

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Петербургский государственный университет путей сообщения  
Императора Александра I»  
(ФГБОУ ВО ПГУПС)

**Рославльский ж.д. техникум - филиал ПГУПС**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ  
ВНЕАУДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ**

**ОП.10 Безопасность жизнедеятельности**


для специальности

23.02.04 Техническая эксплуатация подъемно-транспортных, строительных,  
дорожных машин и оборудования (по отраслям)

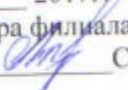
Базовая подготовка

Методические рекомендации по самостоятельной работе студентов рассмотрены и одобрены на заседании предметно-цикловой комиссии профессионального цикла.

Протокол № 1 от « 28 » 08 2017г.

Председатель предметно-цикловой комиссии  П.М. Анищенко

Протокол № 1 от « 30 » 08 2017г.

Председатель – заместитель директора филиала по учебно-воспитательной работе  С.И. Лыков

## Содержание

1. Общие положения.....	3
2. Формы самостоятельной работы.....	5
3. Методические рекомендации студентам по выполнению самостоятельной работы №1 ....	7
4. Методические рекомендации студентам по выполнению самостоятельной работы №2...	10
5. Критерии оценки самостоятельно работы.....	12
6. Приложение 1. Правила оформления сообщения.....	13
7. Приложение 2. Темы сообщений по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности».....	15
8. Приложение 3. Перечень самостоятельной работы по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» выполняемая по СМИ, Интернет, учебникам и другой литературе .....	15
9. Учебно – методическое и информационное обеспечение дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».....	16

## 1. Общие положения

Рабочая программа учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» является частью программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) и предназначена для реализации требований Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) по специальности: 23.02.04 Техническая эксплуатация подъемно-транспортных, строительных, дорожных машин и оборудования (по отраслям).

В соответствии с учебным планом по специальности 23.02.04 Техническая эксплуатация подъемно-транспортных, строительных, дорожных машин и оборудования (по отраслям) и рабочей программой учебной дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» предусмотрено выполнение самостоятельной работы в количестве –32 часов.

*Самостоятельная работа обучающихся направлена:*

- на глубокое изучение дисциплины по дополнительной литературе и периодическим изданиям, итогом которой является подготовка сообщений или выступление с докладами на практических занятиях, научных семинарах и конференциях;
- изучение отдельных вопросов дисциплины, рассматриваемых на лекциях кратко.

*Целями самостоятельной (внеаудиторной) работы студентов являются:*

- обучение навыкам работы с научно-теоретической и периодической литературой, необходимыми для углубленного изучения дисциплины «Безопасность жизнедеятельности», а также развитие у них устойчивых способностей к самостоятельному изучению и изложению полученной информации;
- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений.

*Основными задачами самостоятельной работы студентов являются:*

- овладение знаниями;
- наработка профессиональных навыков;
- приобретение опыта творческой и исследовательской деятельности;
- развитие творческой инициативы, самостоятельности и ответственности студентов.

*Самостоятельная работа студентов по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности», обеспечивает:*

- закрепление знаний, полученных студентами в процессе лекционных и практических занятий;
- формирование навыков работы с периодической, научно-технической литературой, сетью ИНТЕРНЕТ и т.п.
- самоотчеты, тестирование и защиту творческих работ в письменной, устной или смешанной форме.

*Самостоятельная работа студентов по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности», направлена:*

- на глубокое изучение дисциплины по дополнительной литературе и периодическим изданиям, итогом которой является подготовка сообщений

или выступление с докладами на занятиях;

- на изучение отдельных вопросов дисциплины, рассматриваемых на уроках кратко.

Самостоятельная работа является обязательной для каждого студента.

Данное пособие «Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» предлагается в помощь студентам для выполнения заданий самостоятельных работ предусмотренных рабочей программой дисциплины. Методическое пособие поможет и позволит студентам:

- получить полный перечень заданий всех самостоятельных работ дисциплины;
- ознакомиться с методикой и ходом выполнения самостоятельных работ;
- ознакомиться с перечнем тем сообщений;
- выбрать одну из тем сообщений для исследования;
- структурировать самостоятельную работу;
- подобрать источники для конспектирования теоретических вопросов, составления схем, таблиц, рисунков и др.;
- ознакомиться с правилами подготовки, оформления и изложения сообщения.

