собрав все свои силы, сантиметр за сантиметром освобождал тело из плена трясины. Булькая и чавкая, болото неохотно отпускало жертву. Саша выполз на берег и свалился без сил. Еще два бесконечно долгих дня тащился он, едва ступая по земле опухшими, одеревеневшими ступнями. Утром на пятнадцатые сутки перед ним открылась широкая река. Посередине медленно плыла рыбацья лодка. Это было спасение.

Практическая работа №3

Тема: Изучение первичных средств пожаротушения.

Наименование работы: Изучение первичных средств пожаротушения.

Цель: Ознакомиться со способами, средствами и правилами тушения пожаров, устройством и принципами действия первичных средств пожаротушения, изучить методику подбора и расчета необходимого количества огнетушителей, выработать навыки применения первичных средств пожаротушения и подбора необходимого количества огнетушителей.

Время: 1 час

Материально-техническое обеспечение: тетрадь, учебное пособие Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г.

Методика выполнения

Задание:

1. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр.50-51
2. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр. 51

3. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр. 51
4. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр. 52
5. Отчет о работе оформить в виде ответов на контрольные вопросы
см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности ,
Практикум , 2016 г. , стр. 52

Практическая работа №4

Тема: Изучение и отработка моделей поведения в чрезвычайных ситуациях на транспорте.

Наименование работы: Изучение и отработка моделей поведения при чрезвычайных ситуациях на транспорте.

Цель: Ознакомиться с возможными ЧС на транспорте и изучить модели поведения в условиях таких ситуаций.

Время: 1 час

Материально-техническое обеспечение: тетрадь, учебное пособие Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г.

Методика выполнения

Задание:

1. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр.64
2. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр. 64-65
3. Отчет о работе оформить в виде ответов на контрольные вопросы
см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности ,
Практикум , 2016 г. , стр. 65-66

Практическая работа №5

Тема: Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.

Наименование работы: Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Цель: Ознакомиться со СИЗ от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени, выработать навыки подбора и использования СИЗ от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.

Время: 1 час

Материально-техническое обеспечение: тетрадь, учебное пособие Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , ГП-5, ГП-7, респиратор Р-2, ОЗК.

Методика выполнения

Задание:

1. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр.108-109
2. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр. 109
3. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр. 109-110
4. Отчет о работе оформить в виде ответов на контрольные вопросы
см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности ,
Практикум , 2016 г. , стр. 110-111

Практическая работа №6

Тема: Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.

Наименование работы: Первая помощь при кровотечениях. Травмы и ранения.

Цель: Ознакомиться с видами кровотечения и приемами оказания первой помощи при кровотечениях пострадавшим в ЧС мирного и военного времени; овладеть основными приемами оказания первой помощи при кровотечениях и травмах.

Время: 2 часа

Материально-техническое обеспечение: тетрадь, учебное пособие Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , жгут, карандаш, бумага, бинты, перекись водорода.

Методика выполнения

Задание:

1. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр.122-123
2. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр. 123-124

3. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр. 124
4. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр. 124
5. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр. 124
6. 8. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр. 124
7. Отчет о работе оформить в виде ответов на контрольные вопросы
см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности ,
Практикум , 2016 г. , стр. 124-125

Практическая работа №7

Тема: Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.

Наименование работы: Неотложные меры первой помощи. Показания к проведению реанимационных мероприятий. Мероприятия сердечно-легочной реанимации. Основные способы выполнения искусственного дыхания.

Цель: Ознакомиться с физиологической основой искусственного дыхания, изучить способы выполнения искусственного дыхания пострадавшим в ЧС мирного и военного времени; овладеть навыками оказания искусственного дыхания.

Время: 1 часа

Материально-техническое обеспечение: тетрадь, учебное пособие Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г.

Методика выполнения

Задание:

1. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр.136-137
2. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр. 137
3. см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности , Практикум , 2016 г. , стр. 138
4. Отчет о работе оформить в виде ответов на контрольные вопросы
см. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности ,
Практикум , 2016 г. , стр. 139

Рекомендуемая и используемая литература:

1. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Основы безопасности жизнедеятельности, 2010 г.
2. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности ,
Практикум , 2016 г.
3. Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко Безопасность жизнедеятельности,
2016 г.