## 2.Формы самостоятельной работы

При изучении дисциплины «Безопасность жизнедеятельности» предусмотрены следующие формы внеаудиторной самостоятельной работы:

*для овладения знаниями:* изучение и конспектирование текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы); выписки из текста; работа со словарями и справочниками, ознакомление с нормативными документами; графическое изображение составление схем, таблиц, рисунков) структуры текста; учебно-исследовательская работа; использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники и Интернета и др.;

*для закрепления и систематизации знаний:* работа с конспектом лекции (обработка текста); повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей); составление плана и тезисов ответа; составление таблиц для систематизации учебного материала; изучение нормативных материалов; ответы на контрольные вопросы; аналитическая обработка текста {аннотирование, рецензирование, реферирование, конспект-анализ и др.); подготовка сообщений к выступлению на занятии; подготовка докладов; составление тематических кроссвордов; тестирование и др.;

*для формирования умений:* практическая отработка задач, приемов и упражнений по образцу; *решение вариативных задач и упражнений:* решение ситуационных производственных (профессиональных) задач; проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности.

Вид самостоятельной работы по дисциплине

Форма самостоятельной работы

Критерии оценки

Подготовка сообщений (докладов)

1. Выполнение творческого задания;
2. Поиск необходимой информации через Интернет.
3. Изучение литературы и подбор материала для сообщения (доклада), написание тезисов сообщения (доклада)
4. Написание сообщения (доклада).
5. Составление библиографии
6. Подготовка к защите (представлению) на занятии:
  - подготовка устного сообщения;
  - составление презентации.

- уровень освоения студентом учебного материала;
- умение студента преподнести теоретический материал, изложенный в докладе;
- обоснованность и четкость изложения материала при ответе и в презентации;
- оформление материала в соответствии с требованиями.

Работа с учебниками и другой литературой

1. Самостоятельное изучение материала по литературе.
2. Ознакомление с нормативными документами.
3. Работа с библиотечным каталогом, самостоятельный подбор необходимой литературы.
4. Поиск необходимой информации через Интернет.
5. Конспектирование источников.
6. Составление библиографии.
7. Подготовка к различным формам промежуточной и итоговой аттестации (к тестированию, зачету).
  - уровень освоения студентом учебного материала;
  - умение студента преподнести теоретический материал;

-оформление материала в соответствии с требованиями.

Перечень тем самостоятельной работы студентов по подготовке к лекционным и практическим занятиям соответствует тематическому плану рабочей программы дисциплины.

На самостоятельное изучение выносятся следующие вопросы по разделам:

## Раздел 1. Гражданская оборона

*Тематика сообщений:*

1. История создания РСЧС.
2. Работа МЧС.
3. Современные средства поражения.
4. Действия моей семьи в случае применения современных средств поражения.
5. Средства пожаротушения имеющиеся в моем доме, моей квартире.
6. Крупнейшие транспортные аварии и их последствия.
7. Экологическая обстановка в районе проживания.
8. Крупнейшие эпидемии, которые пережило человечество.
9. Мои действия при обнаружении в подъезде неопознанных вещей.

*Работа с учебниками и другой литературой:*

1. Изучить:
  - Конституцию Российской Федерации ст. 56, 88, 102;
  - основные положения Федерального Закона от 21 декабря 1994 года N 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
  - основные положения Федерального Закона от 28.12.2010 г. № 390-ФЗ. «О Безопасности»;
  - основные положения Федерального Закона «О чрезвычайном положении» от 30 мая 2001 года» №3-ФКЗ.
2. Составить «Список вещей, которые взял бы из дома в случае эвакуации из города».
3. Проработать конспекты, ответить на вопросы и выполнить задание по учебнику.

## Раздел 2. Основы военной службы

*Тематика сообщений:*

1. Перспективные образцы стрелкового вооружения ВС РФ.

*Работа с учебниками и другой литературой:*

1. Ознакомиться и изучить:
  - положения УВС РФ:
  - размещение военнослужащих
  - обязанности солдата
  - обязанности дневального по роте
  - что такое воинская дисциплина
  - обязанности часового
2. Сделать зарисовку знаков различия по воинским званиям.
3. Проработать конспекты, ответить на вопросы и выполнить задание по учебнику.

### **3. Методические рекомендации студентам по выполнению самостоятельной работы №1**

Методические рекомендации студентам по выполнению самостоятельной работы №1 по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» по разделу 1 – Гражданская оборона. Цель самостоятельной работы: Изучить основные положения Конституции Российской Федерации ст. 56, 88, 102; Федерального Закона от 21 декабря 1994 года N 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»; Федерального Закона от 28.12.2010 г. № 390-ФЗ. «О Безопасности»; Федерального Закона «О чрезвычайном положении» от 30 мая 2001 года» №3-ФКЗ. Ознакомится и изучить современные средства массового поражения и их поражающие факторы, а так же способы их обнаружения и защиты от них. Научиться практически, пользоваться приборами радиационной и химической разведки, средствами индивидуальной защиты.

*Задания для самостоятельной работы №1:*

Работа с учебниками и другой литературой:

1. Изучить:

- Конституцию Российской Федерации ст. 56, 88, 102;
  - основные положения Федерального Закона от 21 декабря 1994 года N 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
  - основные положения Федерального Закона от 28.12.2010 г. № 390-ФЗ. «О Безопасности»;
  - основные положения Федерального Закона «О чрезвычайном положении» от 30 мая 2001 года» №3-ФКЗ.
2. Составить «Список вещей, которые взял бы из дома в случае эвакуации из города».
3. Проработать конспекты, ответить на вопросы и выполнить задание по учебнику.

*Тематика сообщений:*

1. История создания РСЧС.
2. Работа МЧС.
3. Современные средства поражения.
4. Действия моей семьи в случае применения современных средств поражения.
5. Средства пожаротушения имеющиеся в моем доме, моей квартире.
6. Крупнейшие транспортные аварии и их последствия.
7. Экологическая обстановка в районе проживания.
8. Крупнейшие эпидемии, которые пережило человечество.
9. Мои действия при обнаружении в подъезде неопознанных вещей.

*Методика и ход выполнения самостоятельной работы №1*

1. Самостоятельную работу №1 следует выполнять в отдельной (от теории и практических работ) тетради для самостоятельной работы либо оформлять на стандартных белых листах формата А4 и структурировать в папке с файлами.
  2. Для выполнения самостоятельной работы №1, сбора необходимого материала можно воспользоваться различными информационными источниками и литературой, которые представлены в библиотеке Колледжа связи №54, а также в учебном кабинете. Для конспектирования теоретических вопросов, составления схем, таблиц, рисунков можно применить следующий перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы:
- Основные источники:



Петров С.В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие - М.: ФГБОУ «УМЦ по образованию на ж.д. транспорте», 2015.

Петров С.В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие - М.: ФГБОУ «УМЦ по образованию на ж.д. транспорте», 2015.-263 с.

Дополнительные источники:

Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А.: Учебник.- М.: АКАДЕМИЯ, 2013. – 320 с.

2. Электронные ресурсы:

- <http://www.school-obz.org/>

(Сайт содержит электронный журнал МЧС России «ОБЖ»)

- <http://catalog.deport.ru/category-8145/site-89013.html>

(Сайт содержит информационно-методический журнал для преподавателей «Обеспечение безопасности жизнедеятельности»)

- <http://www.alleng.ru/edu/saf1.htm>

(Сайт содержит электронные учебники по ОБЖ для 10 класса под редакцией А.Т. Смирнова)

- <http://www.media183.ru/obj.html>

(Сайт содержит ресурсный центр по предмету ОБЖ)

- <http://pedsovet.su/load/96>

(Сайт содержит разработки преподавателей по предмету ОБЖ)

- <http://events.brot.ru/sites/category/14/message/2799/>

(Сайт содержит информационно-методический журнал для преподавателей по предмету ОБЖ)

3. Чтобы успешно выполнить самостоятельную работу с учебниками и другой литературой необходимо:

А) изучить теоретические вопросы, рассмотренные на аудиторных занятиях и при выполнении домашних заданий по темам раздела 1, надо знать:

Задачи, структура, силы РСЧС.

Современные средства поражения.

Классификацию средств защиты.

Приборы радиационной и химической разведки.

Защиту населения при ЧС природного характера.

Защиту населения и территорий при авариях (катастрофах) на транспорте.

Защиту населения и территорий при авариях (катастрофах) на производственных объектах.

Правила безопасности при неблагоприятной экологической обстановке.

Правила безопасности при неблагоприятной социальной обстановке.

Вспомнить, если забыли: вопросы, уже изученные по дисциплине: чрезвычайная ситуация; средства защиты.

4. По выбранной теме сообщения ( все темы распределяются между студентами группы в начале семестра) студенту необходимо подготовить сообщение. Пояснения смотри в методических указаниях СР№1.

Сообщение следует выполнить на стандартных белых листах формата А4. Работу можно иллюстрировать графиками, схемами, таблицами, диаграммами и рисунками. Чтобы правильно оформить работу необходимо изучить Приложение1.

Выполнение данной работы позволит:

- закрепить и расширить знания по вопросам тем 1 раздела дисциплины;

- приобрести навык работы с различными информационными источниками;

- продемонстрировать свои интеллектуальные способности: умение анализировать, систематизировать и обобщать;

- знать принципы обеспечения устойчивости объектов экономики, прогнозирования 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;

- знать основные виды потенциальных опасностей и их последствия в профессиональной деятельности и в быту, принципы снижения вероятности их реализации;
- знать задачи и основные мероприятия гражданской обороны;
- знать способы защиты населения от оружия массового поражения;
- 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 в быту;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты от оружия массового поражения.

#### 4. Методические рекомендации студентам по выполнению самостоятельной работы № 2

Методические рекомендации студентам по выполнению самостоятельной работы № 2 по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» по разделу 2 «Основы военной службы»

*Цель самостоятельной работы:* Изучить состояние ВС РФ на современном этапе, положительные тенденции в развитии ВС РФ, ход реформ. Документы, регламентирующие повседневный быт и учебу ВС РФ. Ознакомиться с требованиями уставов ВС РФ, стоящим на вооружении АК-74М. Получить навыки в выполнении строевых приемов, сборке – разборке оружия, оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

Задания для самостоятельной работы № 2:

Работа с учебниками и другой литературой:

1. Изучить:

- положения УВС РФ:
  - размещение военнослужащих
  - обязанности солдата
  - обязанности дневального по роте
  - что такое воинская дисциплина
  - обязанности часового
2. Сделать зарисовку знаков различия по воинским званиям.
3. Проработать конспекты, ответить на вопросы и выполнить задание по учебнику.

*Тематика сообщений:*

1. Перспективные образцы стрелкового вооружения ВС РФ.

#### Методика и ход выполнения самостоятельной работы №2

1. Самостоятельную работу №2 следует выполнять в отдельной (от теории и практических работ) тетради для самостоятельной работы либо оформлять на стандартных белых листах формата А4 и структурировать в папке с файлами.

2. Для выполнения самостоятельной работы №2, сбора необходимого материала можно воспользоваться различными информационными источниками и литературой, которые представлены в библиотеке Колледжа связи №54, а также в учебном кабинете.

Для конспектирования теоретических вопросов, составления схем, таблиц, рисунков можно применить следующий перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы:

Основные источники:

Петров С.В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие - М.: ФГБОУ «УМЦ по образованию на ж.д. транспорте», 2015.

Петров С.В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие - М.: ФГБОУ «УМЦ по образованию на ж.д. транспорте», 2015.-263 с.

Дополнительные источники:

Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А.: Учебник.- М.: АКАДЕМИЯ, 2013. – 320 с.

2. Электронные ресурсы:

- [ru.wikipedia.org/wiki/Вооружённые\\_Силы\\_Российской\\_Федерации](http://ru.wikipedia.org/wiki/Вооружённые_Силы_Российской_Федерации)

- <http://www.zakonprost.ru/content/base/part/589485/> (УВС ВС РФ)

- <http://www.zakonprost.ru/content/base/part/589485/>

(Дисциплинарный устав ВС РФ)

- <http://www.zakonprost.ru/content/base/part/589485/> (УГиК ВС РФ)

- <http://zakonprost.ru/content/base/64548> (Строевой устав ВСРФ)
- [http://goup32441.narod.ru/files/ognp/005\\_oporn\\_konspekt/t1z1.htm](http://goup32441.narod.ru/files/ognp/005_oporn_konspekt/t1z1.htm) (АК-74М)
- [http://tovarisgeneral.narod.ru/index/0-91\(гранаты\)](http://tovarisgeneral.narod.ru/index/0-91(гранаты))
- <http://www.vedo.narod.ru/01/blood.html> (ВМП)

3. Чтобы успешно выполнить самостоятельную работу с учебниками и другой литературой необходимо:

А) изучить теоретические вопросы, рассмотренные на аудиторных занятиях и при выполнении домашних заданий по темам раздела 1, надо знать:

Положения Уставов Вооружённых Сил России.

Материальная часть автомата Калашникова.

- см. интернет-ресурс:

[http://goup32441.narod.ru/files/ognp/005\\_oporn\\_konspekt/t1z1.htm](http://goup32441.narod.ru/files/ognp/005_oporn_konspekt/t1z1.htm);

Общие сведения о ранах.

Первая помощь при неотложных состояниях.

Б) Вспомнить, если забыли: вопросы, уже изученные по дисциплине: назначение и состав ВС РФ; вооружение мотострелкового отделения; виды ран и доврачебная медицинская помощь.

4. По выбранной теме сообщения (все темы распределяются между студентами группы в начале семестра) студенту необходимо подготовить сообщение. Пояснения смотри в методических указаниях СР№1.

Сообщение следует выполнить на стандартных белых листах формата А4. Работу можно иллюстрировать графиками, схемами, таблицами, диаграммами и рисунками. Чтобы правильно оформить работу необходимо изучить Приложение 1.

*Выполнение данной работы позволит:*

- закрепить и расширить знания по вопросам тем 2 раздела дисциплины;
- приобрести навык работы с различными информационными источниками;
- продемонстрировать свои интеллектуальные способности: умение анализировать, систематизировать и обобщать;
- знать основы военной службы и обороны государства;
- знать организацию и порядок призыва граждан на военную службу и поступление на нее в добровольном порядке;
- знать основные виды вооружения, военной техники и специального снаряжения, состоящие на вооружении (оснащении) воинских подразделений, в которых имеются военно-учетные специальности;
- знать порядок и правила оказания первой помощи пострадавшим;
- ориентироваться в перечне военно-учетных специальностей и самостоятельно определять среди них родственные полученной профессии;
- применять профессиональные знания в ходе исполнения обязанностей военной службы на воинских должностях в соответствии с полученной профессией;
- владеть способами бесконфликтного общения и саморегуляции в повседневной деятельности и экстремальных условиях военной службы;
- оказывать первую помощь пострадавшим.

## 5. Критерии оценки самостоятельной работы

Самостоятельная работа, подготовленная студентами по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности», сдается ведущему преподавателю в соответствии с временным графиком отраженном в КТП по данной дисциплине.

По итогам каждой работы выставляется оценка:

«отлично» - выставляется студенту, если он дал полный ответ на все вопросы заданий самостоятельной работы, аккуратно и грамотно оформил материал, изучил данный материал и свободно владеет этим материалом.

«хорошо» - выставляется студенту, если он полностью ответил на все вопросы заданий самостоятельной работы, но в ходе ответа были допущены неточности, которые не носят принципиальный характер, аккуратно и грамотно оформил материал, изучил данный материал и свободно владеет этим материалом .

«удовлетворительно» - выставляется студенту, если он а) дал ответы на все вопросы заданий самостоятельной работы , допустив при этом существенные ошибки.

б) дал полный ответ на один из вопросов задания и не полностью ответил на остальные.

«неудовлетворительно» - выставляется студенту, если он не смог дать ответ ни на один вопрос, представил совершенно не тот материал, который был задан или совсем не выполнил работу.

В целях повышения оценки преподаватель может задать дополнительные вопросы, которые носят уточняющий характер.

## 6. Правила оформления сообщения

По объему сообщение должно быть не менее 5 страниц печатного текста (основной шрифт 14 Times New Roman; интервал – 1,5; параметры страницы: 20 мм – левое, 20 мм – правое, 20 мм – верхнее, 20 мм – нижнее поле; нумерация страниц – в правом нижнем углу). Объем введения – 10%, заключение – 5-10% от объема всей работы. Заголовки и подзаголовки отделяются от основного текста снизу пробелом в три интервала, печатаются строчными буквами.

Текст должен излагаться четким языком, без применения сокращения слов, кроме установленных правилами русской орфографии или соответствующими стандартами.

Цифровой материал, как правило, оформляется в виде таблиц. Таблица может иметь тематический заголовок, который выполняется строчными буквами (кроме первой прописной) и помещается над таблицей посередине.

Все таблицы, если их несколько, нумеруются в пределах каждого раздела. Номер таблицы состоит из номера раздела и порядкового номера таблицы разделённых точкой. Над правым верхним углом таблицы помещают надпись «Таблица» с указанием номера таблицы без знака «№». Слово «Таблица» при наличии тематического заголовка пишется над заголовком. Заголовки граф указываются в единственном числе. Заголовки граф начинаются с прописных букв, а подзаголовки – со строчных. Если подзаголовки имеют самостоятельное значение, их начинают с прописной буквы.

Таблица должна иметь тематический заголовок, который помещается над таблицей посередине. Все таблицы, если их несколько, нумеруются сквозной нумерацией. Обязательным условием является наличие в тексте ссылок на использованные источники (научную литературу).

При ссылках в тексте на источники и литературу следует в квадратных скобках приводить порядковый номер по списку литературы с указанием использованных страниц. Например: [7, с. 10-12].

Все иллюстрации в реферате или докладе называются рисунками. Каждый рисунок сопровождается подрисуночной подписью. Рисунки нумеруют последовательно в пределах раздела (главы) арабскими цифрами. Например: «Рис. 1.2». Данные, приведенные на рисунках, следует кратко проанализировать.

Приложения оформляются как продолжение текста работы после списка литературы. Каждое приложение начинается с новой страницы; в правом верхнем углу пишется слово «Приложение».

Титульный лист является первой страницей сообщения и заполняется по строго определенным правилам. Титульный лист должен отражать: Департамент образования; Название ССУЗ; тему работы; наименование дисциплины и специальность, по которой выполнена работа; Ф.И.О. руководителя и Ф.И.О. студента. После титульного листа помещается содержание. В содержании приводятся все заголовки работы и указываются страницы, с которых они начинаются. Заголовки содержания должны точно повторять заголовки в тексте. Все заголовки начинаются с прописной буквы без точки на конце. Последнее слово каждого заголовка соединяют отточием с соответствующим ему номером страницы в правом столбце содержания.

Текст основной части работы делится на главы, разделы, подразделы, пункты. Заголовки структурных частей работы печатаются прописными буквами. Заголовки разделов – строчными буквами, кроме первой, с абзаца. Точка в конце заголовка не ставится. Если заголовок состоит из двух и более предложений, их разделяют точкой. Заголовок главы параграфа не должен быть последней строкой на странице. Расстояние между заголовком (за исключением заголовка пункта) и текстом должно быть равно 3-4 интервалам. Каждую структурную часть работы следует начинать с нового листа.

В сообщении указывается литература, которая оформляется в соответствии с принятыми правилами. Список литературы составляется в алфавитном порядке фамилий авторов или названий произведений (при отсутствии фамилии). При оформлении указывается фамилия и инициалы автора, название работы, место издания, издательство, год издания, общее количество страниц.

В приложениях помещают вспомогательные или дополнительные материалы, которые загромождают текст основной части работы. Каждое приложение должно начинаться с нового листа (страницы) с указанием в правом верхнем углу слова «Приложение» и иметь тематический заголовок. Нумерация страниц, на которых даются приложения, должна быть сквозной и продолжать общую нумерацию страниц основного текста.

**7. Темы сообщений по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности»**

1. История создания РСЧС.
2. Работа МЧС.
3. Современные средства поражения.
4. Действия моей семьи в случае применения современных средств поражения.
5. Средства пожаротушения имеющиеся в моем доме, моей квартире.
6. Крупнейшие транспортные аварии и их последствия.
7. Экологическая обстановка в районе проживания.
8. Крупнейшие эпидемии, которые пережило человечество.
9. Мои действия при обнаружении в подъезде неопознанных вещей.
10. Перспективные образцы стрелкового вооружения ВС РФ.

**8. Перечень самостоятельной работы по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» выполняемая по СМИ, Интернет, учебникам и другой литературе**

Раздел 1 «Гражданская оборона»

1. Ознакомиться и изучить:
  - Конституцию Российской Федерации ст. 56, 88, 102;
  - основные положения Федерального Закона от 21 декабря 1994 года N 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
  - основные положения Федерального Закона от 28.12.2010 г. № 390-ФЗ. «О Безопасности»;
  - основные положения Федерального Закона «О чрезвычайном положении» от 30 мая 2001 года» №3-ФКЗ.
2. Составить «Список вещей, которые взял бы из дома в случае эвакуации из города».
3. Проработать конспекты, ответить на вопросы и выполнить задание по учебнику.

Раздел 2. «Основы военной службы»

1. Ознакомиться и изучить:
  - положения УВС РФ:
  - размещение военнослужащих
  - обязанности солдата
  - обязанности дневального по роте
  - что такое воинская дисциплина
  - обязанности часового
2. Сделать зарисовку знаков различия по воинским званиям.
3. Проработать конспекты, ответить на вопросы и выполнить задание по учебнику.



## 9. Учебно – методическое и информационное обеспечение дисциплины «Безопасность жизнедеятельности»

Основные источники:

Петров С.В. Безопасность жизнедеятельности: Учебное пособие - М.: ФГБОУ «УМЦ по образованию на ж.д. транспорте», 2015.

Петров С.В. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие - М.: ФГБОУ «УМЦ по образованию на ж.д. транспорте», 2015.-263 с.

Дополнительные источники:

Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А.: Учебник.- М.: АКАДЕМИЯ, 2013. – 320 с.

Интернет – ресурсы

- <http://www.school-obz.org/>

(Сайт содержит электронный журнал МЧС России «ОБЖ»)

- <http://catalog.deport.ru/category-8145/site-89013.html>

(Сайт содержит информационно-методический журнал для преподавателей «Обеспечение безопасности жизнедеятельности»)

- <http://www.alleng.ru/edu/saf1.htm>

(Сайт содержит электронные учебники по ОБЖ для 10 класса под редакцией А.Т. Смирнова)

- <http://www.media183.ru/obj.html>

(Сайт содержит ресурсный центр по предмету ОБЖ)

- <http://pedsovet.su/load/96>

(Сайт содержит разработки преподавателей по предмету ОБЖ)

- <http://events.brot.ru/sites/category/14/message/2799/>

(Сайт содержит информационно-методический журнал для преподавателей по предмету ОБЖ)

Краткое описание документа:

Данное пособие «Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы по дисциплине «Безопасность жизнедеятельности» предлагается в помощь студентам для выполнения заданий самостоятельных работ предусмотренных рабочей программой дисциплины. Методическое пособие поможет и позволит студентам:

- получить полный перечень заданий всех самостоятельных работ дисциплины;
- ознакомиться с методикой и ходом выполнения самостоятельных работ;
- ознакомиться с перечнем тем сообщений;
- выбрать одну из тем сообщений для исследования;
- структурировать самостоятельную работу;
- подобрать источники для конспектирования теоретических вопросов, составления схем, таблиц, рисунков и др.;
- ознакомиться с правилами подготовки, оформления и изложения сообщения.